



NOTICIARIA

Editorial

Caros Amigos

Este ano a ARIA comemora 25 anos de existência... Bem na verdade é muito mais que isso, são 25 anos de trabalho, de empenho e de visão de futuro que nos possibilitou chegar até aqui!!!

Contamos com 300 meses de cumprimento da missão de ajudar a pessoa com problemas de saúde mental a adquirir os recursos necessários à sua reabilitação psicossocial e integração sócio-profissional.

Nestes 9000 dias passados, muitos foram os que contribuíram para que a ARIA seja uma Instituição de referência.

O nosso obrigado a todos os que possibilitaram que o sonho de alguém continuasse... aos Fundadores, aos Utentes e suas Famílias, Colaboradores, Entidades Parceiras, Entidades Financiadoras e Comunidade onde estamos inseridos.

Festeje o nosso aniversário connosco!!!!!!

Até breve
A Direcção

Índice

Destaque	2
Formação Profissional	5
Empresa de Inserção	6
Fórum Sócio-Ocupacional de Lisboa	7
Fórum Sócio-Ocupacional de Oeiras	8
Fórum Sócio-Ocupacional de Cascais	9
FAS - Fórum Apoio Social	10
Residências	11
Os nossos contactos	12

Ficha Técnica

Janeiro de 2016

Montagem e Edição: Carla Silva

Revisão: Direcção

Periodicidade: Trimestral

Propriedade: ARIA

Morada: Praça de Goa, N° 4
1400-184 Lisboa

Email: aria.direccao@gmail.com

Site: www.aria.com.pt



Destques NOTICIARIA

COMEMORAÇÃO 25.º ANIVERSÁRIO DA ARIA



Em Janeiro de 2016, foi apresentado o **novo logótipo comemorativo do 25º aniversário da ARIA**, elaborado pela Arq.^a Ana Mestre, que aproveitamos para felicitar pela elegância do mesmo.

Lançamento da novo web design do site da ARIA.

Ver www.aria.com.pt



PARA UM FUTURO MELHOR



PARA UM FUTURO MELHOR

ASSOCIAÇÃO DE REABILITAÇÃO E INTEGRAÇÃO AJUDA
"Orgulhamo-nos de ser uma organização que tem vindo a crescer, atingindo o seu objectivo que se traduz na reabilitação e integração de pessoas com problemas de saúde mental"
Presidente da ARIA, António Miguel Cotrim Taina



Fica também aqui o nosso muito obrigada por todo o apoio ao Alexandre Oliveira da empresa

INTERACTIVE BEAR

<http://www.ibear.pt/>

info@ibear.pt

MAS VAI HAVER MAIS...

Destques NOTICIARIA



No âmbito da Exposição **Fotograficamente**, dia 14 de janeiro realizou-se no Espaço Santa Casa um Encontro/Debate sob o tema da nossa exposição "Um Olhar sobre a Saúde Mental"! Esta iniciativa resultou de uma parceria entre a ARIA e a SCML onde ambas as instituições tiveram a oportunidade de apresentar os seus projectos! Esta apresentação foi da responsabilidade da Vice Presidente da ARIA, Dr^a Teresa Ribeiro, sendo a apresentação da Fotograficamente feita pela Fotografa Ana Mestre. Foram também apresentados dois testemunhos de formandos da ARIA. Neste evento tivemos a oportunidade para mostrar pela primeira vez o filme promocional da exposição realizado por Filipe Marta.

Ver: <https://www.youtube.com/watch?v=VIdShzSBgLE>

Fotograficamente - Um Olhar sobre a Saúde Mental"

É uma exposição de fotografia que ilustra muitos números e estatísticas que nos vão chegando sobre a situação da saúde mental em Portugal...

Neste contexto, a ARIA propõe às pessoas com problemas de saúde mental com quem trabalha, seus familiares, técnicos e parceiros, um trabalho que nos reunisse a todos, refletindo sobre a forma de transformar em imagens fortes, palavras que se ouvem e se desvanecem com o tempo. Gostaríamos que este nosso contributo possibilitasse a mudança, ainda que pequena, ainda que devagar, para uma forma de lidar com a doença mental menos estigmatizante, dado que estamos todos mais próximos desta realidade, talvez mais do que poderíamos pensar.

