



EDITORIAL

Sejam Bem-Vindos a mais uma edição do nosso jornal que foi preparado com muitas notícias, fruto do empenho e dedicação dos monitores, crianças/jovens do CATL Verdine.

Esperamos que gostem das nossas aventuras, tanto quanto nós nos divertimos a realizar e executar cada uma delas.

Aproveitem e vejam ainda a nossa notícia de última hora;

Temos a certeza que irão adorar!

Beijinhos e Abraços dos Meninos e Meninas do CATL Verdine



Notícia de Última Hora

Num belo dia estávamos nós no nosso CATL quando nos deparámos com a presença de 3 animais de grande porte, mais precisamente 1 mãe vaca, 1 pai touro e o seu filhote o vitelinho, pois é esta família escolheu o nosso bairro para fazer o seu passeio matinal e alimentar-se da relva fresquinha e macia que nele existe. Foi uma visita muito divertida. Os mesmos residem agora na sua casa, a Quinta dos Fardos aqui, na Apelação.



Banco de Roupas

Desde o dia 15 de Maio que o Centro Verdine, em parceria com a AMUA desenvolvem um projecto de banco de roupa.

Foi criado como uma resposta social solidária de intervenção e emergência na área social, com objectivo de suprir as dificuldades imediatas a famílias carenciadas, através da recolha de roupas e bens usados, dados por particulares ou instituições parceiras.

São beneficiárias todas as famílias da freguesia que ao sábado se deslocam à sede da AMUA. Voluntários atendem e ajudam na escolha da roupa. Durante a semana o mesmo grupo de voluntários faz a triagem, dobra e arruma as roupas .

Além da roupa também se têm arranjado produtos de higiene, mobílias, electrodomésticos, material escolar, brinquedos, entre outros....

Agradecemos a todos os que têm contribuído para este projecto, que nos permite chegar a quem mais precisa.



Despedida das Irmãzinhas de Jesus

No passado dia 20 de Abril fomos a casa das Irmãzinhas de Jesus para nos despedirmos delas e agradecer o que fizeram pelo nosso bairro e pela sua população, a quem tanto ajudaram. Os nossos meninos, como forma de agradecimento cantaram 2 músicas muito bonitas e ofereceram um terço feito em missangas e crochet. As irmãs Glória e Merche adoraram a nossa visita e ofereceram-nos um lanche que estava delicioso.

Foi uma tarde muito animada e de confraternização.

Queremos ainda deixar aqui o nosso agradecimento público às irmãs pelo que fizeram no nosso bairro.

Obrigado por tudo Irmãs Glória e Merche.



Apelação com +Saúde

No passado dia 25 de Abril de 2023 realizou-se no nosso bairro mais uma iniciativa do projeto Apelação com +Saúde. Tivemos um Pequeno Almoço Saudável, Jogos Tradicionais e Danças Tradicionais Europeias. A população aderiu ao evento com muita receptividade e foi uma manhã muito divertida.

Contámos ainda com a ajuda e apoio dos nossos parceiros, Associação de Moradores Unidos da Apelação, ADLA - Leões Apelaçonenses, Junta de Freguesia de Camarate, Unhos e Apelação e ainda com o Município de Loures.



Apelação com+ Saúde

25 Abril 10h00 - 12h00
Rua Ary dos Santos

Pequeno almoço saudável
Jogos tradicionais
Danças tradicionais Europeias

Actividade Física | Sensibilização | Rastreios

Organização:    

Apoio: 

Festival de Arte, História, Desporto e Cultura 2023 - CAA

Nos dias 28, 29, 30 de Abril e 1 de Maio realizou-se o tão esperado Festival de Arte, História, Desporto e Cultura 2023, organizado pelo Grupo Alto Astral. Foram 3 dias e três noites super animados, com várias actividades voltadas para toda a comunidade da Capoeira e não só, contámos com a presença de grandes Mestres e com excelentes Oficinas de Capoeira, danças, percussão e ainda rodas, palestras, visitas guiadas e com o Espectáculo “Lusos, Afros e Tupiniquins, uma história”. Houve ainda baptismos de capoeira; os nossos meninos capoeiristas adoraram o evento que se realizou no Quartel dos Bombeiros de Camarate e contou com a parceria com o nosso CATL, para garantir todo o tipo de ajuda que estava ao nosso alcance.



