



destaque Pag. 10 a 12

O AUTISMO E OS SEUS PEQUENOS MUNDOS NAS ESCOLAS DE ESPINHO

O último levantamento nacional foi feito há quase vinte anos: existiam mais de 60 mil pessoas com a perturbação do espectro do autismo. Mas as mais recentes estatísticas internacionais indicam que esse número estará muito aquém da realidade. Em 2020, o Centro de Controlo e Prevenção de Doenças estimava que uma em cada 36 crianças, com oito anos de idade, tinha autismo. Nos dois agrupamentos escolares do concelho de Espinho, estão matriculados e identificados 35 alunos com esta perturbação, apresentando diferentes idades e graus, e a tendência registada nos últimos anos é crescente.

cultura notícias Pag. 6

DURANTE QUATRO DIAS CONSECUTIVOS, OVAR SERÁ A 'CASA' DO MELHOR DO JAZZ

O "Ovar em Jazz" volta a conjugar os grandes nomes internacionais do género, com outros projetos menos mediáticos, unidos pelo mesmo elemento central: o piano. Os concertos acontecem no auditório do Centro de Arte de Ovar

da terra Pag. 7

JÁ EMPOSSADO, MONTENEGRO VIRA A CARA A "BLOQUEIOS DEMOCRÁTICOS"

Luís Montenegro reiterou que o seu Governo existe para durar "os quatro anos e meio da legislatura", para encetar uma "transformação estrutural da economia e do Estado", e que não está interessado "em jogos de semântica ou em politiquices estéreis"

desporto Pag. 14

SC ESPINHO FICA PELO CAMINHO NA TAÇA DE AVEIRO

PUB INST

Nascente

Cooperativa de Ação Cultural

Instituição de Utilidade Pública Fundada em 1976

Rua 62, 251 | 4500-366 Espinho, Portugal
227331367 | 918134655 | @NascenteCoop

JORNAL | TEATRO | CINEMA | DANÇA | ARTES | ATELIÊS | EVENTOS

0.5% IRS SEM CUSTOS

500615268

MAIS SÓCIOS, MAIS NASCENTE
48 ANOS CULTURA VIVA

nascente



PROGRAMAÇÃO CULTURAL DA NASCENTE ASSINALA OS 50 ANOS DA LIBERDADE

Ao longo deste mês, a Nascente – Cooperativa de Ação Cultural vai dinamizar uma série de eventos alusivos ao cinquentenário do 25 de Abril de 1974. De 18 a 25 de abril, a poesia, o teatro, a música e o cinema vão concretizar três iniciativas culturais e artísticas, que serão desenvolvidas em alguns espaços culturais do concelho de Espinho, de forma a honrar a memória e os ideais de Abril.

O primeiro evento deste plano de atividades

é já a 18 de abril, às 21h30, com uma sessão de poesia pelo coletivo “Onda Poética”, na Biblioteca Municipal José Marmelo e Silva, onde alguns ativistas da Nascente se farão ouvir através dos versos e da poesia. Volvidos seis dias, na noite de 24 de abril, o Auditório Nascente abre as suas portas para uma criação conjunta do Teatro Popular de Espinho e do grupo musical “Tordilhões”, por volta das 22h00.

Às 15h00 do dia 25 de abril, quinta-feira, vão ser exibidas três curtas-metragens produzidas por alunos no auditório do Museu Municipal de Espinho/FACE: “O Resgate da Cor”, “O Mural da Liberdade” e “Como era a escola antes e agora”. A sessão será seguida de uma conversa com as participações de Fernando Saraiva, António Bruno, João Católico, Ema Lavrador e Leonor Henriques.

Nascente convoca Assembleia Geral para o próximo dia 12 de abril

No próximo dia 12 de abril, sexta-feira, às 20h30, vai realizar-se uma reunião ordinária da Assembleia Geral dos sócios cooperadores da Nascente na sede da cooperativa (Rua 62, n.º 251).

A Ordem de Trabalhos contempla os seguintes pontos: apreciação e votação do balanço, relatório e contas da direção, e parecer do Conselho Fiscal de 2023;

aprovação das atas anteriores da Assembleia Geral; e deliberação sobre a exclusão de cooperadores por violações estatutárias.

De acordo com os estatutos desta cooperativa, se na hora marcada da convocatória não estiverem presentes mais de metade dos sócios com direito a voto, a Assembleia reunirá com qualquer número de presentes, uma hora depois.

