

FEVEREIRO 2023, EDIÇÃO ESPECIAL DE ANIVERSÁRIO

O Dialogista

O jornal das Unidades Residenciais da Associação do Porto de Paralisia Cerebral

*Fevereiro,
mês das Unidades
Residenciais*

**Unidade
Residencial
Temporária
Casa da Maceda**

Queremos criar caminhos, rampas de acesso e saídas de emergência para uma vida mais participada e para uma gestão mais feliz da qualidade de vida dos nossos clientes!

**Unidade
Residencial
Villa Urbana de
Valbom**



Editorial

odialogista@appc.pt

Fevereiro, mês das Unidades Residenciais

Estamos em Festa!

As duas Unidades Residenciais da Associação do Porto de Paralisia Cerebral, no mês de fevereiro, comemoram os seus aniversários:

- A Unidade Residencial Temporária Casa da Maceda este ano comemora o seu 30.º aniversário

- A Unidade Residencial Definitiva da Villa Urbana de Valbom fará o seu 18.º aniversário.


E assim surge esta edição especial que tem com o objetivo homenagear clientes, colaboradores, famílias, voluntários, parceiros e amigos que todos os dias nos ajudam a levar a cabo a nossa missão.

Obrigado pelas histórias, desafios e partilhas!

Nesta edição reunimo-nos, como tantas vezes, para homenagear dois serviços que existem para apoiar pessoas e os seus projetos de vida!

As Unidades estão de parabéns!
Venham comemorar connosco!

Boas Leituras



**Fevereiro,
mês das Unidades
Residenciais**

Queremos criar caminhos, rampas de acesso e saídas de emergência para uma vida mais participada e para uma gestão mais feliz da qualidade de vida dos nossos clientes!

Mensagem do Coordenador das Unidades Residenciais

Pedro Meireles

Caro/a leitor/a

Em mês de aniversário das Unidades Residenciais da Associação do Porto de Paralisia Cerebral é a altura ideal para uma pequena reflexão sobre a CASA que me recebeu - e um agradecimento singelo por mais um ano.

Sonhadas por muitos, construídas por outros, e vividas por tantos, as Unidades Residenciais, são o porto seguro de muitas vidas. Frequentam estas duas casas, residentes, voluntários, colaboradores e tantos outros que ficam admirados com o serviço que é prestado à comunidade. Nestes espaços (Unidade Residencial da Villa Urbana e na Casa da Maceda), alegrias, conquistas e, também, momentos menos bons, cruzam-se no nosso caminho como tantos outros... que num acaso da vida conhecem a APPC.

Permitam-me partilhar uma particularidade que senti quando tomei o primeiro contacto com as Residências da APPC: um sentimento de acolhimento e de todo um conjunto de vivências que grande parte dos clientes, famílias e colaboradores(as) viveu ao longo destes anos. Efetivamente, as Residências são um exemplo vivo de que a estrutura, seja ela humana ou o espaço físico, se vai ajustando e moldando ao longo dos tempos, num propósito de melhorar os serviços que presta, de apoiar e estar em todas as fases da vida de quem nos escolheu para viver (temporariamente, ou não).

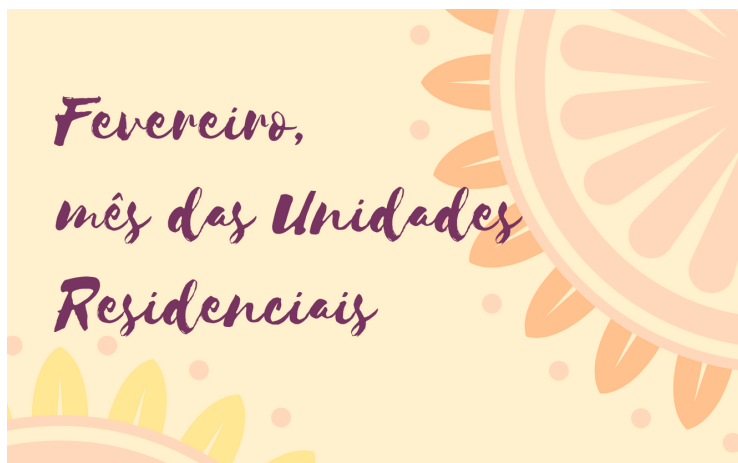
No decorrer destes anos, nós próprios também estamos diferentes. Uns partem, outros regressam e outros permanecem. Todos, na certeza de que o seu caminho passa pela Unidades Residenciais.

