



APURAMENTO DE BOCCIA NAS CLASSES BC1, BC4 E BC5 DESPORTO ESCOLAR

Os nossos apurados...



BC1



Nuno Osvaldo



Cátia Patrícia

BC4



Cláudio



Dárcio



Manuel



Dário



Hélio

BC5



Toninho



Francisco



Avelinda



1ª JORNADA

CAMPEONATO REGIONAL EM BOCCIA

Estivemos no pavilhão de Santa Cruz com 7 atletas da APCM nas classes BC1, BC2, BC4 e BC5.

Conheça os resultados:

Nuno Osvaldo (BC1) 2 jogos: 1 vitória e 1 derrota.

Gonçalo (BC2) 2 jogos: 1 vitória e 1 derrota.

Manuel Jesus BC4: 3 jogos 3 vitórias

Dário (BC4) 3 jogos: 2 vitórias e 1 derrota

Dárcio (BC4) 2 jogos 1 vitória e 1 derrota.

Hélio (BC4) 2 jogos: 2 derrotas

Toninho (BC5) 3 jogos: 3 vitórias

PARABÉNS A TODOS OS ATLETAS!

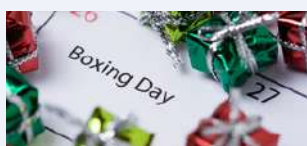


SABIAS?

BOXING DAY

O Boxing Day é um feriado religioso celebrado no Reino Unido e noutros territórios da Commonwealth (Comunidade das Nações Britânicas) desde o fim do século XIX. A data faz parte do recesso de Natal e tornou-se num dia livre para as pessoas descansarem e se divertirem após as celebrações natalícias. Com o passar do tempo, o Boxing Day tornou-se uma ocasião de liquidações para as lojas, que buscavam esvaziar o stock de produtos e atrair consumidores para trocar presentes indesejados ou vale-compras. Assim, 26 de dezembro se transformou num dos dias mais movimentados do comércio nos países onde o feriado é comemorado.

Artigo escrito por Manuel Andrade de Jesus



GÊNESIS

O INÍCIO DE TUDO

A sugestão de cinema do Vítor Jardim e da Fátima para este mês é a Telenovela Genesis onde pode conhecer toda a história judaico cristã sobre a criação do mundo, de Adão e Eva. Baseada na Bíblia Sagrada, esta telenovela dá a conhecer as bases da cristandade e é um momento de partilha e descontração destes dois amigos que partilham o gosto pelo cinema.

Artigo escrito por Fátima Rodrigues





PERSONALIDADE DO MÊS

Jorge Andrade



Nome completo: Jorge Mauricio Gomes Andrade
Nacionalidade: Portuguesa
Clube: S. L. Benfica
Signo: Balança
Tens algum filme favorito: Todos os filmes da Velocidade Furiosa
Comida favorita: Cozido à Portuguesa
Cor favorita: Branca
Música preferida: My home, Myles Smith

Sérgio Jardim- Boa tarde Jorge, bem vindo ao nosso jornal. Antes de mais, gostaria de agradecer a tua disponibilidade em aceitar ser a personalidade do mês do nosso jornal.

É com muito gosto e honra que vou te entrevistar e espero que, além de te conhecermos melhor, seja um momento descontraído e de diversão entre nós. Bora lá começar, estás preparado?

Jorge Andrade- Obrigada Sérgio. Sim, vamos lá!

S.J.- O que mais gostas de fazer nos teus tempos livres?

J.A.- Gosto muito de ver televisão, gosto muito de ler, passear também, de ir ao café com os amigos e conversar.

S.J.- Tens alguma viagem de sonho?

J.A.- Gostava muito de conhecer o Japão, acho que a cultura japonesa é uma coisa incrível. Adoro a cultura japonesa!

S.J. - Partilha connosco o melhor momento que já viveste cá na instituição?

J.A.- Eu diria que foi a primeira Festa dos Santos Populares que fizeram. Foi um evento muito interessante, desde a alimentação à decoração. O pessoal envolvido contribuiu bastante e, na altura, foi algo que gostei muito de participar e contribuir.

S.J.- Uma vez que já tiveste a trabalhar em varias áreas cá dentro, qual é a parte que gostas mais?

J.A.- Gostei muito de trabalhar na cozinha.

S.J.- Muito bem, agora vamos passar a parte profissional, como conhecestes a APCM e há quanto tempo trabalhas cá?

J.A.- Trabalho cá há 15 anos. Entrei no dia 1 de Novembro de 2009, foi no ano da abertura destas instalações.

S.J.- Nunca, pensaste fazer outra coisa cá dentro?

J.A.- Aqui dentro não me vejo a fazer outra coisa. Gosto de estar onde eu estou, mas se for preciso fazer outra coisa, faço. Mas, se me dessem a escolher ou cozinha ou serviços gerais, talvez gostava de voltar à cozinha.