Fotograficamente - Um Olhar sobre a Saúde Mental", é um trabalho composto por 21 fotografias.

Se quiser esta exposição perto de si contacte-nos para:
aria.sede@gmail.com

Destques NOTICIARIA



I SIMPÓSIO DA AFUA

Saúde Mental: Reabilitar na Comunidade

Foi com grande orgulho que, a convite da Direcção fui representar a ARIA no I Simpósio da Associação de Familiares, Utentes e Amigos do Hospital Magalhães de Lemos (AFUA - HML).



Este Simpósio realizou-se no dia 4 de Dezembro e teve como tema "Saúde Mental...Reabilitar na Comunidade" e pretendeu divulgar as práticas de reabilitação psicossocial de diferentes instituições, promover sinergias e refletir sobre o trabalho desenvolvido a nível nacional.



Apresentei o tema "Serviços de Reabilitação Psicossocial: Uma forma de incluir na Comunidade" onde tive oportunidade de apresentar a ARIA e constatar que somos uma Instituição de referência na área da Reabilitação Psicossocial pelo trabalho desenvolvido nos últimos 25 anos.

Andreia Fonseca



No dia 15 de janeiro a ARIA foi convidada a estar presente no 1º Seminário da MetAlentejo, associação que pretender intervir na área da saúde mental no Alentejo.

"Saúde Mental no Alentejo – Que Caminhos para o futuro" foi o tema do evento, tendo a nossa Instituição sido representada pela Vice Presidente, Dr.ª Teresa Ribeiro, com uma apresentação no âmbito das boas práticas no apoio comunitário da Pessoa com Doença Mental. Mais uma vez tivemos oportunidade de levar a nossa experiência a outras regiões do País, no ano em que celebramos 25 anos é um reconhecimento do trabalho desenvolvido.



Destques NOTICIARIA

Curso de Primeiros Socorros

Decorreu nos passados dias 4 - 5 de novembro de 2015 e 13 - 14 de janeiro de 2016 duas acções do Curso de Primeiros Socorros, na modalidade de formação contínua e natureza teórico-prática com a duração de 14 horas cada, dinamizado pela Dra. Fátima Madeira, em regime de voluntariado.

Foi muito importante para a nossa Associação a possibilidade responder a uma necessidade já há muito identificada e que melhora também a qualidade do serviço prestado aos nossos Clientes, já que facultou conhecimentos básicos para intervir em caso de acidente ou doença súbita e conhecimentos básicos sobre a prevenção de acidentes.

Eis os conteúdos abordados:

1. O Sistema Integrado de Emergência Médica
2. Princípios Gerais do Socorrismo
3. Exame da Vítima
4. Suporte Básico de Vida e Desfibrilhação Automática Externa
5. Choque
6. Hemorragias
7. Envenenamento / Intoxicações
8. Lesões na Pele (Feridas)
9. Lesões do Osso (Fracturas)
10. Lesões Articulares (Entorses e Luxações)
11. Situações de Doença Súbita



O nosso obrigada à Dra. Fátima Madeira!!!!!!!

Festa de Natal 2015

Decorreu no dia 14 de Dezembro de 2015 mais uma Festa de Natal da ARIA. Este ano o local escolhido foi o Pavilhão Polivalente do CHPL. Desde teatro a canções de Natal houve de tudo um pouco. E pela primeira vez, as valências foram desafiadas a participar num concurso de Árvores de Natal. No fim, houve mais um sorteio do Cabaz de Natal e uma actuação surpresa de todos os Técnicos da ARIA com uma maravilhosa apresentação de um “Flash mob”!

A equipa da Formação Profissional ficou em 2º lugar no Concurso de Árvores de Natal, quem ganhou o 1º lugar foi o FSO Cascais com muito mérito!!



Testemunho dos Formandos do Curso de Jardinagem

«A ARIA é muito bem organizada, não se esquece da Época Natalícia. Contribuiu para que todos os Formandos tivessem um Natal em conjunto.

Gostámos da competitividade das Valências no concurso das Árvores de Natal, estiveram todas muito bem, mas ficámos tristes por não termos ganho. Mas o que conta é a participação. Este evento foi muito gratificante e o grupo esteve unido.

Esperamos que durante 2016 o grupo continue unido e que esteja sempre feliz!