Errata – suplemento temático “Mais Maré” (27/03/2024)

No suplemento temático “Mais Maré”, que se fez acompanhar da edição deste jornal a 27 de março de 2024, na peça “Duas mulheres carregam e partilham uma palavra: feminismo”, onde se lê, na página 13, numa citação de Idalina Sousa, “Creio que esse património foi destruído ao longo dos séculos e estou convicta de que o que aconteceu a Safo terá acontecido a várias outras mulheres cultas, inteligentes, interventivas e reacionárias: foram cerceadas, ignoradas, apagadas da

História”, a palavra “reacionárias” terá sido aplicada de forma incorreta.

Ainda que a utilização daquela palavra tenha sido adotada no sentido de sintetizar o discurso da entrevistada (“capazes de reagir”), o Maré Viva reconhece o lapso da sua aplicação e endereça as suas desculpas à visada que, em momento algum, utilizou aquele termo. Deverá, por isso, ler-se “revolucionárias” e/ou “reativas”.

Ficha Técnica

Diretor Henrique Neves
SubDiretor Ricardo Gouveia
Editor e Redator Principal Joel de Oliveira
Projeto gráfico António Coxito
Redator Rafael Oliveira
Fotografia Joel de Oliveira
Paginação Beatriz Silva
Apoios e Parcerias Cristina Novo
Publicidade Margarida Pinho
Tesouraria Cristiano Ribeiro
Promoção Institucional Catarina Ferreira

Colaboradores André Ramada, Tiago Afonso

Redação e Paginação Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho
Telefone 227 331 355
E-mail jornal@mare-viva.pt
Redação e Secretaria Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho
Telefone 227 331 357

Propriedade Nascente – Cooperativa de Ação Cultural, CRL
 Rua 62 n. 251 4500-366 Espinho
NIF 500 615 268
Número de registo do Título 104499, de 28/06/76
Depósito Legal 2048/83

Os textos de Opinião publicados nesta edição são da inteira responsabilidade dos seus autores, não vinculando, direta ou indiretamente, o cariz editorial e informativo deste jornal.

Estatuto editorial:

O Maré Viva, enquanto propriedade de uma Cooperativa de Ação Cultural e Jornal de carácter regional, propõe-se:

- Noticiar de forma independente, objetiva e isenta, todos os factos importantes da vida política, social, cultural e desportiva regionais;
- dar um especial ênfase a todas as manifestações de carácter cultural, procurando, com a respetiva divulgação, contribuir para o fomento cultural da região;
- Defender sempre, de forma intransigente, os princípios constitucionais da República Portuguesa, procurando, desse modo, contribuir para que sejam alcançados os grandes designios nacionais;
- Respeitar os princípios deontológicos da imprensa e a ética profissional, de modo a não poder prosseguir apenas fins comerciais, nem abusar da boa fé dos leitores, encobrindo ou deturpando a informação.

opinião



Tiago Afonso
Violinista

A Assembleia: a Escola exemplar

Aguardava-se um dia calmo e sereno no primeiro dia de aulas. Todos se vestiram a preceito, prepararam a mochila no dia anterior e rumaram convictos para a maior escola de Portugal: a Casa da Democracia. Já conheciam os colegas de carteira e ligaram entre si para combinarem as cores das gravatas e os deveres para a sua primeira grande tarefa da democracia, a eleição do seu delegado e subdelegados. Após uma campanha cheia de valentes peripécias e resultados deveras complexos, os espectadores da escola mais famosa do País aguardavam um início de ano letivo pacífico onde o diálogo e o entendimento fossem a ordem do dia. Grande desilusão! Tornou-se um dia de grande discórdia, de muitos amuos, muitas birras e de pouca ou nenhuma transparência. A sala de aula virou um verdadeiro recreio, uns não se sabiam sentar na cadeira, outros falavam sem colocar o dedo no ar e as regras democráticas ficaram como pano de fundo neste verdadeiro teatro sem precedentes.

Numa era de crescente desconfiança nas

instituições, é imperativo questionarmo-nos se a Escola da Democracia é de facto um bom exemplo para a sociedade que representa. Com o acumular de desafios complexos no seio da sociedade, a capacidade da Assembleia da República de responder de forma eficaz e progressista é posta à prova. Não chega apenas sentarem-se na cadeira do poder. Não são apenas governo e oposição: são agora exemplos de e para a sociedade. Em vez de ser uma referência de transparência e justiça, a Casa da Democracia parece ser um campo de terra batida onde os jogos de poder e de manipulação são predominantes. As eleições, longe de serem um reflexo dos desejos dos eleitores, são ensombradas por intrigas e travessuras, minando a confiança nos intervenientes, na instituição e no próprio sistema democrático, como um todo. A escola mais famosa do país, deveria ser um farol de democracia e educação cívica, não apenas para os eleitos, mas para toda a sociedade. No entanto, o cenário que se desenrola nos dias de hoje revela uma desconcertante desconexão entre as ideologias políticas e a realidade que se vive pelos portugueses.