Implementação do Projecto Girassol

Projeto Girassol – Apoio ao Idoso Isolado na Apelação

Arrancou no passado dia 09 de Maio o novo projeto do SDL – Centro Comunitário Verdine em parceria com a AMUA, designado “Projeto Girassol”. Será um projeto de apoio aos idosos isolados na Freguesia da Apelação, visando implementar medidas para minimizar as consequências da solidão dos idosos que nos foram sinalizados.

O projeto consiste num trabalho de proximidade desenvolvido por uma equipa de voluntários, com a coordenação de uma Técnica de serviço Social em parceria com instituições locais. Incidindo numa aproximação ao idoso isolado no domicílio, uma ligação contínua no tempo através da promoção dos contactos periódicos, presenciais, telefónicos e no envolvimento dos idosos em actividades lúdico-recreativas e culturais desenvolvidas na Freguesia, assim como na resolução de situações pontuais no âmbito da saúde e bem-estar social.



Secretariado Desportivo de Lisboa
Da Câmara Nacional da Pastoral dos Ciganos

#apelacaoestaviva

Apoio ao Idoso Isolado

Festival Infantil de Capoeira na Apelação

No dia 20 de Maio tivemos no nosso bairro o Festival Infantil de Capoeira da Apelação. Começámos com um pequeno almoço saudável, servido no Jardim da Paz; depois seguiu-se o cortejo com os bombos, até ao cimo do bairro e ainda várias actividades entre mestres e capoeiristas e os nossos utentes. Servimos ainda um almoço especialmente preparado para a ocasião, que se concretizou no Jardim da Paz.

Na parte da tarde houve vários workshops de capoeira e danças tradicionais; por fim o tão esperado baptismo de capoeira, onde os nossos meninos receberam as respectivas cordas e foram apadrinhados por mestres e professores.

Contámos ainda com ilustre presença do Sr. Presidente da Junta de Freguesia Sr. Renato Alves e da Sr.ª Vereadora Sónia Paixão. Obrigado aos dois por estarem sempre presentes.

Foi um dia muito bem passado.

FESTIVAL
INFANTIL
Capoeira - Loures

20 Maio
SÁBADO

Quinta da Fonte
APELAÇÃO

DIA DA CRIANÇA NA CAPOEIRA! VAMOS DIVERTIR-NOS COM MUITAS ATIVIDADES QUE PREPARÁMOS ESPECIALMENTE PARA VOCÊS!
MANHÃ E TARDE



Festival Infantil de Capoeira na Apelação (cont.)



Feira Franca

No passado dia 4 de Junho foi dia da primeira "Feira Franca" promovida pelo Centro Comunitário Verdine e pela AMUA. Realizou-se no Jardim da Paz na Quinta da Fonte, com e para a população.

Estiveram presentes algumas instituições da Freguesia, nomeadamente o CURPI, a Paróquia, CLDS e Projecto Escolhas. Também acolhemos os artesãos da terra Oficina Social, Artesanato Carrasquinha, C Metatron Rute, O Cantinho Da Domingas, entre outros.

Um especial agradecimento aos Escuteiros de Camarate, à professora Vanessa com a hora do conto, pela disponibilidade em estarem connosco.

Gratos à Vereadora Paula Magalhães do [Município de Loures](#) e ao Vogal Valter Silva da Junta de Freguesia de Camarate, Unhos e Apelação, pelo apoio.



Aldeia do Crochet

No passado dia 3 de Junho o nosso bairro ficou mais embelezado com a decoração em crochê feita pelo grupo de senhoras crocheteiras da AMUA. Em conjunto com as mesmas e com os trabalhos realizados há meses criámos a Aldeia do Crochet que ficou lindíssima.

Obrigada a todos os envolvidos.



Apelação com+ Saúde

Apelação com+ Saúde tem uma novidade! Faça a inscrição connosco!

A partir de segunda-feira, dia 3 de Julho e semanalmente das 19h às 20h, a AMUA vai desenvolver a prática de Qi Gong na Apelação, Jardim da Paz. Veja toda a informação na imagem.

O Qi Gong (Chi Kung) é uma meditação em movimento que beneficia a nossa saúde e pode ser praticada por pessoas de todas as idades, inclusive de idade muito avançada ou com doenças graves, o importante é manter-se activo até ao último dia das nossas vidas.