Nesta ocasião felicito a Direção e sócios/as da APPC pelo rasgo e visão que sempre imprimiram nas residências, sendo muitas vezes pioneira em encontrar diferentes estratégias e soluções para desafios que muitos julgavam não serem possíveis de ultrapassar.

À equipa das Unidades Residências (da qual faço também parte) reitero o reconhecimento pelo trabalho desenvolvido aos longo dos anos, na certeza do contributo que todos os dias procuramos dar para que as residências possam continuar o seu propósito.

E que famílias e residentes, vivam e usufruam desta casa idealizada para vocês. E continuem a contar com todo o apoio que nos for possível oferecer.

Parabéns a todos nós!



As Unidades e a sua história



A Unidade Definitiva da Villa Urbana de Valbom

É constituída por 14 casas independentes, constituídas de raiz a pensarem em promover o bem-estar e a qualidade de vida ajustada às necessidades dos residentes, nomeadamente a nível de mobilidade, alimentação e higiene pessoal. A Unidade Residencial, admitiu os primeiros residentes a 21 de fevereiro de 2005. Atualmente são 33 e é-lhes garantido, todos os dias, 24 horas por dia, apoio técnico e humano necessário à concretização dos seus projetos de vida.

A unidade residencial tem como prioridade acreditar nas potencialidades de cada residente, respeitar a sua autonomia, segurança, individualidade e crenças

O espaço físico da Villa Urbana engloba 14 apartamentos de tipologias T1, T2 e T3 divididos em dois pisos. Em cada piso existe uma sala de apoio para os ajudantes de ação direta. Estão disponíveis outros espaços como a sala de convívio, refeitório ou ginásio, entre outros. Cada apartamento tem uma sala de estar com kitchenette, casa de banho por cada quarto, com produtos de apoio ajustados às necessidades de cada residente. O mobiliário está de acordo com o despacho normativo 28/2006.

Todos os apartamentos têm um sistema de campainhas que permite alertar, a qualquer hora, a equipa de apoio direto. Todos os apartamentos dispõem de acesso a uma rede wifi.

Tem como missão, maior, apoiar os projetos de vida dos seus residentes.

A Unidade Residencial Temporária Casa da Maceda

Foi inaugurada em 27 de fevereiro de 1993 e está situada na freguesia de Campanhã, na cidade do Porto.

Destina-se ao alojamento temporário de jovens e adultos com Paralisia Cerebral ou situação neurológica afim, possuindo como objetivo o apoio residencial temporário que não exceda os três meses de estadia consecutivos ou repartidos (90 noites/dias) durante o ano civil, para pessoas com idade igual ou superior a 16 anos; Também se destina a jovens que se encontrem a frequentar estabelecimento de ensino/centro de formação distante da sua residência de família.



A Unidade Residencial Temporária tem capacidade para alojar 15 clientes em simultâneo, sendo que não pode exceder mensalmente 22 clientes (número de clientes que atendemos mensalmente), sendo o mês de agosto o que traduz um pico de maior procura.

Funciona 12 meses por ano, 24 horas por dia, incluindo sábados, domingos e feriados.

Presta aos seus clientes serviços de cuidados pessoais, nomeadamente apoio às atividades de vida diária: higiene pessoal, alimentação, medicação, mobilização, serviço de lavandaria, refeições e serviço de mensagens 24 horas por dia.

Neste espaço pretendemos apoiar projetos de vida. Por conseguinte todos os encaminhamentos são válidos, desde os que pretendem proporcionar períodos de alívio aos cuidadores, aos que visam proporcionar períodos de lazer e novas vivências e experiências aos nossos clientes.

Pretende, acima de tudo, acrescentar retaguarda e bem-estar a todos que utilizam o nosso serviço.

Mensagem dos colaboradores e voluntários

Voltar à essência do cuidado, preocupar-se com o bem-estar das pessoas desde o mais básico, sorrir ao olhar nos olhos do outro, ouvir quando precisam, acompanhar nos dias bons e ruins. Isso significa para mim trabalhar na APPC.
(Paula Pina)

Um grande desafio... E uma responsabilidade, pois é sentir que "gerimos" vidas!
É tentar diariamente ser vida, na vida de alguém!
(Lígia Ribeiro)

O meu propósito, desde sempre, foi ter feito, fazer e continuar a fazer o melhor (enquanto aqui andar).
Como único objetivo, tenho sempre em mente o bem estar do cliente. Tudo o resto é paisagem.
(Helena Vitorino)

Trabalhar na UR é fazer sempre o meu melhor para que os clientes se sintam bem.
(Colaborador UR Villa)

