



ATIVIDADES NA ESTM "SEMANA IPL+INCLUSIVO"



Decorreu na semana de 27 de maio a 1 de junho a iniciativa "Semana IPL+Inclusivo".

A Cercipeniche participou em várias iniciativas ao longo da semana.

No dia 29 de maio, durante o dia participámos em muitas atividades: Danças multiculturais, golf adaptado, jogos dos sentidos, palestra "+ cidadão", muitas outras atividades e por

fim o desfile de moda. Queremos também agradecer à estilista Ana Anastácio a dedicação e o carinho que demonstrou. Tirou-nos as medidas, ajudou-nos a experimentar os vestidos e esteve connosco no dia do desfile. Agradecemos também às cabeleireiras Carla e Ana que fizeram com que ficassemos muito bonitas e a toda organização.

Gostámos muito de participar nas atividades, vivemos novas experiências e convivemos com muitas pessoas. Este evento realizou-se na ESTM.

"Pela primeira vez na minha vida, fui desfilhar como modelo, foi muito lindo nunca mais vou esquecer este dia. Só tive pena da minha irmã não ter assistido, ela ia gostar muito. Estava a minha mãe e muita gente a aplaudir. O meu muito obrigado a todos." (Inês Costa)



PARTICIPAÇÃO DA CERCIPENICHE NA FEIRA DA SAÚDE



Decorreu no dia 18 de Junho a 1ª "Feira da Saúde" em Peniche, Organizada no âmbito das comemorações do 2º aniversário da U.C.C Unidade de Cuidados na Comunidade.

Estiveram presentes várias entidades locais. Fizemos uma pequena mostra dos doces e geleias que fazemos na Cercipeniche, todas as pessoas que provaram gostaram muito e deram-nos os parabéns, diziam que estava muito bom e recebemos algumas encomendas. Também mostrámos ervas aromáticas plantadas na área da jardinagem.

Assistimos também a um workshop sobre "alimentação saudável".

Foi uma tarde muito bem passada com muitas danças e muita animação.

CHAMA DA SOLIDARIEDADE



No dia 26 de Junho a "Chama da Solidariedade" passou por Peniche. Este evento foi promovido

pela Confederação Nacional de Instituições de Solidariedade Social. O percurso foi feito a pé, com início na entrada de Peniche e terminou no Jardim Municipal.

Cada Instituição tinha um percurso estipulado para caminhar com a Chama.

Por fim no jardim cada instituição presente falou um pouco do que é a Solidariedade.

Houve muita animação e muito convívio entre instituições, desde crianças a senhores de mais idade.

CULINÁRIA NA CERCIPENICHE



Na atividade de culinária fazemos muitas coisas, desde preparar fruta e lanches até bolos, tartes, doces e geleias. A nossa monitora é a Gracinda Soares.

Fazemos doces de abóbora e de maçã muito bons, preparamos tudo com muito cuidado para depois vender e juntarmos dinheiro para a construção do nosso Lar "Porto de Abrigo" para pessoas com deficiência. Este Lar está ficar muito grande e muito bonito, situa-se na Consolação. (Bernardina e Adelaide)





CERIN - CENTRO DE
RESPOSTAS INTEGRADAS

Rua Dr. João Matos Bilhau
26, 2520 - 466 Peniche
Tel. 262790000
932431672
Fax: 262 790009

Email: cerin@cercipeniche.pt

COORDENADORA
Andreia Capataz

Equipa do Jornal:

André, Maria Adelaide,
Ana Delmina, Sofia Simões,
Bernardina, Rui Monteiro,
João Paulo Cruz, Luis Noivo
e João Humberto.

Orientação: Inês Silva



**Vai acontecer em
julho**

- **4 One (Her)man Show**
- **3 e 5 aulas de Ténis**
- **Manhãs de Praia**
- **8 Portugal social on-the-road**
- **10 Intercentros em Porto de Mós**

“1ª SURF TRIP PARA TODOS” NAZARÉ – PENICHE– S.PEDRO DO ESTORIL

Nos dias 29, 30 e 31 de maio, decorreu uma iniciativa organizada pela Fenacerci, no âmbito da Campanha Pirlampo Mágico 2013, a “1ª Surf trip para todos”. Participaram 6 jovens de várias organizações: da Cercipeniche participaram o João Abel e o Ricardo Azevedo. Foi uma experiência nova, foram 3 dias de muitas atividades, emoções, vivências e muito convívio. O primeiro dia decorreu na Nazaré, mas devido às condições do mar não foi possível todos os jovens surfarem mas houve muita animação com Zumba na praia. Devido às condições climáticas a atividade de Vela adaptada prevista não foi possível realizar. O 2º dia foi passado em Peniche, iniciámos as atividades com uma aula de Capoeira em plena beira-mar com todos os jovens. Tivemos a presença do Pedro Lima que apadrinhou a iniciativa. Neste dia sim todos os participantes surfaram. Da parte da tarde fomos visitar as instalações do CERIN onde fomos muito bem recebidos com um agradável lanche de convívio e muita animação. Houve também uma sessão de Taças Tibetanas. O último dia, foi em S. Pedro do Estoril, as condições do mar não estavam muito favoráveis à prática do surf, pois não haviam ondas, mas os jovens entraram no mar muito contentes e divertiram-se muito. A atividade terminou num grande ambiente de convívio.



JARDINAGEM VAI À ESCOLA EB2 DE PENICHE



O grupo de jardinagem foi convidado para ir à escola do Lourenço. Todas as crianças estiveram envolvidas na criação de uma pequena horta. Andámos a arranjar os canteiros da escola nº2, fizemos buracos para plantar flores e colocámos estrume do Galileu (o nosso burro) para preparar a terra. As crianças depois foram à Cercipeniche conhecer o Galileu, foi muito giro, algumas crianças nunca tinham visto ao perto um burro, deram-lhe fruta e gostaram muito. Sachamos e endireitamos as estacas que estavam à volta dos canteiros. Plantámos também chás e alfaces. Gostámos muito de poder ensinar às crianças como se trata de uma horta e como se fazem plantações. Além desta experiência na escola, fazemos muitas coisas ao longo de todo o ano com a monitora Fátima Pedro. Cortamos relvados, fazemos poda e rega. Vamos a alguns quintais e a espaços públicos da Junta de Freguesia de S. Pedro no âmbito do programa de trabalho de utilidade social (PROTUS). Tiramos ervas dos canteiros, tratamos dos relvados, plantamos muitas ervas aromáticas e muitas plantas, também abóboras e alfaces. Fazemos a manutenção de máquinas e ferramentas. Tratamos das plantas das estufas e muitas mais coisas. Temos uma horta muito arranjadinha e bonita para as pessoas irem visitar. (Rui Monteiro, Luís Noivo e João Humberto) .

TAÇAS TIBETANAS NA CERCIPENICHE



Às quartas feiras à tarde um grupo vai ao ginásio do Creap ter sessão de Taças Tibetanas com o Técnico Carlos Canão.

Nas sessões trabalhamos várias partes do corpo através do som e da vibração que as taças emitem, também trabalhamos a pares e fazemos muitos exercícios.

É um momento em que relaxamos e esquecemos tudo o que está à nossa volta.. Quando terminamos a sessão vimos mais leves e tranquilos.

Numa sessão foi lida a história “A Menina do Mar” de Sophia de Mello Breyner, pois estamos a trabalhar o tema da água.

Foi um momento diferente, pois é muito agradável ouvir a história ao som das taças.

É muito bom e o professor Canão tem mesmo muito jeito e muita paciência para nós.