Não falte!

Apelação com+ Saúde

Aula QiGong
Mestre Nuno Silva
Segunda-feira – 19h às 20h

Bom tempo ☀️
Jardim da Paz – Quinta da Fonte
Rua Adriano Correia de Oliveira

Mau tempo ☁️
Sala Multiusos – Quinta da Fonte
Centro Comunitário



Inscrição Mensal na AMUA Valor 10€ Sócios – 15€ Não Sócios

O que é o Qigong?

- ♥ O Qigong é uma combinação de movimentos suaves, boa postura e respiração, enquadra-se numa arte marcial chinesa. "Qi" significa energia vital e "gong" é traduzido com frequência como trabalho, portanto o Qigong é geralmente visto como uma abordagem holística para melhorar e cultivar uma energia vital saudável.
- ♥ Uma energia que está dentro de nós, mas que também podemos aproveitar do universo.

Benefícios do Qigong?

- ♥ Qigong ajuda a aumentar a densidade óssea. Benéfico para as mulheres na menopausa, devido ao acelerar de perda óssea e o Qigong ajuda a aumentar a densidade óssea;
- ♥ Diminuição da tensão arterial sistólica e diastólica;
- ♥ Melhora o sistema imunitário;
- ♥ Aumenta a concentração, movimentos fluidos e respiração e parece que tem o poder de melhorar o equilíbrio num período de tempo relativamente curto;
- ♥ Reduz o stress;
- ♥ Melhora a ansiedade e até a depressão.

Organização: AMUA
Coorganização: AMUA, Associação de Amadores de Jogos de Mesa, Associação de Amadores de Jogos de Mesa

Apoios: CAMARATE UNICUS APELAÇÃO, LOURES



Mangueiradas

Nestes dias de calor que temos passado e como não temos a nossa querida Colónia de Férias, decidimos para nos refrescar fazer banhos de mangueiras junto do nosso CATL. Como os nosso utentes dizem, vamos à praia sem sair do CATL. São tardes muito divertidas, e em que todos querem participar.

Acabamos esses dias super fresquinhos e animados.





PROGRAMAÇÃO

25 de Abril de 1974

A Revolução de 25 de Abril, também conhecida como Revolução dos Cravos, Revolução de Abril ou apenas por 25 de Abril, refere-se a um evento da história de Portugal resultante do movimento político e social, ocorrido a 25 de abril de 1974, que depôs o regime ditatorial do Estado Novo, vigente desde 1933 e que iniciou um processo que viria a terminar com a implantação de um regime democrático e com a entrada em vigor da nova Constituição em 25 de abril de 1976, marcada por forte orientação socialista.



1º de Maio

Dia do Trabalhador

O Dia Internacional dos Trabalhadores é uma data comemorativa internacional, dedicada aos trabalhadores, celebrada anualmente no dia 1 de Maio em quase todos os países do mundo, sendo feriado em muitos deles. Para que este dia não passasse em branco e os nossos meninos soubessem um pouco mais sobre este dia tão importante para os seus familiares, que também são trabalhadores, fizemos um trabalho sobre a importância e significado do mesmo.



Dia da Mãe

No passado dia 7 de Maio celebrámos junto das nossas mães um dos dias muito especiais do ano o Dia da Mãe.

Como forma de agradecimento por tudo o que fazem por nós, fizemos umas lembranças e oferecemos-lhes neste dia tão especial.