Há coisas que se aprendem vivendo... Na Maceda aprendi que os anos nos dão maturidade e confiança para que diariamente possa reinventar formas de ajudar o próximo. São já muitos os anos de histórias, vidas, percursos partilhados e uma sensação infinita de querer continuar a ajudar o outro.
(Susana Conceição)

Fazer Voluntariado na UR é uma forma de ajudar e ser ajudada. É uma forma de ver a vida de uma perspetiva mais otimista e simples.
(Adriana Ferreira | Voluntária)

Entrei na UR por acaso, mas não é por acaso que aqui permaneço...
(Colaborador UR Villa)

O voluntário para mim na UR tem uma ação humana que eu e o meu marido desenvolvemos ao longo do tempo, como por exemplo, a nossa relação e comunicação social. Nós gostamos muito de os ajudar e conviver com os clientes. O voluntário doa e recebe, ajudando os outros, ajudamos a nós mesmos.
(Rosa e Jorge | Voluntários)

Para mim a UR é a minha segunda casa!
(Colaborador UR Villa)

URs para mim significam Casa.
A Casa deles, a nossa Casa.
Dediquei-me de coração à Casa da Maceda Quase 25 anos nesta residência a ser cuidadora formal, com muito orgulho!
Parabéns!
(Carla Ribeiro)

Com o meu trabalho contribuo para o bem estar dos clientes!
(Colaborador UR Villa)

Tem sido uma experiência única e desafiante, e não poderia estar mais grata por esta jornada que me tem ensinado o valor que a esperança e a resiliência trazem ao mundo!
(Mariana Prata | Voluntária)

As Unidades (e tenho o privilégio de trabalhar nas duas) são complexas, desafiantes e necessárias...
O que faço?
Poderia pensar em milhentas tarefas, mas o que realmente faço é cuidar! Essa é sem dúvida, a minha maior missão!
(Raquel Pinto)

Mensagem dos colaboradores e voluntários

Ser voluntária na UR foi um abrir de olhos, um abrir de olhos para toda uma sensibilidade e atenção que, com a correria do dia a dia e com as dezenas de estímulos a que estamos expostos, me estavam a passar ao lado. Aprender o conceito de "escuta ativa" mudou realmente o meu comportamento com os que me rodeiam. Ser voluntária na UR mudou o meu posicionamento na sociedade. Gosto de saber que estou mais atenta e mais grata por tudo aquilo que considerava (e às vezes ainda considero) como garantido, ver a deficiência (mais especificamente a paralisia cerebral) como um desafio e não como um bloqueio (como tantas vezes ouvi a Inês dizer) fez-me perceber que as oportunidades não são realmente iguais para todos, porque não há consciência nem compreensão (nem tentativa de o fazer) sobre o que esta condição significa. O caminho para a inclusão é longo e trabalhoso, mas tenho a certeza que é um dos que vale a pena percorrer.
(Francisca Moinhos | Voluntária)

Ao fim de 25 anos a trabalhar na Casa da Maceda sinto que cresci a vários níveis e aprendi que os jovens com quem trabalhei e trabalho me ensinam algo todos os dias. Parabéns Casa da Maceda. E que venham mais 30!
(Susana Gonçalves)

Se me pedissem para descrever as URs numa palavra, escolheria dinamismo. Um dia nunca é igual ao outro. Desde a minha entrada até agora, tem sido uma experiência muito enriquecedora.
(João Baldaia)

16 anos de muita alegria e também de alguma tristeza à mistura, sendo o balanço muito positivo, pois trabalhar com os clientes da Villa foi magnífico. Trago-os no meu coração sempre. Não só ofereci os cuidados necessários, como partilhamos muito carinho. Na Casa da Maceda é um pouco diferente o serviço, mas igualmente aconchegante. Adoro o que faço. Bem haja como esta APPC em que os clientes estão bem protegidos e suas famílias mais descansadas.
(Conceição Teles)

Trabalhar na UR é um desafio diário. Para mim é a casa que escolhi para me sentir útil. Com o meu trabalho contribuo para o bem estar dos clientes, espero também contribuir um pouco para a felicidade deles.

