



CELEBRAMOS O DIA INTERNACIONAL DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

Dia 3 de dezembro, celebra-se por todo o mundo o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência com lema *Reconstruir melhor: em direção a um mundo pós-COVID-19 inclusivo, acessível e sustentável!*



Isabel Felgueiras, Presidente da Mesa da A.G. da Pais-em-Rede explica o significado desta comemoração:

Tal acontece, desde 1992, por iniciativa das Nações Unidas ao querer promover junto dos diferentes Estados-Membros uma maior atenção e tomada de consciência em relação às questões da deficiência e à

necessidade de medidas que garantam a inclusão em todos os aspetos da sociedade e a plena participação das pessoas com deficiência ou incapacidades. Um longo caminho tem sido percorrido no sentido das questões da deficiência passarem a ser assumidas como uma questão de direitos, procurando afastar-se, assim, da tradicional perspetiva assistencial.

Com a Convenção dos Direitos das Pessoas com Deficiência em 2008 é dado um passo decisivo nessa direção ao *“promover, proteger e garantir o pleno e igual gozo de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais por todas as pessoas com deficiência e promover o respeito pela sua dignidade inerente”*. (art. 1). <https://www.inr.pt/convencao-sobre-os-direitos-das-pessoas-com-deficiencia> .

Portugal, à semelhança de muitos outros países, ao ratificar a referida Convenção em 2009, comprometeu-se com o cumprimento desses direitos e com a garantia progressiva das necessárias medidas para o efeito. A Pais em Rede, Associação, enquanto organização representativa das pessoas com deficiência, tem-se empenhado na ação conjunta de famílias e profissionais pela luta de direitos e pela inclusão das pessoas com deficiência ou incapacidades.

Este ano a celebração do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência é muito oportunamente dedicada ao tema: *Reconstruir melhor: em direção a um mundo pós-COVID-19 inclusivo, acessível e sustentável!*

Em todo o mundo, se a Pandemia veio acentuar a questão das desigualdades, ela veio, também, dar maior visibilidade a muitas das limitações e barreiras anteriormente existentes e que muito têm dificultado o dia-a-dia das pessoas com deficiência ou incapacidades. Pretende-se agora que tal possa ser uma oportunidade para se fazer melhor e prestar maior atenção ao que deve ser feito em defesa dos direitos humanos e da igualdade de oportunidades para todos, para que, assim, se construa um mundo com maior equidade e justiça social.

UM NOVO PROJETO DO NUCLEO BEIRA-DÃO

Irina Rodrigues da Silva, responsável pela Coordenação e Gestão de Projetos traz-nos uma boa noticia: este ano o Núcleo Pais-em-Rede de Beira Dão foi o vencedor do Prémio BPI la Caixa Capacitar 2020, com o projeto **Apoiar para Capacitar** que recebe valor máximo apoiado pelo Prémio.



Com o apoio
BPI

Fundação "la Caixa"

PAIS-EM-REDE

O BPI, em conjunto com a Fundação la Caixa, reforça a sua ação social em vários projetos destinados a ajudar as pessoas que mais precisam. Nos últimos 3 anos, a PeR tem sido premiada frequentemente pelo trabalho desenvolvido em Lisboa, Aveiro, Grândola, com diferentes projetos, mas sempre reconhecendo o bom trabalho que os diferentes núcleos realizam nas suas comunidades, em prol da inclusão das pessoas com deficiência.

Neste ano particularmente difícil, em que todos nós nos tivemos de reinventar e tentar fazer diferente, os meus parabéns às Coordenadoras do Núcleo Pais-em-Rede de Beira-Dão que desenvolveram

este projeto vencedor para os quais desejo às maiores felicidades!