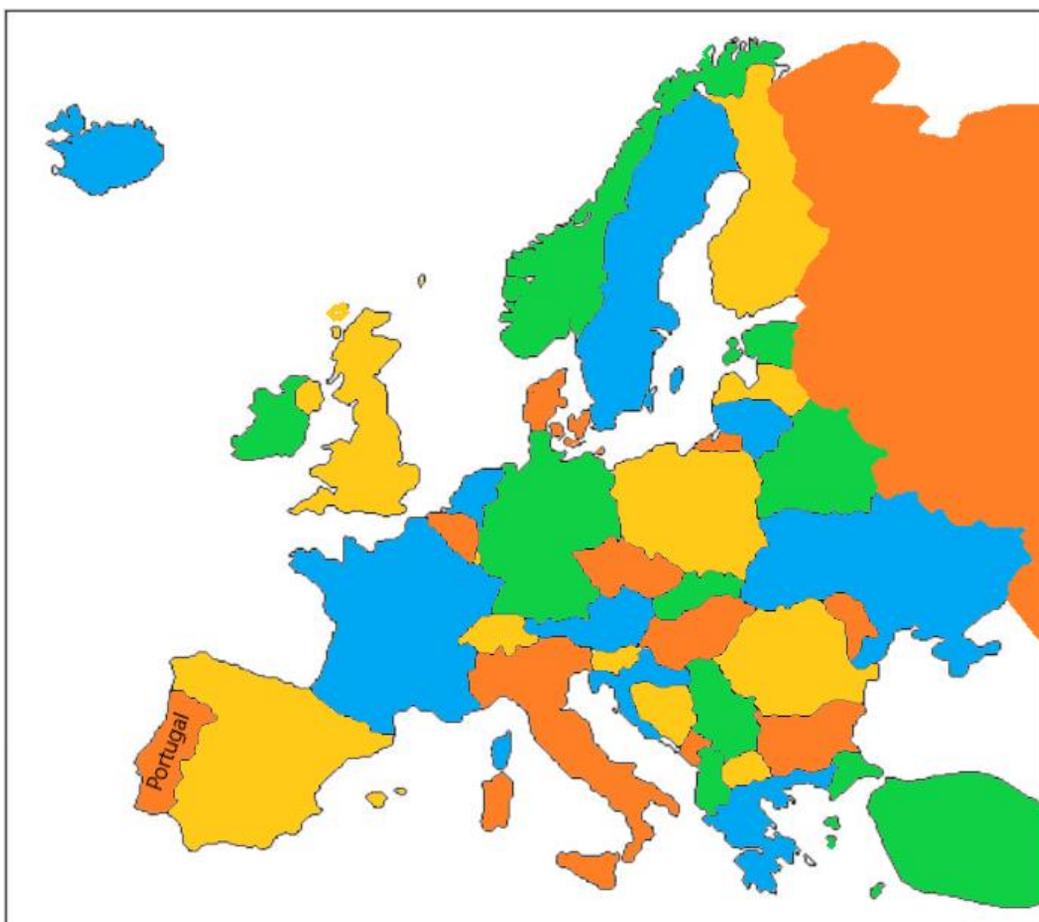


Dia da Europa

O Dia da Europa é comemorado anualmente a 9 de Maio, para festejar a paz e a unidade do continente europeu. A data assinala o aniversário da histórica «Declaração Schuman», que expôs a visão de Robert Schuman de uma nova forma de cooperação política na Europa, que tornaria impensável uma guerra entre os países europeus. Considera-se que a actual União Europeia teve início com a proposta de Robert Schuman.

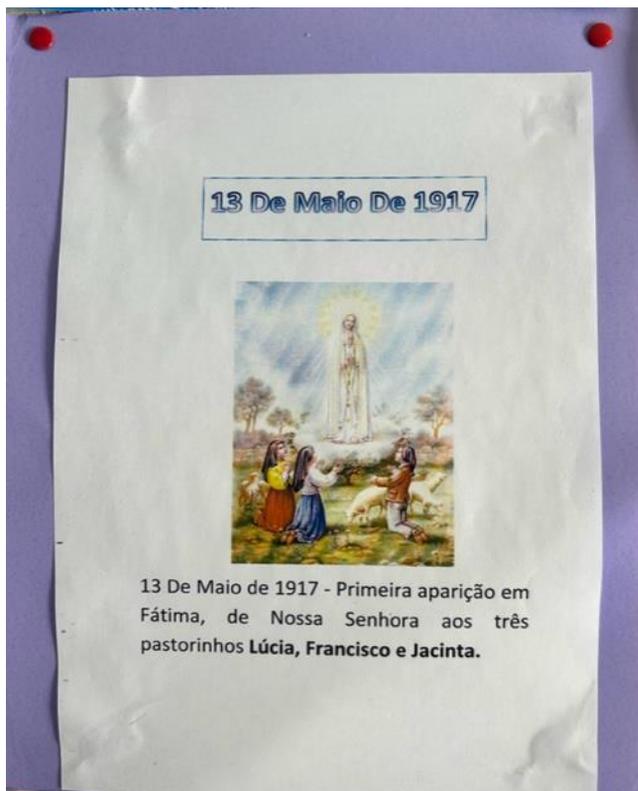
Para relembrarmos este dia pintámos os mapas da Europa, assinalando a localização de Portugal no mesmo e ainda ouvimos o “Hino da Alegria”, que simboliza não só a União Europeia mas também a Europa.