Trabalhar na UR é abraçar bons momentos e novas oportunidades.
(Conceição Pereira)

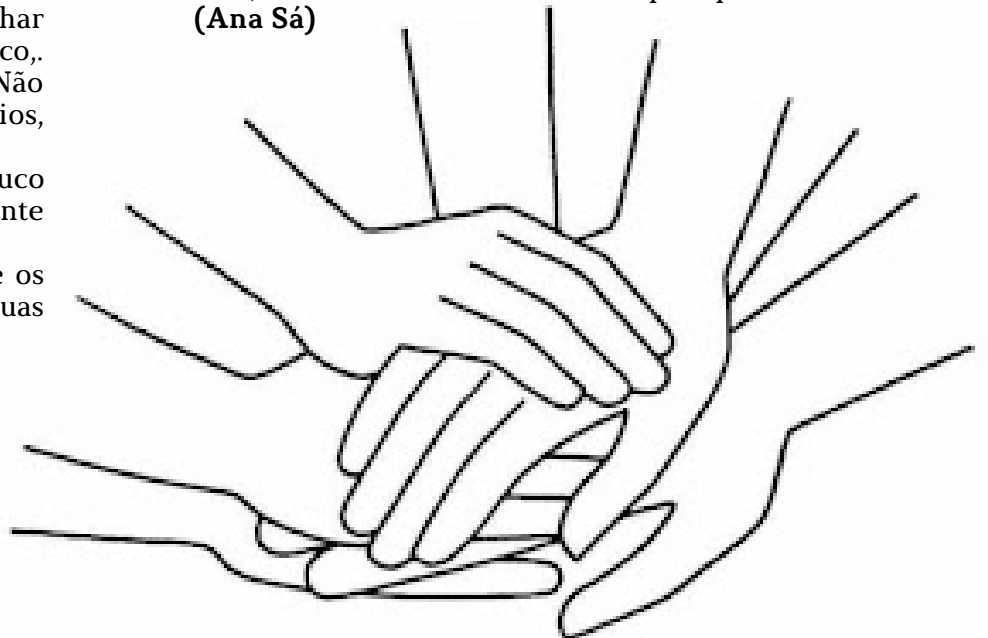
A importância do meu trabalho:

Amo aquilo que faço e esse amor é demonstrado através de cada momento que cuido dos clientes.

O que significa trabalhar na URT: trabalhar na Casa da Maceda é leveza, afetos, amor, sorrisos e harmonia. Que seja assim por muito tempo.

Sobre a Casa da Maceda: a Casa da Maceda tem vida, calor humano e muito amor pelo próximo.

(Ana Sá)



As famílias sobre as Unidades...

A UR é a minha segunda família, a minha segunda casa.
(Deolinda Ribeiro | Familiar UR Villa)

Lugares como este deviam ser um exemplo: acolhimento, integração, terapias e lazer, a casa da Maceda, tudo isto pode oferecer.

Na Maceda há mãos que me guiam. Onde encontro a minha luz interior. São mãos que cuidam e dão Amor.

Casa da Maceda, um lugar por excelência. Venha usufruir deste espaço. E divulgar a sua experiência.

Casa da Maceda, um lugar de bem-estar. Faça deste espaço a sua casa, seu lar.

Se precisar de uma pausa a Casa da Maceda deve procurar. É acolhedora e agradável para o seu bem-estar.

Muita amizade! Carinho! Esperança! Dedicção! Amor! Maceda!
(Maria Emília | Familiar Casa da Maceda)

É uma maravilha. Adoro.

São muito responsáveis pelo meu filho.

(Rosa Bandeira | Familiar UR Villa)

A APPC deu asas ao Armando. Nesta instituição cresceu e formou-se um adulto criado sempre com muito amor e carinho. A todos os técnicos que por ele passaram o nosso muito obrigado. "Lar nem sempre é onde, às vezes é quem."

(Céu Costa | Familiar UR Villa)

Villa Urbana de Valbom

É uma casa acolhedora,

Uma Unidade Residencial

Que acolhe jovens especiais

Com incapacidade motora

A APPC para os familiares significa lar, proteção, amparo, cuidados, abraços, conforto, atividades, convívios, amigos! Tudo o que os pais deixaram de poder proporcionar aos seu filhos!
(Fernanda Correia | Familiar UR Villa)

Também tem outras valências

(CATL, CACI)

Para jovens especiais,

Enquanto estão acolhidos,

Facilitam a vida dos pais,

E vão fazendo uns desenhinhos.

A Casa da Maceda significa relaxar, descomplicar e descomprimir. É um sítio onde posso deixar o meu filho... E ele gosta!
(M^a João Machado)

Associação do Porto de Paralisia Cerebral

é uma instituição com a grandeza da força

do grande homem que a idealizou e conseguiu concluir...

O saudoso senhor José Pinto Viana

Um grande homem entre os homens.

(Marinha Ramos | Familiar UR Villa)

Foi em 2005 que o nosso filho, por livre vontade, entrou na Villa Urbana de Valbom. Lá ganhou uma segunda família e melhor qualidade de vida. Hoje podemos dizer que foi, sem dúvida, a escolha certa. Obrigado.