Sem mais nada a acrescentar, vimos por este meio desejar um Ano Feliz a todos da ARIA»

Sabia que:

No início de Fevereiro, vão iniciar as inscrições para todas as Valências da ARIA, participarem no X Torneio de Futebol que irá decorrer no dia 29 de Abril de 2016??

Intervenção nos Espaços Verdes da Quinta do Mocho

A ARIA Jardins efetuou no final de Novembro de 2015 uma intervenção ao nível dos espaços verdes na Urbanização Terraços da Ponte, em Loures, também conhecida como Quinta do Mocho, marcando o início de uma articulação com a União das Freguesias de Sacavém e Prior Velho, trabalho este reconhecido muito positivamente pelo cliente, estando já prevista uma nova intervenção para Março de 2016.

Os trabalhos efetuados na Quinta do Mocho, ao nível de corte de ervados, poda de arbustos e árvores e limpeza geral foram reconhecidos muito positivamente pelos responsáveis da União das Freguesias de Sacavém e Prior Velho, estando já prevista uma nova intervenção para Março de 2016.



Passeio Noturno da ARIA Jardins à Baixa de Lisboa

Em Dezembro de 2015 os colaboradores da ARIA Jardins realizaram um passeio noturno à Baixa de Lisboa, com o objetivo de visitar e fotografar as luzes de Natal nesta zona histórica da cidade.

Com as fotografias recolhidas foi construído uma apresentação na Festa de Natal da ARIA, que se realizou no salão polivalente do CHPL.

A Educação Artística

No âmbito da missão Pedagógica da **Fundação Calouste Gulbenkian**, o FSO Lisboa tem tido a oportunidade de participar gratuitamente em vários *ateliers* e visitas temáticas que o Centro Educativo desta Fundação promove. As atividades realizadas nestes *ateliers*/visitas, assentam na ideia de uma educação artística como parte integrante da formação completa de qualquer indivíduo, e dentro desta perspetiva, as propostas artísticas que nos têm sido apresentadas revelaram-se muito ricas pela sua abordagem sensorial (p.e. Visitas dançadas, ateliers de som, desenho com diferentes matérias). No sentido de divulgar esta parceria, e como sinal de agradecimento, partilhamos convosco alguns desses momentos:



Foto 1 e 2: Visita desenhada ao Museu **Gulbenkian**



Foto 3: Atelier de pintura **Gulbenkian** "Mundo no Jardim"



Foto 4: Atelier de desenho **Gulbenkian** "Auto-retrato"



Foto 5: Atelier de música **Gulbenkian** "O Som Contigo"

O MELHOR DE 2015 NO FSO OEIRAS

O ano de 2015 foi muito importante para nós porque houve várias comemorações relacionadas com os quinze anos do FSO Oeiras. Para além da cerimónia de comemoração dos 15 anos, em que contámos com as presenças de ilustres convidados, tivemos a inauguração da exposição fotográfica da ARIA FotográficaMente. Fomos também à Isla Mágica em Espanha em setembro.

No que diz respeito ao envolvimento das famílias, deu-se início ao GAM FAMÍLIAS, comemorou-se o Mês da Família em maio. Mais para o final do ano lançámos a Exposição "Igual 'Arte: Reciclar o Sentir" em colaboração com a Unidade o Farol do Bugio do CHLO. O Fórum organizou duas tertúlias para a comunidade com o nome "No Divã com..." - uma sobre a saúde mental no jovem adulto e outra sobre o internamento compulsivo.

Celebrámos o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência ao organizar com a Câmara Municipal de Oeiras e restantes parceiros o **Encontro "Caminhos ara Inclusão Profissional: Horizontes de uma Realidade"** sobre a integração no emprego. Tivemos oportunidade de assumir diversos papéis neste Encontro, incluindo apoio ao secretariado e à sala. Preparamos uma gravação áudio sobre vozes para o evento, para que os participantes tivessem uma ideia de como estas podem ser incapacitantes. Aproveitámos a oportunidade para divulgar a Associação e vender alguns dos nossos trabalhos.

Relativamente a actividades, lembramo-nos da ida ao Circo no Coliseu em Lisboa, ao teatro ver a peça "A Bela e o Monstro" e ao cinema no OeirasParque a assistir ao filme: "Pátio das Cantigas". As atividades lúdicas que mais gostamos foram a ida à praia e às piscinas. Esperemos que 2016, seja igual ou melhor que o anterior!

