
Vemo-nos na escola...

Como pais, bem sabemos a montanha-russa emocional que o início das aulas causa aos nossos filhos, a nós e ao conjunto de pessoas que os acompanha. [Andréia Azevedo Soares](#), num artigo publicado no jornal Público, a 13 de setembro de 2023, sinalizou muito bem as principais questões que nos inquietam nesta fase:

“Se o meu filho não fala, como vai explicar que tem sede? Se a minha neta não caminha, como vai brincar com os outros meninos no pátio? Se a minha enteada tem medo, como poderá comunicar às assistentes as próprias emoções? Será que a diferença funcional da minha criança será explicada à turma, facilitando a integração e evitando estigmas? O coração de um cuidador pode estreitar-se e ficar tão compacto como um grão de milho.”

Atualmente, a maioria das escolas encontra-se, em teoria, preparadas para receber alunos com essas singularidades. Temos

consciência, por outro lado, do desequilíbrio que perdurará por muito tempo entre as orientações [legais](#) que garantem a inclusão e a realidade nem sempre acolhedora.

Reconhecemos a complexidade de se ter, num universo de pessoas ditas “normais” ou *neurotípicas*, alunos que não falam ou com uma condição física, mental e/ou cognitiva extremamente desafiante. A nossa condição de pais dessas pessoas dá-nos a dimensão clara desta complexidade. Diariamente os nossos limites e potencialidades são testados, porque a maioria de nós também não recebeu formação para uma realidade tão desafiante.

Tudo o que é diferente aos olhos humanos é motivo de atenção ou tensão. É assim para nós, pais, para os coleguinhas dos nossos filhos, para os pais desses coleguinhas ou para aqueles que, pela primeira vez, terão a oportunidade de passar algum tempo com a Vera, por exemplo, que tem Trissomia

21, ou o Martim, que nasceu com a síndrome de Cornélia de Lange, ou com o Thalís, que ainda não tem uma causa, mas lida diariamente com os seus sintomas...

O que faz verdadeiramente a INCLUSÃO acontecer, em casa, com os amigos, entre os colegas e professores na escola, não são os decretos institucionais, são as PESSOAS. O olhar que deteta uma ameaça é o mesmo capaz de ver além dos rótulos. A ESCOLA é o

locus privilegiado do APRENDER a VER. A Vera, o Martim e o Thalís, para além dos rótulos que lhes quisermos atribuir, são PESSOAS. E é certamente assim que os próprios e também os seus pais gostariam que a comunidade escolar os percebesse.

Aprendamos a ver!

*E tenhamos todos um excelente
novo ano letivo!*

P.S. Para saber mais sobre a Vera e o Martim, adquira os livros da coleção *Meninos Especiais* da nossa Associação. Informações [AQUI](#).

Em outubro, o nosso Núcleo terá um novo canal de apoio:



Precisamos falar
Conversas entre Pais & Cia.

Espaço aberto a partilha de experiências de pais de filhos especiais

Semanalmente, à sexta-feira, pelas 21h, com sessões remotas.

Último sábado do mês, de manhã, sessões presenciais.

Coordenação: Cláudia Carvalho

Para mais informações:
margemsul@paisemrede.pt

PAIS-EM-REDE NÚCLEO MARGEM SUL



O Observatório da Deficiência e Direitos Humanos (ODDH) está a elaborar o relatório “Pessoas com Deficiência em Portugal: Indicadores de Direitos Humanos – 2023”

Além da informação quantitativa, importa também incluir no relatório testemunhos que permitam:

- (1) Retratar experiências de vida das pessoas com deficiência, ilustrando aspetos positivos ou negativos que os dados quantitativos já revelam;
- (2) Dar visibilidade a outras questões que os dados quantitativos não apreendem, mas que importa mostrar e debater, denunciando assim lacunas ou problemas que permanecem por resolver.

Se deseja partilhar anonimamente o seu testemunho, faça-o [AQUI.](#)

A equipa do ODDH irá proceder à seleção dos relatos a incorporar no relatório.

DATA LIMITE DE ENVIO: 31 DE OUTUBRO DE 2023

Um convite Especial...



PAIS-EM-REDE

- 21 de outubro de 2023
- 10h e 13h
- No Centro Cultural Fernão Mendes Pinto (Almada)
- Com a Psicóloga Ana Rita Pires
- Inscrições [AQUI](#)
- Evento presencial e remoto

Informações: margemsul@paisemrede.pt

VAMOS CONVERSAR...

Sinto-me só...
nos desafios de educar o meu filho atípico

As inscrições são gratuitas, porém, obrigatórias. Inscreva-se [AQUI](#).

Divulgação:



Vera Bonvalot
Diretora Executiva
919 437 335
www.novamente.pt

  

MB WAY 912617482
IBAN PT50 0010 0000 4423 8960 0013 2

associação novamente

**SAÚDE MENTAL
NA PESSOA COM DEFICIÊNCIA ADQUIRIDA:
QUAL O IMPACTO E ABORDAGENS**

9 OUTUBRO
14H30-17H
FUNDAÇÃO CALOUSTE
GULBENKIAN
AUDITÓRIO 3, LISBOA

Inscrições gratuitas e obrigatórias em eventbrite.pt



ESTRATÉGIA MUNICIPAL DE SAÚDE DE ALMADA

FORMAÇÃO AVANÇADA SOBRE INTERVENÇÕES DE SAÚDE PÚBLICA ORIENTADAS PARA A CONSTRUÇÃO DE HÁBITOS SAUDÁVEIS

Dias 7 e 9 Nov
9h00 às 18h00 (presencial)

Dias 14, 16 e 23 Nov
9h00 às 18h00 (online)

Responsáveis pelo curso
Oswaldo Santos
Isabela Sousa

Docentes
Oswaldo Santos
Ricardo R. Santos
Isabela Sousa

Prefeito
Nelson Dias

Programa
(total 9 horas)

Da literacia em saúde à mudança de hábitos: fundamentos teórico-práticos

- Educação para a saúde
- Literacia em saúde: definições e estratégias
- Modelos explicativos da mudança comportamental
- Princípios da ativação comportamental
- Construção de hábitos nas áreas da alimentação, atividade física e de promoção de saúde mental

Estratégias para uma comunicação efetiva na promoção de bem-estar e saúde

- Construção de uma estratégia de comunicação
- Definição de objetivos da comunicação
- Segmentação dos públicos-alvo da comunicação
- Características de uma mensagem eficaz
- *Citizen science*: confiança na ciência como base da adoção de comportamentos de saúde

Liderança na promoção de participação cidadã ativa

- Princípios da liderança promotora de participação ativa por parte do cidadão
- Técnicas de promoção de participação ativa por parte do cidadão

Destinatários

- Pessoal docente e não docente dos estabelecimentos de ensino;
- Profissionais de administração local e central de Almada;
- Profissionais de entidades sem fins lucrativos de Almada;
- Municípios com interesse em participar na Estratégia Municipal da Saúde de Almada.

Inscrição sujeita a confirmação para o e-mail cmarques@cma.m-almada.pt
Número máximo de participantes por ação de formação 20
Certificado de presenças Mínimo com 6 horas de presença

Grupo Técnico Concelhio

ors/ivt                                   