(M^a Ascensão Pereira e José Matos | Familiares cliente Villa)

Só tenho a dizer bem! É uma grande ajuda, porque nós não podemos!
(Rosa Freitas | Familiar UR Villa)

Aos cinquenta e poucos anos, numa depressão, achei que ia morrer e pensei:

Que vai ser do Luís? Com quem vai ficar?...

Deixar a responsabilidade para os irmãos, não!

Ele, por iniciativa própria, concorreu para a UR de Valbom. Não reuniu os índices necessários para entrar. Dois anos depois houve uma vaga e chamaram-no.

Palavras dele:

- Mãe, saiu-me o Euro Milhões!

E eu, para mim... - Já posso morrer à vontade!

Sou muito grata, a toda a equipa que, faz com que, o meu filho se sinta em casa. Uma louvor enorme aos auxiliares - porque não é nada fácil a sua tarefa. É preciso ter perfil para ser cuidador destes cidadãos.

Um bem haja muito grande.

Sinto-me em paz, porque sei que quando deixar a vida terrena ele fica muito bem entregue.

Obrigada (Ilda Bamonde | Familiar UR Villa)

A Casa da Maceda para nós significa descanso e muitas coisas boas!

(Armanda Moura | Familiar Casa da Maceda)

A casa da Maceda significa tranquilidade.

(M^a do Céu Lopes | Familiar Casa da Maceda)

A "Villa Urbana" é um lugar repleto de sonhos e de amor. É uma casa imperfeita, mas cheia de sonhos, ideais, esperança, esforços, tentativas e muitos sucessos. Com todos unidos pelo mesmo ideal, cada dia será melhor, mais e melhor. Parabéns Villa Urbana.

(Manuela Magalhães | Familiar UR Villa)

Uma segunda casa, um segundo lar, uma família.

A primeira vez que a deixei chorei, porque não gostei e queria vir buscá-la. Hoje sei a que a Reina é muito feliz. E quando vê a mala, já sabe que é para ir para a Casa da Maceda. E fica feliz!

(Dária Azevedo | Familiar Casa da Maceda)

O que dizem os nossos clientes...

Estar na UR por vezes é um desafio e uma batalha, mas também há pessoas que em 5 minutos fazem a angústia do nosso dia melhorar.

(Inês Braga | UR Villa)

Para mim a UR é duas coisas: a primeira é a minha casa... é uma grande família; a segunda é que às vezes sinto que é um armário, pois perdi a ligação com a minha família.

(Elisabete Cunha | UR Villa)

Gosto muito de morar na UR. porque tenho uma casa, o meu quarto, as pessoas são minhas amigas..

(Fernanda Bessa | UR Villa)

Morar na Villa é fixe, eu faço muitas coisas. **(Carlos Correia | UR Villa)**

Viver na UR foi uma escolha minha, pois os meus familiares estavam cansados. Estou aqui há 9 anos (que completo no dia 10 fevereiro) É bom morar aqui, mas pode ser desafiante, são muitas personalidades diferentes.

(Vítor Gama | UR Villa)

A importância da Unidade Residencial na minha vida... A Villa Urbana de Valbom é meu porto de abrigo, onde tenho cuidados básicos. Sem esta instituição já não tinha condições de qualidade de vida, tal como a minha mãe não tem agora. Era altura de a APPC pensar criar mini-lar para nossas mães. Parabéns a todos que trabalham com amor por nós. E dando-nos qualidade de vida. Obrigado

(Marco Aurélio | UR Villa)

Viver na Unidade Residencial trouxe-me, autonomia, liberdade, poder de escolha e decisão, responsabilidades sociais e económicas. Aprendi a vencer obstáculos para atingir os objetivos. Consegui perceber que tenho de ter diferentes métodos para comunicar com as pessoas. Mas... Aqui sou feliz... **(João Lomar | UR Villa)**

A URT permite-me liberdade, autonomia nas decisões.

A liberdade permite-me voar bem alto. Ser livre é ser capaz de amar sem pertencer e viver sem dominar. A Liberdade é um espaço criado dentro do peito. Tenho alma de vento e liberdade de pousar onde o meu coração quiser. **(Ema Assunção | Casa da Maceda)**

Para mim a Villa Urbana é a minha casa a onde eu tenho tudo (como roupa lavada, onde tenho as minhas refeições, tenho internet...). Naquela casa tenho tudo para viver em sociedade.

(Carlos Mamede | UR Villa)

Casa da Maceda: O que hei-de dizer de uma casa que me viu crescer? Onde vivi momentos inesquecíveis e hei-de estar sempre agradecido!... Muitos parabéns e que venham mais 30 anos.