S.J.- Quais são as tuas funções?

J.A.- As minhas funções cá dentro são um pouco de tudo, desde limpar, arrumar, fazer a limpeza dos corredores, refeitório, salas, arrumações de material, entrega de requisições de material para os CACI, mas, basicamente consiste na execução da limpeza e arrumações.

S.J.- O que te motiva, ou o que mais gostas de fazer?

J.A.- O que mais gosto de fazer aqui dentro é limpar e arrumar. Por exemplo, gosto muito de limpar o refeitório, porque é o lugar onde se come. É necessário fazer uma limpeza mais aprimorada porque é onde os utentes comem, e sinto gosto em fazê-lo. O que me motiva a trabalhar cá com os utentes está relacionado com a causa que a instituição tem. Acho mesmo muito bonito, e se as pessoas derem o melhor de si todos os dias, acho que para os nossos utentes, é melhor.

S.J.- Na tua opinião que características necessita um indivíduo para o tornar num bom profissional?

J.A.- Acima de tudo, acho que a gente não está cá só para limpar e para arrumar. Também tenho de ter consciência, de que se a instituição precisar de mim para outras coisas, ter essa abertura e fazer tudo o que for preciso. Seja que área for, quem vem trabalhar na instituição tem de estar disposto a fazer o que for preciso para a causa para a qual trabalhamos.

S.J.- Conta-nos mais sobre a área que trabalhas e as tuas rotinas diárias.

J.A.- Nós temos tarefas diárias fixas, como a limpeza de refeitórios, casas de banho, recolhas de lixo. Em dias alternados temos a sala dos técnicos, das diretoras, temos o ginásio. E temos múltiplas tarefas de limpeza desde a higienização de portas, maçanetas, escadaria, exterior, varrer tapetes, varrer quintais, lavar, entre muitas outras.

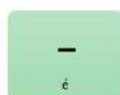
S.J.- Qual a mensagem que gostarias de deixar aos leitores do Jornal, sobre a importância do trabalho de limpeza e dos Serviços Gerais?

J.A.- O trabalho de limpeza aqui na APCM é tão importante como o da cozinha, o do bar, ou o trabalho dos técnicos ou dos auxiliares. Cada função tem a sua importância cá dentro e todas elas estão interligadas. Não há um serviço que seja mais importante que outro, nada disso. Se todos derem o seu melhor, e se houver uma boa interligação, e se todos se derem bem, quem fica a ganhar são os utentes. Quanto mais nós fizermos e melhor comunicarmos entre nós, melhor fizermos o nosso trabalho, o resultado final é o vosso bem-estar.



Sabias que...?

O Sérgio comunica através de um sistema aumentativo e alternativo de comunicação, e realiza as entrevistas através deste método.



Disponível no teu **Grid 3**

REVEJA ALGUNS DOS NOSSOS MELHORES MOMENTOS

O mês de outubro foi marcado pela semana alusiva à paralisia cerebral. Entre todas as atividades desenvolvidas destacamos nesta edição o concerto da Banda Militar da Região Autónoma da Madeira que nos presenteou com um maravilhoso momento que contou com a participação de todos. O concerto da banda da APCM na escola Horácio Bento e a apresentação do projeto da Rádio RITMO na Escola Profissional Atlântico, também fez parte das celebrações do dia nacional da paralisia cerebral.



VIVÊNCIAS

Conheça a nova rubrica da Rádio RITMO que conta com a participação especial do Dário e do Dárcio, onde numa conversa informal, abordam temas relacionados com os costumes e tradições madeirenses. Convidámo-lo a ouvir PODCASTS nas nossas redes sociais!



@radioritmoapcm

HALLOWEEN

Com o tema da casa das bonecas, o Halloween foi celebrado com muito entusiasmo!



UM NATAL DE MEMÓRIAS E PARTILHA

Neste Natal, celebramos alguns momentos especiais através de uma moldura natalícia! Feita pela nossa oficina de arte, está pronta para receber fotografias que simbolizam o espírito da época: união, alegria e partilha. Aham que os nossos jovens sentiram-se umas estrelas de Hollywood com estes bonitos sorrisos?



PROJETO SABER +

O Projeto **SABER +** contou com a colaboração de várias personalidades da APCM para dinamizar sessões divertidas sobre temáticas específicas. A fisioterapeuta Cristina Andrade foi convidada para abordar a anatomia do corpo humano com um exemplar do esqueleto humano. Noutra temática como línguas estrangeiras, convidamos a coordenadora Crispina da Costa do Centro de Atividades para a Capacitação e Inclusão (CACI) e a funcionária do departamento da lavandaria Eugénia Castro para dinamizar uma sessão de língua italiana e inglesa.

