

## NOITE DO PIJAMA NO CERIN



Na noite de 25 para 26 de Janeiro, realizou-se no Cerin uma festa do pijama. Esta atividade foi organizada por um grupo de clientes nas sessões de Conversas de Raparigas. Fizemos uma pesquisa sobre a refeição (prato e sobremesa), vimos os ingredientes que precisávamos e depois fizemos uma lista de compras e fomos ao supermercado. Antes do começo da atividade preparamos o ginásio, a roupa que iríamos vestir e colocamos colchões onde iríamos dormir. Antes do jantar ouvimos e dançamos ao ritmo de algumas músicas. Ao chegar a hora do jantar houve trabalho de equipa e, enquanto algumas clientes confeccionavam o jantar (massa com bacon e cogumelos gratinados), outras colocaram a mesa. Foi um jantar muito agradável e para sobremesa foi confeccionada mousse de manga que estava uma verdadeira delícia. Depois do jantar arrumámos e lavamos a loiça. À noite fizemos uma festa, houve muita música e dançamos muito, foi muito divertido. No dia seguinte tomámos o pequeno-almoço, enquanto umas preparavam a mesa outras foram à padaria comprar pão. No final arrumámos a sala, lavámos e lavamos a loiça. Esta atividade proporcionou-nos trabalhar a autonomia a fazer determinadas tarefas diárias, bem como a possibilidade de passarmos uma noite fora de casa e também interagirmos com as colegas fora do contexto diário do Centro.

Gostámos muito desta atividade, aprendemos muitas coisas e a sermos mais responsáveis. Gostávamos de repetir esta iniciativa porque despertou em nós mais autonomia e o sentido de responsabilidade.

*Maria Adelaide Jacinto, Ana Delmina Gonçalves e Sofia Simões*

## CERCIPENICHE PARTICIPA EM CARNAVAL

### SÉNIOR



No dia 08 de fevereiro a Cercipeniche participou na atividade “Carnaval Sénior”. Esta atividade decorreu no seguimento das ações levadas a cabo no âmbito da parceria para Promoção da Cidadania Cénior e teve lugar na União Desportiva e Cultural de São Bernardino. Um grupo de clientes do Cerin mascarou-se de piratas participando na elaboração de adereços e em conjunto ensaiou uma pequena coreografia para apresentar com o tema “Marcha do Remador”. Houve um concurso de máscaras e todas as organizações apresentaram a sua coreografia. No final o júri escolheu a melhor máscara e a melhor coreografia. Ficámos muito contentes pois fomos premiados pela melhor coreografia, subimos ao palco e recebemos o diploma. Queremos desde já dar os parabéns a todas as outras organizações pelas coreografias apresentadas. Foi uma tarde muito agradável! Divertimo-nos muito a dançar com outras organizações do concelho. Foi especial

porque contactámos com idosos muito divertidos e cada vez mais temos de valorizar os idosos pois um dia todos vamos lá chegar. Parabéns à Camara Municipal de Peniche pela promoção deste evento.

## COMEMORAÇÃO DO CARNAVAL



Na sexta-feira, dia 9 de Fevereiro comemorámos o Carnaval. No Cerin, transformámos o ginásio numa discoteca com muita música e bar com sumos e muitos confetis. Mascarámo-nos e dançámos muito. Foi uma tarde muito divertida. À semelhança do ano anterior, a Cercipeniche participou em conjunto com o Clube Lazer de Santana no Corso de Carnaval da Cidade de Peniche, alguns colegas tocaram bombos outros levaram os cabeçudos construídos nos anos anteriores e participaram também na decoração do carro alegórico. Gostámos muito de participar no desfile, as ruas estavam cheias de pessoas que se deslocaram de outras terras para virem ver o desfile da nossa cidade. O desfile contou com a participação de cerca de 22 grupos alegóricos, com mais de 600 participantes, estavam muito bem organizados e com máscaras e roupas muito bonitas.