A Assembleia da República deveria ser a vanguarda da democracia, um bastião onde os valores democráticos são inculcados e celebrados. O diálogo e o entendimento, pilares fundamentais de qualquer democracia saudável, são rapidamente descartados em favor de insultos e acusações infundadas. Em vez de aprenderem a articular as suas opiniões de forma respeitosa e a encontrarem

soluções construtivas para os conflitos, os deputados envolvem-se em brigas infantis que só servem para perpetuar a divisão, a animosidade e o fervor da discórdia. É hora de a Casa da Democracia fazer uma autoavaliação séria e confrontar a realidade da sua própria disfuncionalidade. Em vez de fingir que tudo está bem e continuar com o status quo, é preciso coragem para reconhecer os problemas e tomar medidas concretas para resolvê-los. Isso significa não apenas reformar os processos eleitorais para garantir que sejam mais justos e transparentes, mas também cultivar uma cultura de respeito mútuo e colaboração. Significa dar voz aos deputados e envolvê-los ativamente na tomada de decisões que afetam a sua vida e de quem representam. Significa, em última análise, reafirmar o compromisso da Assembleia da República com os ideais democráticos e trabalhar incansavelmente para torná-los uma realidade tangível. Se a Casa da Democracia não consegue viver de acordo com o seu próprio nome, então que tipo de lição está a ensinar aos portugueses? É hora de liderar pelo exemplo e mostrar ao País que a verdadeira democracia não é apenas uma palavra vazia, mas sim um compromisso vivo e pulsante para com a justiça, a igualdade e o respeito pelos direitos e deveres de todos, sem exceção.

PUB

Diariamente até às 03:30h

cultura agenda



4 DE ABRIL - EVENTO

“Ensaio Geral” - ao vivo, com Capicua
Museu Júlio Dinis - Ovar
 21h30

No âmbito da programação das comemorações dos 50 anos do 25 de Abril de 1974, a Câmara Municipal de Ovar promove quatro edições especiais do programa «Ensaio Geral» da Rádio Renascença, o magazine dedicado às artes e à cultura que celebra, também, o 15º aniversário. O Museu Júlio Dinis será o palco de um ciclo dedicado à criação no feminino, com quatro grandes entrevistas de vida a mulheres reputadas em diversas áreas da cultura portuguesa, moderadas pela jornalista Maria João Costa. Capicua é a convidada da primeira entrevista.



4 A 7 DE ABRIL - CINEMA

O Panda do Kung Fu 4
Centro Multimeios de Espinho
 16h00

Po, o Guerreiro Dragão, é o escolhido para se tornar o Líder Espiritual do Vale da Paz. Essa solução levanta alguns problemas: primeiro, Po sabe tanto sobre liderança espiritual, quanto sobre dietas; segundo, tem de encontrar e treinar um Guerreiro Dragão que o substitua antes de assumir as novas funções. Pior ainda: a poderosa feiticeira Camaleão, capaz de assumir a forma de qualquer criatura, anda por perto e tem os seus enormes olhos no Bastão da Sabedoria de Po, que lhe daria o poder de ressuscitar os vilões que Po derrotou.



5 A 28 DE ABRIL - TEATRO

Fado Alexandrino
Teatro São João - TNSJ
 16h00/19h00/21h00

“Estou em Lisboa e em Moçambique, vejo ao mesmo tempo os jardinzitos gotosos e as palhotas devastadas pelas metralhadoras.” Em “Fado Alexandrino”, António Lobo Antunes mergulha-nos num tempo compósito, acionado pelo movimento da rememoração. Cinco personagens, militares que regressaram da guerra em África dez anos antes, juntam-se num jantar, um encontro de reflexões sobre um fim e o seu luto, uma espécie de Última Ceia. Nuno Cardoso leva à cena aquele que é considerado o grande romance sobre o 25 de Abril, na celebração do seu cinquentenário. O palco devém um imenso mural, que confere matéria, pela presença e contracena dos atores, pelo trabalho dos criativos, às vivências das personagens em quatro tempos que se interpenetram: o Estado Novo, a memória da guerra colonial em Moçambique, a Revolução dos Cravos, o pós-Revolução.



