



**PASSEIO DE VERÃO**  
VIANA DO CASTELO  
E PONTE DE LIMA / 2 DIAS



**PASSEIO DE VERÃO**  
ESPINHO / PORTO  
DE COMBOIO



**PASSEIO DE VERÃO**  
MUSEU DO PÃO  
EM SEIA



**PASSEIO DE VERÃO**  
COM PIQUENIQUE NO  
PARQUE DAS NOGUEIRAS



## MORTÁGUA NA BATALHA DO BUSSACO

No dia 13 de junho, os grupos do polo de Mortágua, visitaram o Centro Interpretativo "Mortágua na Batalha do Bussaco". Durante a visita, os formandos tiveram a oportunidade de explorar o museu, que apresenta uma abordagem interativa e imersiva, utilizando recursos audiovisuais, doações de uniformes, armas e outros artefactos históricos. Agradecemos a disponibilidade e simpatia da Mónica que nos guiou pelo museu, bem como, a resposta a todas as questões apresentadas pelos formandos. A visita de estudo ao Centro foi um momento de aprendizagem e enriquecimento cultural.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL MORTÁGUA



**PASSEIO DE VERÃO**  
SANTIAGO DE COMPOSTELA  
2 DIAS



## VISITA DE ESTUDO A COIMBRA

No dia 19 de junho, os formandos de Oliveira de Frades e Albergaria-a-Velha realizaram uma visita de estudo à cidade de Coimbra, deslocando-se no autocarro cedido pela Câmara Municipal de Oliveira de Frades. Saíram da ASSOL e iniciaram a visita ao Paço das Escolas da Universidade de Coimbra onde apreciaram as construções e a Torre da "Velha Cabra", seguindo-se a visita guiada ao Jardim Botânico e o almoço de piquenique neste belo jardim.

Foi um dia fabuloso, onde todos tiveram a oportunidade de aprender, apreciar a beleza vegetal, o património histórico e ainda desenvolver relações e divertirem-se.



**PASSEIO DE VERÃO**  
CENTRO HÍPICO  
DE VISEU



ASSOL  
ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE  
SOCIAL DE LAFÕES  
SEDE: LARGO DA FEIRA  
3680 - 076 OLIVEIRA DE FRADES  
232 760 010  
ASSOL@ASSOL.PT

## EDITORIAL CONFERÊNCIA INTERNACIONAL GENTLE TEACHING

A ASSOL é a organizadora da 22ª Gentle Teaching International Conference, que se realiza nos dias 4, 5 e 6 de setembro, cujo objetivo é discutir a aplicação da Pedagogia da Interdependência, em vários países e situações.

A conferência teve uma adesão, de pessoas de outros países, maior do que seria de esperar, estando confirmadas 270 pessoas vindas dos Estados Unidos, Canadá, Islândia, Dinamarca, Porto Rico, Países Baixos, Bélgica, Eslovénia e Polónia.

Nos dias 4 e 6 de setembro os trabalhos vão decorrer na Quinta da Capela em Campia e no dia 5 nas Termas de S. Pedro do Sul.

A presença de tantas pessoas de outros países obriga a uma organização complicada, mas estamos certos, que regressarão a casa com vontade de um dia voltarem.

Desde já agradecemos a todos os patrocinadores, salientando o apoio das câmaras municipais de Oliveira de Frades, Vouzela e S. Pedro do Sul.

MÁRIO PEREIRA  
DIRETOR EXECUTIVO

INTERVENÇÃO PRECOZE NA INFÂNCIA • CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO (CRI)  
TRANSIÇÃO PARA A VIDA ADULTA (TVA) • FORMAÇÃO PROFISSIONAL • FORUM SOCIO OCUPACIONAL  
CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS (CAO) • APOIO RESIDENCIAL • APOIO DOMICILIÁRIO

CASTRO DAIRE • MORTÁGUA • OLIVEIRA DE FRADES • S. PEDRO DO SUL • TONDELA • VILA NOVA DE PAIVA • VOUZELA



## JULHO É O MÊS DOS PASSEIOS DE VERÃO!

No dia 21 de Julho, um grupo de pessoas apoiadas do CAO rumou à Lousã, em busca de uma energia calorosa e fugaz, pela envolvimento que a própria serra e a beleza natural transmitem. De entre gargalhadas, a sorrisos espontâneos, o mencionado dia assumiu-se como muito gratificante o que, inevitavelmente, ficará gravado no coração de Todos os que de perto tiveram a possibilidade de privar com o momento.

