

EFFECTUS NEWS

O jornal mensal da Effectus, Associação de Apoio a Pessoas com Deficiência



NESTA EDIÇÃO

APRESENTAÇÃO DA EFFECTUS NO BNI TEAM

“DAR VOZ” 1º ENCONTRO DE CUIDADORES INFORMAIS DO ENTRONCAMENTO

CUIDAR DE QUEM CUIDA UM ARTIGO DE LEONOR FRANCISCO

NOVO PROJETO: “O CAMINHO PARA A INCLUSÃO”

“DIREITOS E APOIOS DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA OU INCAPACIDADE”

VEM PARA O MEIO FÉRIAS PARA PAIS DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Encontro “Mais Perto” Testemunhos

“No passado sábado, dia 25 de maio, tivemos o nosso segundo encontro com os jovens com deficiência e suas famílias. Foi um dia cheio de muitas alegrias e brincadeiras, partilhámos o almoço entre todos. Foi e será um dia a voltar a repetir, sempre que puder.

Ver estes jovens felizes será sempre o nosso foco e ajudar os pais, também, claro. Convido todos os que lerem este pequeno texto e refletirem e tentarem ajudar um pouco que seja estes jovens e os pais que tanto sofrem sem tempo para eles próprios... Conto convosco.”

Isabel, mãe do Claudino, um jovem com deficiência.

“Participei no projeto “Mais Perto” no passado sábado, dia 25 de maio, pela primeira vez. Conviver com as pessoas com deficiência e com suas famílias foi muito enriquecedor e sem dúvida bastante divertido.

Estar-mos presente e fazermos-nos presentes numa parte da sociedade que muitas vezes é posta de lado, faz com que percebamos a importância da sua inclusão.

Por isso, convido-vos a estarem presentes nos próximos encontros. Faz a diferença e torna-te mais perto.”

Catarina, voluntária.

Próximo encontro “Mais Perto” dia 15 de junho
Mais informações e inscrições em effectus.pt/maisperto



Apresentação da Effectus no BNI Team

O BNI - Business Network International, é a maior e mais bem sucedida organização de referências de negócios do mundo. Está presente em mais de 73 países e tem mais de 285 mil empresários e profissionais liberais. O princípio básico da organização assenta na construção de relações de confiança. A filosofia do BNI assenta no conceito "Givers Gain" que se traduz em dar para receber. Isto é, quantas mais referências de negócio passar aos seus colegas membros, mais referências de negócio irá receber.

A Effectus está presente no grupo BNI Team desde novembro de 2023 e no passado dia 17 de maio foi apresentado, em mais detalhe, o trabalho que desenvolve em prol das pessoas com deficiência. A apresentação foi feita por Flávio Soares, fundador e presidente da direção da associação, que representa a associação no grupo nas suas reuniões mensais. Contou ainda com a presença da vice-presidente, Ângela Francisco, o secretário do conselho fiscal, Bruno Roda, a assistente social, Patrícia Rosa e ainda o nosso amigo Nuno Duarte.

O objetivo da nossa presença no BNI é divulgar a associação e o seu trabalho junto do tecido empresarial da região. O retorno tem sido muito positivo, traduzindo-se em donativos e apoios muito concretos em situações de necessidade. O nosso muito obrigado a todos os membros do BNI, continuamos a contar convosco para ajudar concretamente cada vez mais pessoas com deficiência.

EFFECTUS NEWS

É um jornal mensal da Effectus, Associação de Apoio a Pessoas com Deficiência.

É distribuído pelos sócios, beneficiários, parceiros e interessados.

Agradecemos o seu contributo para continuarmos o nosso trabalho.

Poderá fazer o seu donativo para o

IBAN:

PT50 5180 0004 00000412271 45

ou através da página
effectus.pt/donativo

Torne-se sócio da Effectus por

apenas um euro por mês

effectus.pt/socios

Contactos da Effectus

geral@effectus.pt

(+351) 244 829 087

Sede: Santa Eufémia, Leiria

Delegação: Fátima, Santarém



APOIO DA UNIÃO
DE FREGUESIAS DE
SANTA EUFÉmia E
BOA VISTA



“DAR VOZ” 1º Encontro de Cuidadores Informais do Entroncamento

No passado dia 24 de maio marcámos presença no “DAR VOZ”. Tivemos o privilégio de ouvir os testemunhos de cuidadores informais, mães de jovens com deficiência, as suas dores e dificuldades. Se queremos ajudar temos de ouvir quem precisa, entender que cada situação é única e particular. Ainda há muito a fazer para que os cuidadores informais tenham o seu devido reconhecimento. Ficou o compromisso de repetirmos o encontro e de continuarmos a caminhar juntos.