Conheça o projeto vencedor **Apoiar para Capacitar**, segundo as palavras de Célia Cortez, umas das Coordenadoras do Núcleo de Beira-Dão, permitirá que “ 22 jovens dos 3 concelhos, Carregal do Sal, Santa Comba Dão e Mortágua, beneficiem de terapias essenciais para o seu desenvolvimento, bem como os envolverá em atividades socialmente úteis (jardinagem, horticultura e culinária) e de ocupação dos tempos livres, nomeadamente nas interrupções letivas, com vista à sua inclusão na comunidade e à melhoria da sua qualidade de vida”. Por outro lado, este projeto pretende, também, prestar apoio às famílias/cuidadores e promover uma cultura de voluntariado, envolvendo jovens e elementos da população sénior dos concelhos no acompanhamento das crianças e jovens com deficiência.

UM NOVO PROJETO DA DIREÇÃO NACIONAL

A PeR foi convidada para integrar o projeto pan-europeu Parenting Together (PAT) o que significa reconhecimento do valor das nossas iniciativas de apoio às famílias das pessoas com deficiência. Estamos orgulhosos!

A Presidente da PeR, Júlia Serpa Pimentel, dá mais alguns pormenores sobre Parenting Together.



PAT é um projeto ERASMUS + coordenado pela organização Húngara Kincs Ö Alapítvány em colaboração com a Stichting International Parents Alliance (IPA) (Holanda) e que tem ainda como parceiros a Foundation for Research and Technology Hellas (FORTH) (Grécia), a Social Enterprise Puzzle (Grécia) e a Pais-em-Rede (Portugal).

O projeto tem como principal objetivo estabelecer uma “comunidade de aprendizagem” para pais de crianças com deficiência intelectual até aos 7 anos, no sentido de os ajudar a superar os desafios diários que enfrentam e de os apoiar na promoção da inclusão social em todos os contextos de vida dos seus filhos.

Mas para que a inclusão se torne uma realidade é preciso mobilizar também os pais de crianças sem deficiência, os profissionais e a comunidade em geral, que não serão esquecidos neste projeto.

Aproveitando as possibilidades do mundo digital, o material que for criado será disponibilizado numa plataforma eletrónica gratuita e acessível a todos.

NÃO ESTÁS SOZINHA(O)!

A pandemia agravou as dificuldades e o estado de ansiedade das famílias com pessoas com necessidades especiais, e o número de pedidos de ajuda pontuais que chegam à Pais-em-Rede tem aumentado consideravelmente. Decidimos por mãos à obra.

Luiza Azancot, membro do Conselho Fiscal, desafiou as suas competências e lançou-se numa aventura ao coordenador da campanha **Não estás sozinha(o)!** aproveitando a onda de solidariedade do movimento alimentado pelas redes sociais, Giving Tuesday, comemorado intencionalmente na primeira 3ª feira após dias de grande consumismo, BlackFriday e Cyber Monday.

O objetivo desta campanha é o de angariar fundos para uma linha telefónica SOS gratuita de apoio a famílias de pessoas com deficiência de todo o país em que os pedidos de ajuda são atendidos e encaminhados por psicólogos competentes.



Graças a duas voluntárias dedicadas, Sofia Amaral Coelho nas redes sociais e Madalena Faria Santos na elaboração de imagens, a PeR e o trabalho que realiza, está agora mais conhecido pelo público. Em janeiro, daremos os resultados desta campanha que prologamos para além até 15 de dezembro.

Se quiser contribuir para esta campanha pode fazê-lo através de <https://paisemrede.pt/quero-apoiar/>.

HISTÓRIAS DE SUCESSO PARA VOS FAZER SORRIR

Na rede das nossas famílias temos muitas histórias de sucesso. Mas hoje queremos dar a conhecer as **nossas estrela mediáticas**:

Joana Cruz atingiu fama nacional ao participar com o seu par Celso Jumpe no Got Talent Portugal 2020 e atingir a final. Foi um momento extraordinário! Vejam aqui um resumo <https://www.youtube.com/watch?v=c1io98ptapM>

Vale a pena ler o artigo do jornal “O Público” de março passado, publicado após a primeira prova de Joana e Celso <https://www.publico.pt/2020/03/08/impar/opiniao/voo-joana-1906466>

A Joana não vai ficar por aqui! Brevemente daremos conta da sua participação no V Encontro do Observatório da Deficiência e Direitos Humanos (ODDH)

Teresa Pacheco, 23 anos, vive em Lisboa, e tem ideias muito definidas sobre a vida.