### CERIMÓNIA DE GRADUAÇÃO DA UNIVERSIDADE DE SALAMANCA

No dia 30 de junho tivemos a honra de estar presentes na cerimónia de graduação do Mestrado de Integração de Pessoas com Deficiência à distância, que ambas terminamos em dezembro de 2022. Em primeiro lugar gostaríamos de expressar o nosso sincero agradecimento à Direção da ASSOL que nos apoiou, ao Dr. Mário que nos desafiou, aos nossos professores, colegas e familiares que nos incentivaram e nos ajudaram a trilhar este caminho. Agradecemos também uma à outra pelo companheirismo, parceria e pelos laços que uma caminhada desta proporciona que se criem.

Fomos recebidas na Universidade de Psicologia no dia 29 de junho, pelos professores do curso e pelos colegas (que apenas conhecíamos pelo ecrã dos nossos computadores). Para além de toda a emoção gerada pelo culminar desta etapa, após dois anos de empenho, dedicação e de aprendizagem significativa, o facto de vermos os alunos do Curso para Pessoas com Deficiência Intelectual "Universitas" serem graduados ao nosso lado foi também uma experiência inesquecível. Este curso visa preparar pessoas com deficiência intelectual, de desenvolvimento e/ou do espectro do autismo a adquirir competências que lhes permitam ser mais independentes e auxiliá-los no acesso ao emprego. Os alunos partilharam com todos os presentes como esta experiência na universidade foi importante para eles e alguns dos testemunhos que guardamos passaram por: "Aprendemos muito com os professores, mas eles também aprenderam connosco"; "As experiências profissionais em empresas prepararam-nos para que eu possa vir a ter um emprego"; "Estar com os amigos, sair, beber um copo ou uma cerveja, também é qualidade de vida". O facto de os termos ali, ao nosso lado, prova-nos de que é possível e positivo viverem esta experiência universitária! E naquele dia, eles sorriam como nós, tinham o coração a mil como nós, receberam o seu título como nós e abraçaram os seus professores (melhor) do que nós... Acreditamos que a inclusão é isto: dar a oportunidade às pessoas de estarem, fazerem, crescerem e de aprenderem, sendo quem são, da melhor forma que conseguem e podendo experimentar estas vivências e emoções... tal e qual como nós... Juntos, fomos muito felizes neste dia!

ANA LUÍSA SARAIVA E SARA RAPOSO



No passado dia 30 de Maio, a Formação Profissional para a Inserção do polo de Mortágua, recebeu a visita especial da Enfermeira Maria Graça Santos Mateus na formação teórica com o objetivo de abordar temas relacionados com a higiene, saúde e sexualidade. A presença da Enf. Graça na formação foi extremamente enriquecedora para os participantes, que tiveram a oportunidade de tirar dúvidas e receber orientações sobre diversos aspetos relacionados à sua saúde e bem-estar. A participação dos formandos foi bastante significativa, demonstrando interesse ao longo da formação. Os formandos não só tiraram dúvidas, mas também compartilharam experiências e conhecimentos entre si, criando um ambiente de troca e aprendizagem mútua.

Esta visita reforça o compromisso da ASSOL em proporcionar oportunidades de aprendizagem e empoderamento para as pessoas com deficiência ou incapacidades. A formação teórica sobre higiene, saúde e sexualidade contribui para que os formandos se tornem mais informados e conscientes sobre esses aspetos essenciais das suas vidas.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL MORTÁGUA

OS ARTIGOS DO JORNAL DA ASSOL SÃO DA AUTORIA DAS PESSOAS APOIADAS, DOS COLABORADORES E DA DIREÇÃO DA ASSOL

A ASSOL AGRADECE TODAS AS SUAS CRÍTICAS E SUGESTÕES DE MELHORIA, O QUE PODE FAZER PREENCHENDO AS FICHAS EXISTENTES NOS NOSSOS SERVIÇOS OU ENVIANDO UM EMAIL PARA

ASSOL@ASSOL.PT



### WORKSHOP

No âmbito do Projeto Mulheres Ativas e Integradas, projeto financiado pela Islândia, Liechtenstein e Noruega, gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação Bissaya Barreto, realizou-se no passado dia 18 de maio de 2023 o workshop "Alimentação Saudável" com a colaboração a título voluntário da Nutricionista Aline Maia. As participantes tiveram oportunidade de adquirir novos conhecimentos e capacitar-se ao nível dos princípios e estratégias para adotar um padrão de alimentação mais saudável.