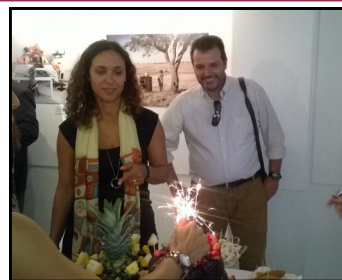
Arnaldo, Emília, Mário Jorge, Armando, Tiago e Iolanda

EXPETATIVAS PARA 2016

2016 será um ano muito especial para nós - a ARIA faz 25 anos de existência! Neste âmbito, gostávamos que houvessem várias actividades em conjunto com os outros serviços, por exemplo, visitas ao parque aventura, exposições, à Expo e ao Pavilhão da Ciência, bem como ao Jardim Zoológico.

Para este ano o grupo do Fórum de Oeiras, gostava que houvesse uma união com os utentes e técnicos, tão grande ou maior do que a que houve em 2015. Desejávamos, ainda, que a informática fosse melhorada e que recebesse-mos equipamento melhor. Gostávamos que as actividades de TIC e Inglês comesçassem bem e que houvessem bons resultados e que abrissem novas atividades.

Vanessa, Ricardo Vinhais, Mafalda e Adérito



Quiz sobre Cascais

Este mês desafiemo-lo a testar o que sabe sobre o Concelho de Cascais!!!

1. Que Gruta, no Concelho de Cascais, permite a oportunidade de experimentar ou iniciar-se na prática do Espeleísmo?

- A) Alvide
- B) Poço Velho
- C) Alapraia



2. A toponímia de Alcabideche tem influência?

- A) Grega
- B) Romana
- C) Árabe

3. Quantas freguesias tem actualmente o concelho de Cascais?

- A) 6
- B) 4
- C) 5

4. Quando é o feriado municipal de Cascais?

- A) 13 Junho
- B) 7 Junho
- C) 11 Setembro

5. O Borboletário situa-se onde?

- A) Bosque dos Gaios
- B) Parque Urbano Quinta de Rana
- C) Parque Palmela



6. Que banda portuguesa é originária de Cascais?

- A) Delfins
- B) GNR
- C) Amor Electro

7. Que Casa se situa na Rua do Farol de Santa Marta?

- A) Casa das Histórias Paula Rêgo
- B) Casa de Santa Maria
- C) Casa Verdades de Faria



8. Onde no Concelho de Cascais podemos encontrar 8 burros mirandeses puros, burros lanudos?

- A) Quinta do Pisão
- B) Quinta da Barreta
- C) Quinta da Marinha

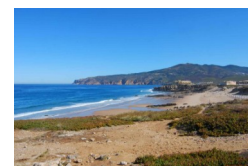


9. Que actividade não podemos fazer na Pedra Amarela?

- A) Orientação
- B) Canoagem
- C) Tiro com arco

10. A Praia da Cresmina localiza-se onde?

- A) Guincho
- B) S. João
- C) Parede

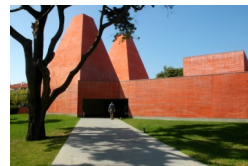


11. Que Museu reúne os espólios de duas grandes figuras da cultura portuguesa: Michel Giacometti e Fernando Lopes-Graça?

- A) Museu Condes Castro Guimarães
- B) Museu do Mar
- C) Museu da Música Portuguesa - Casa Verdades de Faria

12. Que edifício de Cascais se distingue de imediato na paisagem por duas estruturas piramidais de igual dimensão e pelo betão pigmentado a verme-lho?

- A) Centro Cultural de Cascais
- B) Casa das Histórias da Paula Rêgo
- C) Câmara Municipal



13. Que Farol, em Cascais, está aberto a visitas?

- A) Farol de Santa Marta
- B) Farol do Esteiro
- C) Farol do Cabo Raso

Soluções: 1—A; 2—C; 3—B; 4—A; 5—B; 6—A; 7—B; 8—A; 9—B; 10—A; 11—C; 12—B; 13—A.

