

## Cercipeniche participa no Workshop “EU E O OUTRO”- SER SOLIDÁRIO



No dia 9 de Novembro de 2018 um grupo do Cerin, participou num Workshop solidário "Eu e o outro Ser", organizado pelo Município de Peniche no âmbito das Jornadas Sénior de (cor) Idade.

Esta atividade decorreu no Centro de Convívio de Peniche e foram realizados vários trabalhos em croché, como almofadas para utentes do I.P.O. e ainda "polvos" (gorros) para bebés prematuros.

Queremos desde já agradecer pela forma como fomos recebidos.

“Gostei muito de participar neste Workshop e de ajudar esta causa”

Adelaide Jacinto

## Cercipeniche – 2º Lugar no Campeonato Nacional de Corfebol Adaptado



No dia 12 de novembro a equipa de Corfebol da Cercipeniche, orientada pelo Técnico Carlos Canão, participou num torneio de Corfebol adaptado em Mafra. Para dar o seu apoio, foi também uma claqué, gritando e aplaudindo para dar força aos colegas.

Participaram neste torneio as seguintes organizações: Cercipeniche, Cercipom, Oásis de Leiria, APPACDM de Santarém e Lisboa (AFID 1, Cercitejo, Amorama e AFID 2).

A Cercipeniche ficou em segundo lugar na divisão em que competia.

Fomos vice campeões nacionais da 2ª divisão.

“Eu gostei muito deste dia e pude ainda apoiar os colegas que estavam a jogar”

Ana Delmina

“Eu gostei muito de ver o desempenho das várias equipas presentes neste torneio”

Igor Neto

“Gostei de jogar e de conviver com os colegas”

Adelino Afonso



## Cercipeniche participa no Magusto Sénior



No dia 12 de novembro o Cerin, participou no Magusto Sénior que decorreu na União Desportiva e Cultural de São Bernardino.

Esta atividade decorreu no âmbito do Plano de Ação para a Cidadania Sénior. Foi uma tarde muito agradável, com muita animação e bailarico. No final houve um lanche partilhado, como manda a tradição, com castanhas assadas, batata-doce, e outros petiscos da época. Esta atividade foi acompanhada pelos monitores Ângela Cação e João Dionísio.

*"Eu gostei desta tarde em convívio e de provar alguns sabores de Outono"*  
Gonçalo Couto

## Caminhada do Dia Mundial da Diabetes



No dia 16 de novembro de 2018, o Cerin participou numa Caminhada promovida pela Câmara Municipal de Peniche no âmbito do Dia Mundial dos Diabetes. A caminhada teve a sua partida e fim na Praça Jacob Rodrigues e passou por várias ruas da cidade.

*"Eu gostei muito de participar nesta Caminhada."*

*É bom haver iniciativas de prevenção para estas causas.*

*Assim faz-nos ter mais cuidados e estarmos mais atentos no nosso dia a dia"*

Sofia Simões

## Lanche de Outono no Cerin



No dia 16 de novembro de 2018, decorreu no Cerin, um lanche de Outono. De manhã todos estivemos envolvidos na preparação do lanche. As compras foram feitas por um grupo de colegas na Feira de S. Leonardo na Atouguia da Baleia. O grupo da horta fez um centro de outono muito giro e o grupo da cozinha esteve envolvido na confeção do lanche e decoração da mesa. Houve o delicioso chá príncipe, produto "Nosso Aroma", apanhado fresquinho na nossa horta, batata-doce, castanhas assadas, broas caseiras, pão caseiro fatiado com manteiga ou doce e um bolo de chocolate com recheio delicioso. Nesta atividade os clientes comemoraram o magusto e conviveram uns com os outros, mantendo a tradição e costumes do nosso país.

*"Eu gostei muito deste lanche e pude assim degustar alguns sabores de outono e provar as broas caseiras."*

Cláudio Figueiredo

*"Eu gostei deste lanche e também do convívio com os colegas"*

Gonçalo Couto

## Workshop "Ser Feliz na Idade de Ouro"



No dia 19 de Novembro de 2018 um grupo do Cerin participou num Workshop solidário "Ser Feliz na idade de ouro", organizado pelo Município de Peniche no âmbito das Jornadas Sénior de (cor) Idade no âmbito do Plano de Ação para a Cidadania Sénior, destinado a instituições de Apoio e Serviços a Idosos de Peniche e Concelho. Este Workshop realizou-se na ESTMAR - Escola Superior de Turismo e Tecnologia do Mar, em Peniche. Falámos sobre ser feliz na idade de ouro depois dos sessenta anos. Houve uma apresentação em slides, muitas histórias de vida e jogos de felicidade e amizade. "Participámos em vários jogos com balões, jogo dos cumprimentos/toque (abraços, massagens), no final terminámos com um jogo da despedida "jogo da Galinha e do Pinguim".

## Ação de sensibilização Prevenção Rodoviária



No dia 28 de Novembro dois agentes da PSP de Peniche, deslocaram-se ao Cerin para nos falar sobre Segurança Rodoviária e outros temas. Esta ação de sensibilização enquadra-se no âmbito do programa "Significativo Azul". É sempre bom participarmos nestas ações pois aprendemos e relembramos como devemos andar a pé, respeitar os sinais, comportar na rua ou em outros locais. "Eu gostei muito desta ação pois fiquei a saber mais coisas em relação à Segurança e Prevenção Rodoviária. Foram explicadas situações que ocorrerem no dia a dia isso contribui para eu ficar mais atento e ter mais cuidado".

Igor Neto