Afirma “A mais valia da vida independente é que posso escolher o que quero fazer para mim e se precisar a minha Assistente Pessoal ajuda-me. Isso dá-me a liberdade que mereço com todo o cuidado também”. Gosta tanto de cozinhar que criou um canal Youtube com receitas deliciosas, onde mesmo a tempo para o natal. Mostra como se fazem waffles deliciosos, salame de chocolate

delicioso e para os quem quer manter uma alimentação saudável tem uma deliciosa receita de quiche de legumes. Sigam-na subscrevam o seu canal youtube <https://www.youtube.com/channel/UCX8I2y-Jhdwa6mfXNn4XIBQ>

Rosa Pacheco, mãe de Teresa, Vice Presidente da PeR, comenta: *Depois da escola, é o que faltava à minha filha (Assistente Pessoal) para continuar um projeto de vida com qualidade e a independência possível; centrado na comunidade, em contexto natural, permitindo-lhe o desenvolvimento de capacidades e competências, num processo progressivo de autoestima e autodeterminação.*

É a concretização do desejo de qualquer mãe ver a filha, à sua maneira, fazer as suas escolhas e ter vida própria em casa e na comunidade. É passar para segundo plano as preocupações do dia a dia relacionadas com a Teresa e ter mais tempo disponível para mim própria, para a família e os amigos.

Vida independente é um direito humano e significa que todas as pessoas com deficiência têm o mesmo poder de escolha, controlo e liberdade, como os demais cidadãos, em casa, no trabalho (também em atividades socialmente úteis) e como membros da comunidade.

Qualquer destas jovens se identifica com as palavras de Chris Nikic **“Aprendi que não existem limites, não me travem!”**. Chris foi a primeira pessoa com síndrome de Down a terminar um Ironman, prova duríssima composta por uma travessia a nado de 3,8km em mar aberto, seguida de uma corrida de bicicleta de 180 km e termina com uma maratona.

Conhecem histórias de sucesso? Partilhem com a PeR, enviando um mail para geral@paisemrede.pt ao cuidado de Luiza Azancot.

MENINOS ESPECIAIS

Alice Vieira, 77 anos, jornalista e escritora, foi distinguida em novembro pelo Presidente da República como Grande-Oficial da Ordem da Instrução Pública e A cerimónia de condecoração teve lugar no Palácio de Belém, em Lisboa. Parabéns Alice Vieira, distinção merecida!



A PeR tem uma relação especial com Alice Vieira, autora do bestseller da coleção Meninos Especiais, Olá! Eu sou o João - Um Mundo só meu.

Descubra este livro e todos os outros 14 livros que constituem coleção dos Meninos Especiais, onde cada livro conta histórias reais de crianças extraordinárias.

Podem ser adquiridos online em <https://paisemrede.pt/meninos-especiais/>

CONCERTO SOLIDÁRIO - SAVE THE DATE – 6 DE JANEIRO 2021

Realiza-se um concerto solidário a favor da Pais-em-Rede no dia 6 de janeiro de 2021, às 18h30, na sala D. Luís do Palácio Nacional da Ajuda, em Lisboa.

O programa: "Hemisférios" - Música Luso-Brasileira para voz e guitarra

Os intérpretes Mariana Fabião, soprano e Gonçalo Cordeiro, guitarra clássica, com o seu talento exploram a eterna cumplicidade entre dois universos, do popular ao erudito, num programa que abrange 3 séculos de música.



A sala tem uma lotação máxima de 40 pessoas devido ao distanciamento de segurança. Se quiser garantir um lugar faça a sua reserva através **do tel: 917 279 289**

Entrada gratuita... sejam generosos nos vossos donativos.

Este concerto conta com o apoio da DGPC - Direcção Geral do Património Cultural e do Palácio Nacional da Ajuda