### UM SONHO TORNADO REALIDADE!

No dia 12 de junho, a aluna do agrupamento de escolas de Tondela Cândido Figueiredo, Clara Figueira, apresentou a toda a comunidade escolar o seu livro "Planeta Arco-íris" na biblioteca da escola sede. Este livro foi um projeto concluído pela aluna no ano letivo anterior, que contou com a parceria da ASSOL, nomeadamente, com o apoio das técnicas do Centro de Recursos para a Inclusão, Ana Margarida Melo e Ana Sofia Costa, que apoiam a aluna em contexto escolar, e com o contributo do colega Pancho, aquando da sua impressão e encadernação. Este trabalho foi desenvolvido tendo em conta os talentos demonstrados pela aluna, potenciando a sua inclusão, dando muita satisfação às técnicas que a acompanham vê-la a ser aplaudida neste dia.

ANA SOFIA COSTA  
ANA MARGARIDA MELO



### ATIVIDADE SOCIALMENTE ÚTIL

Trabalho na Multisac, uma empresa que se ocupa em fazer embalagens, impressões, etc. A ASSOL ajudou-me a encontrar uma Atividade Socialmente Útil em Contexto de trabalho nesta fábrica. Trabalho todas as quintas-feiras, o dia inteiro, com um colega da ASSOL na organização de processos num arquivo. É um contexto de trabalho sério e onde recebo uma gratificação mensal. Custou-me um pouco a ambientar-me, mas com o tempo fui-me habituando. É uma tarefa que nos mantém ocupados e nos dá uma responsabilidade. Faz-nos sentir que temos um lugar na sociedade.

JOÃO CARLOS FERREIRA



### ASSOL DE CASTRO DAIRE

No dia 26 de junho, um grupo de formandos da ASSOL de Castro Daire, visitou o Arquivo e as instalações da Câmara Municipal de Castro Daire. Nesta visita, fomos sempre acompanhados por uma técnica da Câmara, Dra. Eufémia Azevedo, que é também a responsável pelo arquivo.

Da parte da manhã, deu-nos a conhecer o seu trabalho no arquivo, de uma forma sucinta e esclarecedora. Da parte da tarde, acompanhou-nos na visita a alguns dos serviços da Câmara, onde os formandos puderam identificar os locais onde esses mesmos serviços se situam, bem como as pessoas que aí trabalham, a função que desempenham, e que tipo de assuntos podem ser tratados pelos munícipes nos respetivos serviços. Fomos muito bem recebidos por todos os funcionários da Câmara, nomeadamente o Sr. Vice-Presidente, Dr. Luís Lemos. Foi um dia muito bem passado, no qual os formandos aprenderam muitas coisas novas e conheceram novas pessoas.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL CASTRO DAIRE



Sou o Nuno Ribeiro, apoiado pelo GAPRIC em Tondela. Vou falar-vos da minha experiência na ginástica e enquanto animador com idosos: Todas as terças-feiras de manhã tenho aula de ginástica com um professor de Educação Física, a qual tem contribuído para a diminuição do meu peso. À tarde, vou tocar viola e cantar em 3 lares do concelho de Tondela: Santa Casa da Misericórdia de Tondela e de Vale de Besteiros e Centro Social e Paroquial de Santiago de Besteiros. Está a ser uma boa experiência. Tornei-me uma pessoa mais sociável e útil à sociedade. Os lares adoraram e pedem sempre mais música.

### DESPERTAR EMOÇÕES

No dia 23 de junho, um grupo de formandos da ASSOL de Castro Daire, participou na atividade "Despertar Emoções", que teve lugar no jardim do Calvário, em Castro Daire. Esta atividade foi organizada pela "Equipa Comunitária de Saúde Mental Dão Lafões", e tinha como objetivo "a promoção da saúde mental e bem-estar emocional".



### ATIVIDADE SOCIALMENTE ÚTIL EM CONTEXTO DE TRABALHO

Estou a trabalhar no restaurante "O Talher" em Rebordinho, uma tarde por semana. Estou a gostar do trabalho que estou a fazer, nomeadamente quando estou a arranjar os frangos, mas gosto, também, de quando a patroa me pede para auxiliar na confeção de sobremesas. Antes de sair do trabalho deixo tudo organizado.

A minha colega de trabalho está disponível se precisar de alguma ajuda. Uma das coisas que gostaria é de no futuro continuar neste mesmo trabalho.

CLÁUDIA RIBEIRO