Foi um dia muito divertido.



Dia 13 de Maio

No dia 13 de Maio comemora-se a primeira aparição de Nossa Senhora aos Pastorinhos, que aconteceu nesse mesmo dia no ano de 1917, há precisamente 106 anos atrás. Como queremos os nosso meninos bem informados, falámos um pouco com cada grupo e explicámos o acontecimento e quem foram os 3 pastorinhos Jacinta, Lúcia e Francisco. Para que tudo acabasse lindamente, cada um pintou um belo desenho dos pastorinhos.



Ascensão do Senhor Jesus

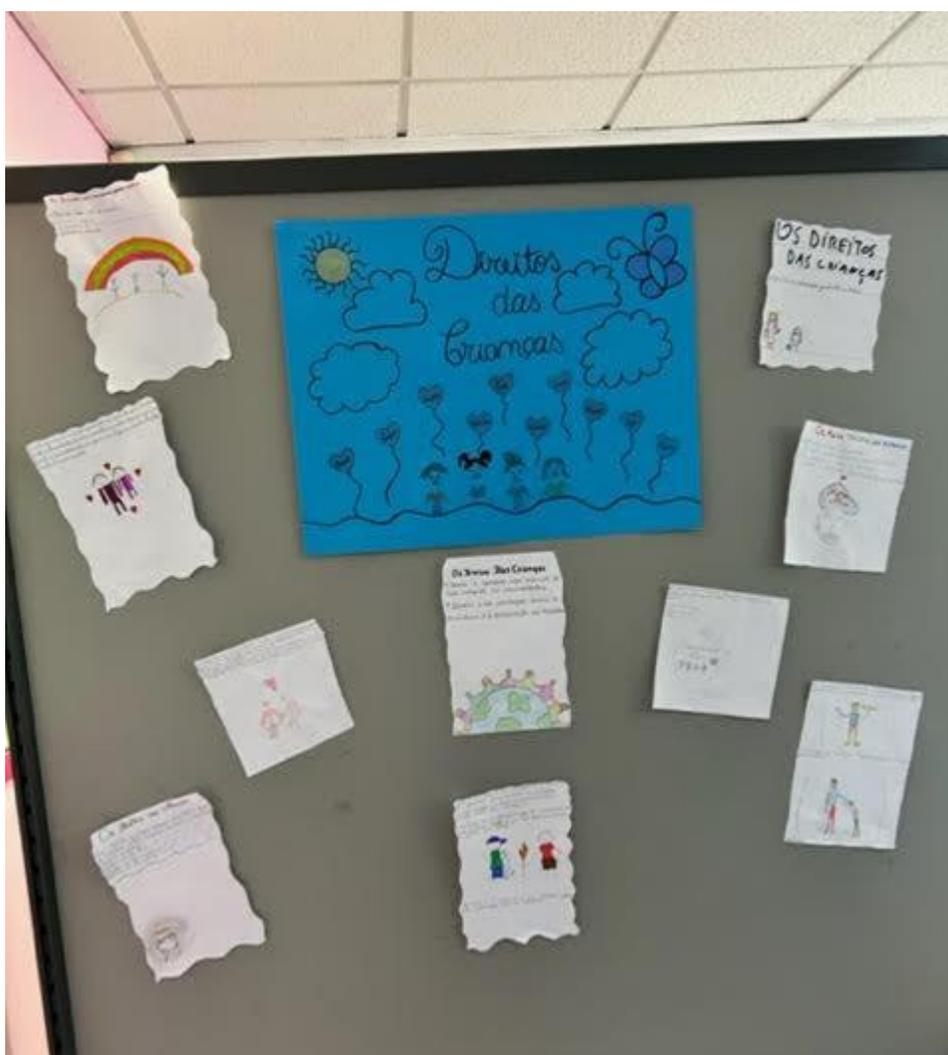
A Ascensão do Senhor Jesus comemorou-se este ano na 5ª dia 18 de Maio , precisamente 40 dias depois da Páscoa. Para que este dia não passasse em branco fizemos um trabalho com cada grupo, para que todos tivessem conhecimento desse importante dia.