(Abílio Valente | Casa da Maceda)

Sinto-me feliz aqui e tenho muitas amizades! Estou contente com o apoio que me é prestado.

(Vítor Aureliano | UR Villa)

Sempre gostei de ver as coisas na Maceda, das atividades e das pessoas. Para dar passeios e receber o meu namorado lá.

(Ana Raquel Silva | Casa da Maceda)

A Casa da Maceda para mim não é uma casa para pessoas com deficiência! Para mim é uma segunda família! Quando estou em busca de paz vou para a Casa da Maceda.

(Pedro Correia | Casa da Maceda)

A UR foi importante para o meu crescimento e reconstrução pessoal. Se não fosse a minha vinda para a UR não teria podido amadurecer e crescer. Ainda estou no meu processo de evolução e a UR tem sido muito importante neste processo. **(Joana Rafaela | UR Villa)**

Viver na UR nem sempre é fácil, mas é a minha casa!

(Palmério Soares | UR Villa)

Gosto de viver na UR. Posso andar }a minha vontade.

Cuidam de mim. Tenho pena de não estar aqui todos os dias (durante o dia)! **(António Gaspar | UR Villa)**

A UR é a minha Casa!

(Armando Costa | UR Villa)

A Casa da Maceda deu-me alegrias!

(Paula Cristina | Casa da Maceda)

A APPC foi um polo inicial... Numa fase muito difícil da minha vida comecei na Casa da Maceda a minha "vida independente" - embora sabendo que a Casa da Maceda era (e é) provisoriamente. Tive a sorte de me candidatar à Villa Urbana e tive também a sorte de ser um dos primeiros escolhidos para fazer parte da Villa Urbana. Entrei em fevereiro de 2005 (mais precisamente no dia 26). E na Maceda em meados de 1998. E assim comecei os primeiros passos na minha vida mais independente. Atualmente encontro-me na plenitude na Villa Urbana - que considero minha casa, mas tenho noção que estou numa instituição... Neste momento estou a trabalhar e a cumprir os objetivos iniciais desta casa. Sinto-me satisfeito com a ajuda que a APPC me tem dado neste meu percurso de vida... **(Ricardo Alves | UR Villa)**

Gosto do convívio com as pessoas e sinto-me menos sozinho.

(Carlos Silva | Casa da Maceda)

Gosto de viver na UR, tenho liberdade, gosto do meu quarto e cuidam de mim...

(Adão Ferreira | UR Villa)

Gosto de viver na UR, porque é fixe!

(Manuel João | UR Villa)

O pessoal é simpático e cuidam bem de mim. Eu gosto muito deles! **(Paulo Correia | UR Villa)**

A minha necessidade de viver na UR desafia-me todos os dias a encontrar estratégias para ter uma melhor qualidade de vida. Encontrá-la nem sempre é fácil, mas o difícil também será sempre o meu desafio... Para ter uma vida melhor! **(António Magalhães | UR Villa)**

Muitos parabéns para a Casa da Maceda, para todos os auxiliares que trabalham aí - que devem ser reconhecidos! - mas também a Raquel, a D. Helena e a Dra. Susana (...).

Não tenho queixas de nada (em relação à prestação de apoio e cuidados). Que venham mais 30 anos e que esteja vivo para estar aí com a minha segunda família e usufruir, quando preciso, de ir para aí! Vocês são o meu porto de abrigo. Nunca me fecharam as portas e por isso é que desejo muitos parabéns. Que me tratem bem, tratem bem todos os clientes... O meu reconhecimento também para as senhoras responsáveis pela limpeza. **(Jorge Cardoso | Casa da Maceda)**

Na Casa da Maceda, passei bons momentos, muito divertidos. Muitos parabéns para todos. Obrigada por tudo!

(Cristina Gonçalves | Casa da Maceda)

Eu também faço 18 anos de UR! Estou contente por viver aqui, arranjei amigos, tenho atividades, estou ocupado! **(Luís Pedro Silva | UR Villa)**

Viver aqui é fixe!

(Sara Cruz | UR Villa)

A UR para mim é acolhimento e família.