Cuidar de quem cuida

ARTIGO DE LEONOR FRANCISCO, PSICÓLOGA

O que seria de nós se não tivéssemos o carinho e o afeto das pessoas que nos rodeiam? O que seria de nós se nunca tivéssemos tido alguém que zelasse por nós? As crianças são (e tornam-se em adultos) mais felizes e saudáveis quando têm cuidadores primários responsáveis às suas necessidades, quando lhes dão o carinho que elas precisam. Aliás, ter uma rede de apoio, ou seja, pessoas com quem podemos partilhar os nossos fardos e as nossas alegrias, contribui significativamente para uma maior longevidade. Por outras palavras, a solidão, a falta de carinho, a falta de apoio, a ausência de alguém que cuide de nós, tiram-nos anos de vida.

Os cuidadores informais são então cruciais para o bem-estar das pessoas que cuidam. Ao responderem às necessidades, ao darem afeto e apoio, estão a dar vida a essas pessoas. Contudo, isto é um trabalho exigente. Pode ser o mais gratificante do mundo, mas não deixa de poder acarretar consigo um desgaste emocional e/ou físico expressivo. Às vezes, é-lhes difícil ter tempo para si próprios, cuidarem de si próprios, ou deixarem-se ser ajudados, sem sentir culpa. Contudo, quem cuida, também precisa de ser cuidado.

Iniciativas como a associação Effectus, grupos de apoio e políticas públicas eficazes são essenciais para garantir o bem-estar dos cuidadores informais e, conseqüentemente, das pessoas que cuidam. Ao valorizar e apoiar os cuidadores, estamos a promover uma rede de apoio que beneficia a todos. Se é cuidador(a) informal, saiba que não tem de enfrentar estes desafios sozinha/o e que também merece e precisa ter alguém que cuide de si.

**1º ENCONTRO
de Cuidadores Informais
do Entroncamento**

DAR VOZ

24 de maio | 14h-17h

Local do Evento: CADE - Clube Amador de Desportos do Entroncamento
Rua do Bonito, 1 - Parque Desportivo do Bonito 2330-534

ENTIDADES ORGANIZADORAS

Centro de Ensino e Recuperação do Entroncamento

Para se inscrever: 249717522/ 912183366
E-mail: ccrc-mta@mail.tecpac.pt

ENTIDADES PARCEIRAS

REPUBLICA PORTUGUESA
SNS
UNIDADE LOCAL DE SAÚDE
MÉDIO TEJO
EFFECTUS

Novo projeto: “O caminho para a inclusão”



“O Caminho para a Inclusão”, uma série de entrevistas sobre a inclusão da pessoa com deficiência na sociedade.

Iniciativa do Bruno Silva, um jovem com paralisia cerebral, com o apoio da Casa dos Sorrisos e da sua comunidade.

No Episódio 1, entrevista Flávio Soares, o fundador da Effectus, a parte 1 foi lançada no dia 31 de maio.

Veja este episódio e não perca os próximos.

effectus.pt/caminhoinclusao



Direitos e Apoios da Pessoa com Deficiência ou Incapacidade



A Effectus está a organizar uma sessão de esclarecimento sobre os apoios do Município de Leiria, Segurança Social e outros.

Esta sessão é direcionada a cuidadores informais, pais, mães de pessoas com deficiência, filhos e filhas de pessoas idosas, amigos e qualquer pessoa interessada em saber mais sobre os apoios e direitos que existem.

Será dia 30 de Junho às 14h30 no Auditório da Junta de Freguesia de Santa Eufémia.

A participação é gratuita mas carece de inscrição.

effectus.pt/inscricao



Férias para pais de pessoas com deficiência Um projeto do Santuário de Fátima

Informações e inscrições de voluntários e jovens com deficiência



fatima.pt/pages/vem-para-o-meio