Dia da Criança

O Dia da Criança comemora-se a 1 de Junho. Neste ano tivemos muitos jogos e música para nos divertirmos neste dia tão especial.

Fizemos ainda um trabalho sobre os direitos de cada criança, que depois afixámos na nossa sala num lindo placard desenhado e pintado pelos meninos e meninas do nosso CATL.



Dia do Ambiente

Como somos um grupo muito amigo do ambiente e para que este dia não passasse em branco, decidimos fazer um peddy-paper pelo nosso bairro com o tema “O Meio Ambiente”. Com este peddy-paper ficámos a conhecer um pouco melhor o nosso bairro e as áreas onde é mesmo necessário intervir; fizemos ainda um cartaz para sensibilizar a nossa população, para que também os adultos tenham cuidados com o meio ambiente.



Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades

O Dia de Portugal, de Camões e das Comunidades Portuguesas recorda a data de 10 de Junho de 1580, dia da morte de Camões, sendo também este o dia dedicado ao Anjo Custódio de Portugal. Este é também o dia da Língua Portuguesa, dos cidadãos e das Forças Armadas.

Durante o Estado Novo, de 1933 até à Revolução dos Cravos, de 25 de Abril de 1974, era celebrado como o Dia da Raça: a raça portuguesa ou dos portugueses.



Santo António de Lisboa

No dia 13 de Junho comemora-se um dos dias mais giro interessantes e animados da cidade de Lisboa, o Dia de Santo António. Há bailaricos, sardinhas assadas, arraiais e as tão famosas e animadas Marchas Populares e os Casamentos de Santo António.

Santo António é conhecido como o "santo casamenteiro", a quem os jovens costumam pedir ajuda para arranjar namorada(o) e/ou para casar. Este santo também é conhecido como o santo dos pobres e o santo das coisas e das causas perdidas. Sempre que se perde algo, pode-se rezar a Santo António pedindo auxílio, para este ajudar a encontrar a coisa perdida.

As crianças podem dar uma esmolinha ao Santo António e pedir protecção e saúde.

Santo António nasceu a 15 de Agosto de 1195, em Lisboa e faleceu a 13 de Junho de 1231, em Pádua. Foi assim escolhido o dia 13 para a sua celebração.



Chegou o Verão

**Viva o Verão
Viva o quentinho
Viva o mar azul,
Viva o geladinho!**

**Viva o tempo bom,
E a brisa a soprar
Para o papagaio
Conseguir lançar!**

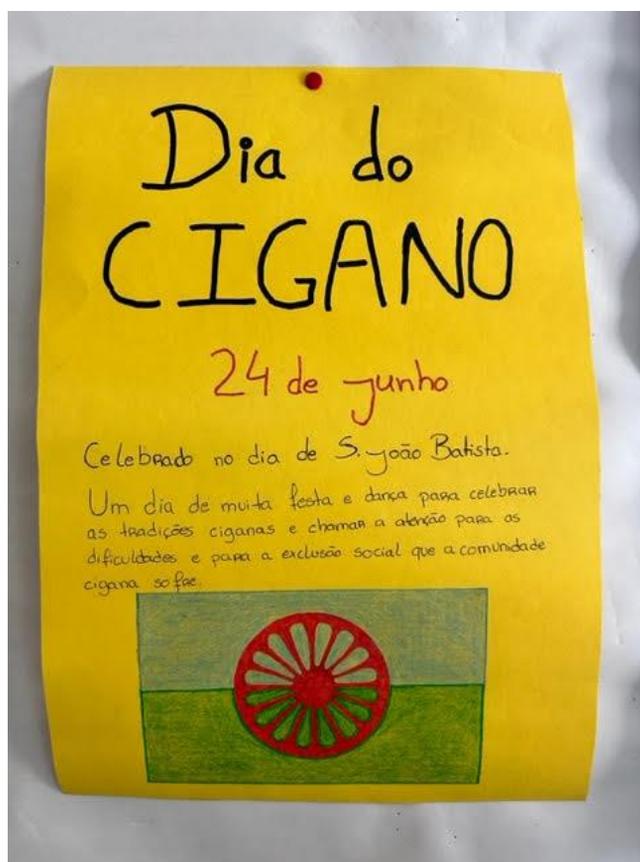
**Viva a manga curta
E a perna à mostra,
Viva um sumo fresco
E uma bela tosta**

