

NOTÍCIAS FORA da CAIXA

Edição nr. 13 | Janeiro 2025

CAROS LEITORES,

O dia 1 de janeiro foi feriado, dia de Ano Novo, e muitos de nós aproveitámos para estar com a família e comemorar o início de um novo ano.

Durante o início do mês de janeiro, começámos por fazer coroas para se usar no dia de Reis que se comemora a 6 de Janeiro.

Retomámos as nossas atividades no CACI e voltámos a realizar as saídas à comunidade à 5^a feira de manhã!

No dia 2 de Janeiro, começámos logo por realizar uma bela caminhada às dunas do guincho, foi uma manhã muito agradável. Na semana seguinte, fomos passear ao mercado de Carcavelos com a Catarina e o Edwaldo e alguns colegas, e depois antes de nos irmos embora tomámos o pequeno-almoço num café e foi muito divertido!

Estamos ansiosos para fazer muitas coisas novas e giras em 2025 e desejamos a todos os nossos leitores um ótimo ano novo, cheio de saúde e coisas boas!

Escrito pela equipa do jornal

TREINO DE ATIVIDADES

VIDA DIÁRIA

Todas as terças-feiras das 9h ao 12h temos o treino das nossas atividades da vida diária.

Começámos o ano passado em sala com a Bárbara e a Matilde, terapeutas ocupacionais, e agora começámos a fazer no piso - 1.

Começámos a pôr as etiquetas nos armários para organizar a nossa roupa, aprendemos a arrumar a roupa e a fazer as camas.

Aprendemos a cuidar da nossa higiene e vamos ter um cartaz para saber as tarefas que temos de fazer, antes e depois do banho. Colocaram nos pisos um relógio para ver as horas e um calendário para colocar os dias, meses e o estado do tempo. Estamos a gostar imenso porque estamos a aprender coisas novas.

Escrito por Alexandre e Marco



DESPEDIDA DO VEREADOR

No dia 09 de janeiro de 2025 o Sr Vereador Frederico de Almeida e a Sr^a Vereadora Diana, que vai ocupar o lugar do antigo vereador, vieram ao CACI do CRID Complexo Social, despedir-se dos utentes e da instituição.

Houve um concerto da banda do CACI do CRID, “Os Curiosos”, que cantaram uma nova música deles.

Alguns utentes leram frases com o significado da palavra obrigado.

E no final a D^a Lurdes, a Mónica e o Edmundo (utentes do CACI), fizeram um discurso de agradecimento ao vereador .

O Sr. Vereador Frederico de Almeida recebeu uma lembrança de dois bonecos feitos em barro, um ramo de Girassóis e umas peças em artesanato.

Escrito por Ricardo

ENTREVISTA DO MÊS

ENTREVISTA A AUXILIAR DE AÇÃO DIRETA:
ESMÊNIA SILVA

1. Em que país nasceste?

R: Em Guiné Bissau.

2. Tens filhos? Como se chamam?

R: Sim, tenho um e chama-se Júnior.

3. Qual é a tua música favorita?

R: Te amo de Rihanna.

4. Gostas de viver em Portugal?

R: Sim, gosto muito.

5. Gostas de fazer desporto?

R: Gosto de fazer Ginásio.

6. Qual o prato típico da Guiné que mais gostas?

R: Caldo de Mancarra.

7. Tens animais de estimação?

R: Não tenho mas gosto de cães.



Escrito pelo João, Ricardo e Rúben.

ANIVERSÁRIOS DE JANEIRO



Zé Filipe
6 de Janeiro



Conceição
24 de Janeiro

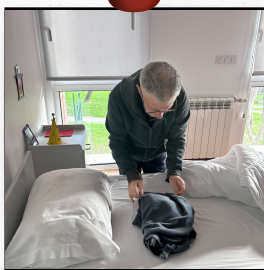


Telma
26 de Janeiro

FOTOGALERIA



Ida ao Mercado de Carcavelos



Treino de AVD's



Pequeno-Almoço no Mercado de Carcavelos



Passeio



Terapia Cães



Treino de AVD's



Saída à Comunidade



Treino de AVD's



Treino de AVD's



Caminhada



Caminhada



Treino de AVD's

100 PIADA

*Porque é que os polícias não gostam de
sabão?*

Porque preferem deter-gente.

curiosidades do crid



→ O MARCO ESCRIVE BEM NO
COMPUTADOR

→ O FERNANDO CANTA BEM NO
KARAOKE

→ A PSICÓLOGA CATARINA TRABALHA
MUITO BEM CONNOSCO



COZINHA do MÊS

receita Bolo Maçã e Canela

INGREDIENTES:

- 4-5 MACÃS MÉDIAS
- 3 OVOS M-L
- 1 1/4 CHÁVENA DE AÇÚCAR
- 3/4 CHÁVENA DE ÓLEO
- 1 1/2 CHÁVENA DE FARINHA DE TRIGO
SEM FERMENTO
- 1C. CHÁ DE CANELA
- SAL Q.B.
-

PREPARAÇÃO

1. PRÉ-AQUEÇA O FORNO A 180°C
2. UNTE COM MANTEIGA E FORRE COM PAPEL
VEGETAL UMA FORMA COM CERCA DE 25CM
DE DIÂMETRO.
3. DESCASQUE 4 A 5 MAÇÃS FIRMES, CORTE
EM CUBOS E C OLOQUE NUMA TAÇA.
4. NUMA TAÇA À PARTE, JUNTE OS OVOS, O
AÇÚCAR, O ÓLEO E BATA COM A VARA DE
ARAMES.
5. SOBRE A MISTURA, PENEIRE A FARINHA DE
TRIGO, O FERMENTO, A CANELA E UMA
PITADA DE SAL. MISTURE E ACRESCE AS
MAÇÃS.
6. ENVOLVA TUDO, DEITE NA FORMA E LEVE
AO FORNO PRÉ-AQUECIDO POR 45 A 55
MINUTOS.
7. TIRE DO FORNO E DEIXE ARREFECER UM
POUCO.



FICA A PAR

ATIVIDADES PARA FEVEREIRO

4 de Fevereiro: Dia mundial contra o cancro

11 de Fevereiro: Dia do doente

14 de fevereiro: Dia dos namorados

20 de fevereiro: Dia mundial da justiça social