## SEMANA DOS AFETOS



No passado dia 15 Fevereiro um grupo de clientes do Cerin, participou numa atividade no âmbito da semana dos afetos no auditório da Escola Secundária de Peniche. Esta atividade foi organizada por uma turma de 12º ano e dinamizada pela Técnica responsável da Biblioteca Municipal de Peniche, Ângela Malheiros. Ficámos a saber o significado da palavra afetos e visualizamos dois vídeos sobre os afetos. De seguida ouvimos músicas sobre o abraço. Fomos desafiados para nos abraçarmos uns aos outros. Para terminar a Ângela leu-nos a história “Uma última carta”, da autoria de Antonis Papatheodoulou (editada pela Kalandraka) e ainda tivemos direito a uma pulseira. Houve também um momento musical. Levamos um retalho de tecido com uma palavra “amizade” para a construção de uma manta de afetos

“Gostei muito de participar nesta atividade”.

*Sofia Simões*

## CONFERENCIA VIA SKYPE DE AUTORREPRESENTANTES



No dia 20 de Fevereiro de 2018 o grupo de Autorrepresentantes da Cercipeniche esteve numa reunião via Skype da PNAR (Plataforma Nacional dos Autorrepresentantes). Esta reunião foi dinamizada pela Sandra Marques da Fenacerci e participaram algumas Cercis do país (Águeda, Espinho, Mira Sintra e Peniche).

Nesta Reunião a ordem de trabalhos foi a seguinte:

- Debater soluções e estratégias para Arranjar Fundos e Angariar membros para a PNAR.
- A organização do Encontro Nacional de Autorrepresentantes a realizar no final do ano de 2018.
- Dinamização das Ações de capacitação a realizar em Águeda, Espinho e Ponta Delgada durante 2018.

O Grupo de Autorrepresentantes da Cercipeniche ficou responsável pela zona Centro onde deverá divulgar a PNAR e fazer um levantamento dos grupos e atividades desenvolvidas por outras organizações e grupos de autorrepresentantes da zona centro. A Cercipeniche também ficou responsável por apoiar na organização do II Encontro Nacional dos Autorrepresentantes em conjunto com CERCIAG de Águeda e o CECD de Mira.

*Cláudio Figueiredo*

## VOLUNTARIDO NA ADEPE E ACOMPANHA



No âmbito de um curso de voluntariado dinamizado pela ADEPE (Associação para o Desenvolvimento de Peniche), os Autorrepresentantes da Cercipeniche efetuaram três ações onde aprenderam todos os passos e requisitos necessários para poderem ser voluntários. No final desta ação puderam experimentar a parte prática do curso em duas organizações de Peniche (ADEPE e ACOMPANHA). Esta ação contou com a participação de 10 clientes da Cercipeniche que referiram e demonstraram um agrado e satisfação global. “Gostei muito de ser voluntária. Aprendi muitas coisas novas e dei também alguns contributos, senti-me útil e isso faz-me muito feliz”.

*Maria Adelaide Jacinto*

## Visita ao Museu D. Pedro I em Serra D’El Rei



No dia 23 de fevereiro um grupo de clientes do Cerin, visitou o Museu de Serra d’El-Rei D. Pedro I que se situa nessa localidade num novo edifício que foi construído com o objetivo de dar a conhecer a história associada à passagem de D. Pedro I por estas terras.

Tivemos oportunidades de observar esculturas de artistas locais, trajes do Museu Nacional do Teatro e da Dança, e também o amor de Pedro e Inês nas artes e nas letras em Portugal. Lemos algumas passagens de livros que falam sobre a história da Rainha D. Inês de Castro e também vimos algumas imagens sobre essa história. É sempre bom conhecermos a história do nosso território.

Gostámos muito de visitar o Museu e, desde já queremos dar os parabéns pelas ilustrações apelativas, a utilização de linguagem fácil e, não podemos deixar de referir, o quão satisfeitos ficámos ao ver as legendas em Inglês e Braille. É um museu para todos, desde a decoração, inovação e acessibilidade.

*Igor Neto*