(Bruno Francisco | UR Villa)

Gosto da UR, como gosto de laranjas. [observação: fruta preferida do João]

(João Torres | UR Villa)

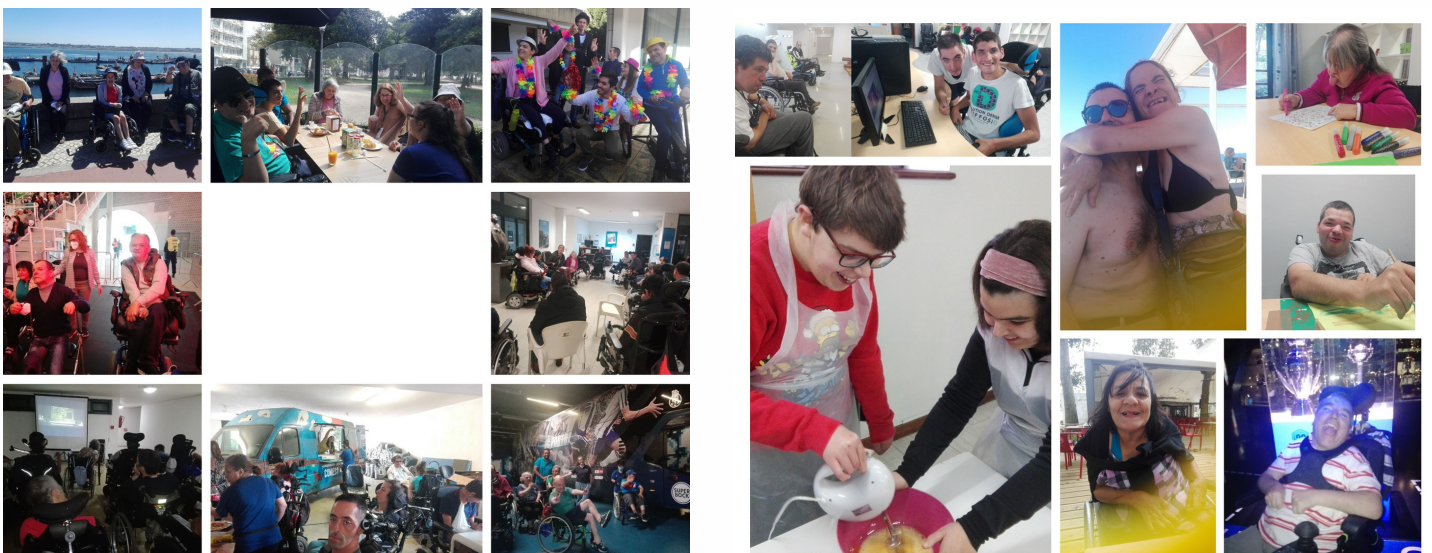
A UR para mim é casa. E não me arrependo da minha decisão de vir para cá morar. Antes de vir para a UR estava muito revoltado!

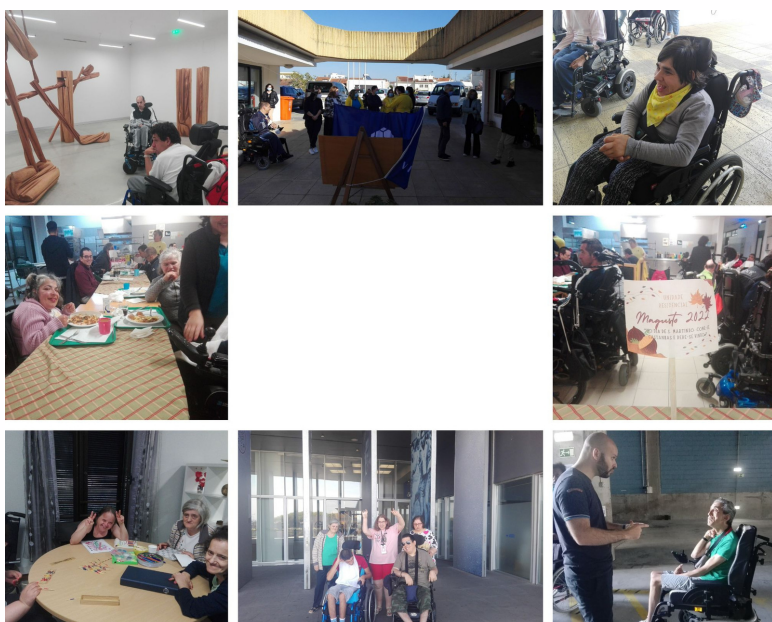
(Vasco Matos | UR Villa)

Unidades residenciais... Plenas de vida!