Magusto no FAS

A 13 de Novembro de 2015 o FAS abriu as portas a todos os fóruns da ARIA, a fim de festejarmos o dia de S. Martinho. Como é habitual neste dia, a tarde encontrava-se amena, propícia à realização de jogos tradicionais. Estes foram disputados em equipas, num clima de alegria e diversão. Houve ainda espaço para muita dança, música e convívio. Para celebrarmos em grande este dia, não puderam faltar, claro, as tão apreciadas castanhas!



Participação do FAS na Festa de Natal da ARIA

Trabalho árduo, dedicação e alegria: foram estes os ingredientes principais na produção das duas atuações que os nossos artistas apresentaram na Festa de Natal. Se, por um lado, a atuação do Faz de Conta e das “Preconceituosas” nos tocou ao mostrar a importância da quebra de preconceitos, a atuação do grupo FAS Maravilhas fez-nos viajar por atuações anteriormente realizadas, ao apresentar-nos o seu “Best of FAS Maravilhas”. Foram dois momentos distintos, mas ambos nos encheram de orgulho dos nossos artistas!



Natal nas Upros

Estivemos presentes na Fantástica festa de Natal da ARIA , contribuímos com a leitura de um poema da autoria do José Godinho e participámos no concurso de árvores de Natal, a nossa árvore alcançou o 3º lugar!

Como é habitual fomos ver as iluminações na Baixa Lisboa e o espetáculo de vídeo mapping "As Portas Encantadas". Para começar o Ano com energia e boa disposição fomos ao Concerto dos DAMA no Terreiro do Paço.

"Eterna Luz"

O Menino Jesus,
Deus Menino,
Eterna Luz,
Filho de Maria
Nasceu junto
De José de Nazaré,
Na Gruta da
Natividade.
Os Três
Magos Reis,
Baltazar,
Gaspar
E Melchior,
Seguiram
A Estrela
De Belém.
Na Gruta
Da Natividade
Ofereceram
Ouro,
Incenso
E Mirra
Ao Salvador
Da Humanidade!
Tal como
Os Reis Magos
Presentearam
A Eterna Luz,
Da Fraternidade,
De tratar
Todos os
Seres Humanos
Como irmãos
E do Amor,
De amar
Todos os
Seus irmãos,
Eu desejo-vos
Meus irmãos. JG



**Desejamos
a todos um
ótimo Ano
de 2016**

Sede Administrativa:

Praça de Goa n.º 4 — Bairro do Restelo
1400 - 184 Lisboa
Telefone: 21 364 10 99 / 21 366 01 64
Fax: 21 366 01 65
E-mail: aria.sede@gmail.com

Gabinete da qualidade:

aria.qualidade@gmail.com

Gabinete de Serviço Social:

Telefone: 21 364 10 99
E-mail: aria.gab.serv.social@gmail.com

Gabinete do Voluntariado

Telefone: 932556607
E-mail: aria.voluntariado@gmail.com

Formação Profissional e ARIA JARDINS:

Parque de Saúde de Lisboa
Av. do Brasil, n.º 53 Pavilhão 14
1749-002 Lisboa
Telefone: 21 366 03 79 / 80
Fax: 21 366 03 81
E-mail: aria.formacao@gmail.com
aria.jardins@gmail.com

Fórum Sócio - Ocupacional de Lisboa:

Quinta da Cabrinha Loja 9A, Av. de Ceuta
1300 - 226 Lisboa
Telefone: 21 363 55 12
Fax: 21 363 55 12
E-mail: aria.fso.lisboa@gmail.com

Fórum Sócio - Ocupacional de Oeiras:

Av. dos Bombeiros Voluntários de Oeiras n.º1, Vivenda Nini
2780 - 282 Oeiras
Telefone: 21 441 96 58/9
Fax: 21 441 96 60
E-mail: aria.fso.oeiras@gmail.com

Fórum Sócio - Ocupacional de Cascais:

Rua Trouville 737, Monte do Estoril
2765 - 453 Estoril
Telefone: 21 466 92 15
Fax: 21 466 92 16
E-mail: aria.fso.cascais@gmail.com

FAS - Fórum Apoio Social:

Praça de Goa n.º 4 — Bairro do Restelo
1400 - 184 Lisboa
Telefone: 21 244 33 16 / Telemóvel: 96 482 25 60
Fax: 21 366 01 65
E-mail: aria.fas@gmail.com