**Vivam as miúdas
E os miúdos também,
Vamos para férias
Que já sabe bem!!**



Dia do Cigano

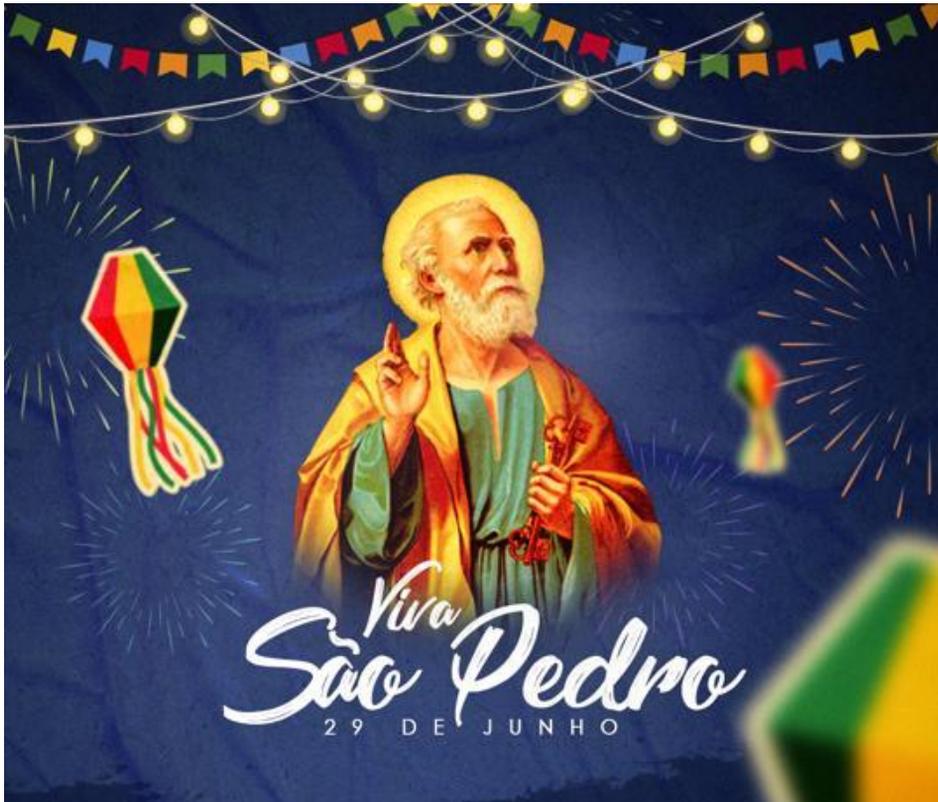
O Dia Nacional das Pessoas Ciganas, ou Dia Nacional dos Ciganos, celebra-se, anualmente, a 24 de Junho. Esta data é também o dia de São João Baptista, que no século I a.C., c. 28–30 foi um pregador itinerante cujo aparecimento se deu na Judeia e na Galileia (c. 28 d.C.), na época de Herodes. João teve muitos seguidores e pregava aos judeus, dizendo que deveriam exercer a virtude e a rectidão. Usava o baptismo como símbolo de purificação da alma, no seu movimento messiânico. A sua historicidade é controversa, sendo referido pelo escritor e historiador Flávio Josefo na sua obra *Antiguidades judaicas*.



São Pedro

O Dia de São Pedro comemora-se em Portugal a 29 de Junho. Tal como São João e Santo António, São Pedro, discípulo do Senhor Jesus, é um santo popular muito estimado. É o último santo popular de acordo com as datas. Este dia é também conhecido como o dia São Pedro e São Paulo. Julga-se que 29 de junho é a data do aniversário da morte destes santos. Na mesma data, celebra-se também o Dia do Papa, visto São Pedro ter sido o primeiro Papa da Igreja Católica.

Para diferenciar São Pedro de outros santos homónimos, costuma-se designá-lo como São Pedro Apóstolo.





E assim chegámos ao fim das nossas notícias.
Esperamos que tenham gostado de mais uma
edição do nosso jornal.
Desejamos umas boas férias a todos.
Temo-vos sempre presentes.