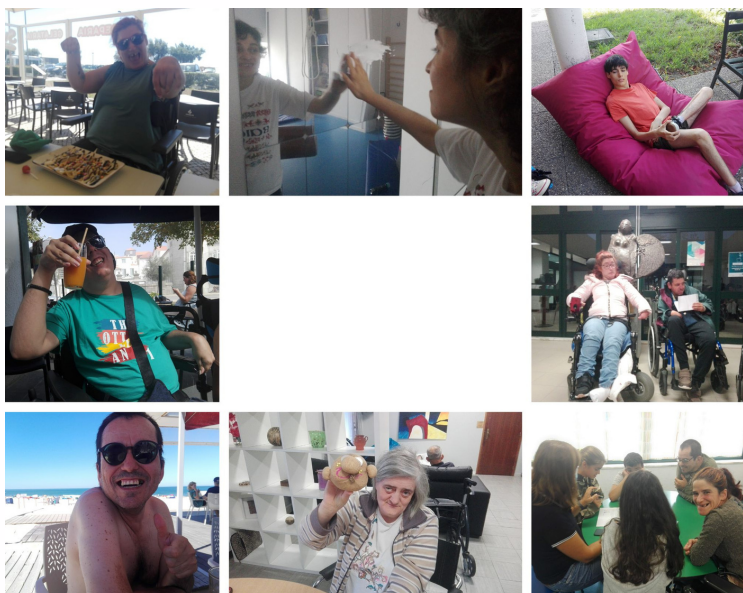
**Acontecimentos,
eventos, encontros,
comemorações,
saídas e visitas que
marcaram as
Unidades
Residenciais em
2022...**





**Fizemos
muito!**

**Vivemos
tanto!**



**Mas ainda temos
muito para
contar, viver,
aprender
e realizar!**

As unidades...

São únicas

São casa, conforto e consolo

Intempestivas e intemporais

São solo fértil

Abrigam os afetos, os desafios e as
tempestades

Nunca fecham as portas e o coração

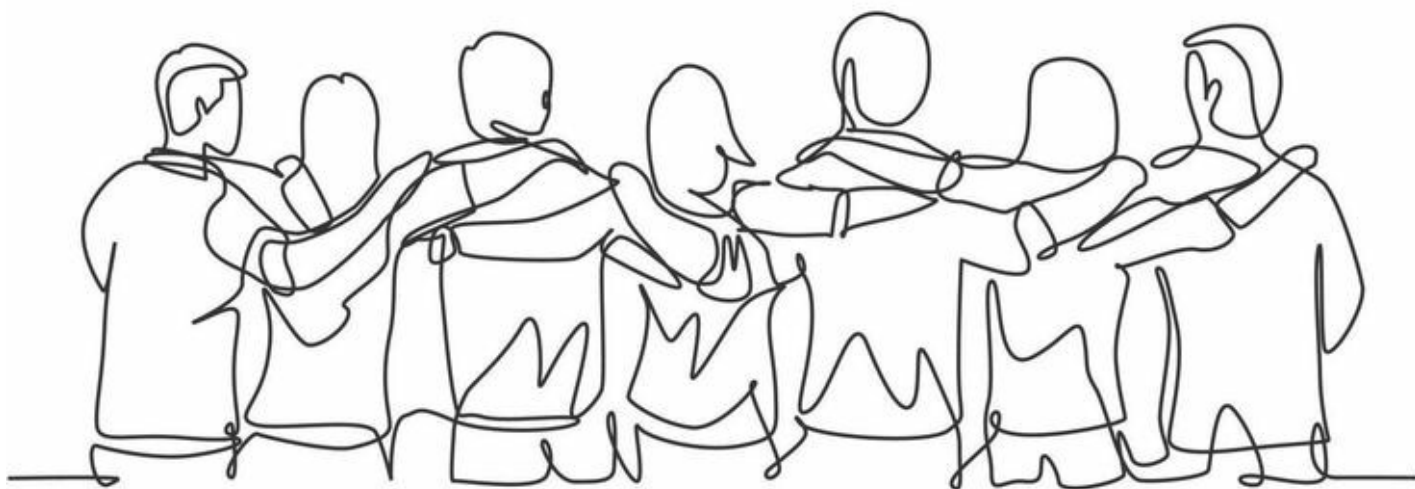
São um porto seguro sem amarras,
apenas âncora.

São memórias, ideias e imagens...

Vozes, reflexos, sombras e luz.

São proteção e companhia.

São uma estrutura construída através de
cuidados e afetos



Obrigado aos tantos que enriqueceram esta edição especial!

Ficha técnica:

Data de publicação: fevereiro de 2023

Edição e conteúdos: **Clientes das Unidades Residenciais da Associação do Porto de Paralisia Cerebral**

Coordenação: **Raquel Pinto**

Dialogistas deste número: **Residentes, colaboradores, voluntários e familiares das Unidades Residenciais**

Contacto: **odialogista@appc.pt**