5 DE ABRIL - TEATRO

“Livrar-me”
Centro de Arte de Ovar
 21h30

Uma mulher conta-se como se fosse a narradora da sua própria vida antes de ficar completamente às escuras. Como uma personagem de um Livro que nunca chegou a acontecer, ou de uma história que, pelo contrário, não deixa nunca de se desenrolar. É através dos livros que entra em diálogo com o passado. Uma Filha que procura por uma mãe. Que conversa sem a certeza de ter voz, no silêncio. Uma família de mães e filhas que se ligam entre tempos inefáveis porque serão sempre tão imensos quanto o espaço que ocupam umas nas outras.



5 DE ABRIL - MÚSICA

Danças Sinfónicas
Casa da Música - Porto
 21h00

Os musicais de Leonard Bernstein foram grandes sucessos nos palcos do teatro musical americano, e continuam a fascinar o público em novos filmes e nas suas versões de concerto. O exemplo mais notável é “West Side Story”, uma versão do drama de Romeu e Julieta transposto para os tempos modernos, repleto de canções. A sua música é repleta de canções famosas, que são dadas a ouvir na suite de “Danças Sinfónicas”. A Abertura de “Candide”, opereta baseada no célebre livro de Voltaire, ficou para sempre no repertório das orquestras sinfónicas. O ambiente sonoro de Bernstein é perfeito para enquadrar o “Concerto para clarinete” de Mário Laginha, apresentado pela primeira vez no Porto. Escrito para o solista Carlos Alves, este concerto denota bem a influência do jazz na escrita de Laginha. Pela Orquestra Sinfónica do Porto - Casa da Música.



6 DE ABRIL - MÚSICA

“A alegria que cria raízes”
Cineteatro António Lamoso - SM Feira
 21h30

Este concerto de música jovem de inspiração cristã pretende juntar vários cantores e bandas no mesmo palco, envolvendo os jovens do concelho de Santa Maria da Feira. Integrado na Programação da Semana Santa local.

cultura notícias



ANA LUA CAIANO E PROJETO BENJAMIM COM DATA EXTRA NO AUDITÓRIO DE ESPINHO

Joana Caiano

Já com uma data esgotada (13 de abril), o Auditório de Espinho - Academia anunciou uma data extra para o concerto de Ana Lua Caiano e Projeto Benjamim, a 14 de abril. A cantora portuguesa - cujo trabalho se caracteriza por uma fusão entre a música tradicional portuguesa e a música eletrónica - subirá ao palco do Auditório de Espinho acompanhada do Projeto Benjamim. O coletivo é constituído por alunos da Academia de Música de Espinho e da Escola Profissional de Música de Espinho, e tem como principal objetivo proporcionar aos estudantes uma experiência musical de

interação e performance em concerto, com músicos e grupos da área "não clássica". Em março, Ana Lua Caiano lançou o seu disco de estreia "Vou ficar neste quadrado", editado pelos alemães da Glitterbeat, que lhe valeu críticas nos meios especializados. O Projeto Benjamim já atuou com a banda Alright Gandhi, com a cantora Lena D'Água, com o cantor brasileiro Castello Branco e com o grupo Vozes da Rádio. Agora chega a vez de os alunos partilharem o palco com Ana Lua Caiano.

Os "Confrontos" da deficiência estarão em evidência em Ovar

O Centro de Arte de Ovar recebe, a 13 de abril (21h30), o espetáculo multidisciplinar "Confrontos", inserido na dinâmica "Palco Especial" - um evento promovido desde 2018 pela Associação Cultural e Recreativa de Valdágua. Com o objetivo de contribuir para um melhoramento da inclusão social, o palco dará visibilidade às práticas artísticas de

peças com deficiência. Tem sido parceira deste evento a "Cerciستا", que nesta edição se inspira e apresenta um tema atual e transversal à existência humana. O espetáculo "Confrontos" assume diversas representações e significados do confronto humano, dissecando as suas diferentes camadas psicológicas, emocionais e sociais, dirigindo o espectador para uma reflexão sobre as relações, as experiências que moldam o ser humano e o poder transformador da empatia.

Primeira obra a título póstumo de Anthero Monteiro lançada no arranque de abril

Já há data para o lançamento da primeira obra, a título póstumo, de Anthero Monteiro. "Etnografia oleirense - usos, tradições, crenças, memórias" será dada a conhecer ao público a 6 de abril, pelas 15h00, numa sessão que acontece na sede da Associação Musical Oleirense. A apresentação do livro ficará ao encargo de Roberto Carlos Reis e José Carlos Amorim. Esta é uma iniciativa da Biblioteca Pública de São Paio de Oleiros, em conjunto com Editora Iditorialis. Anthero Monteiro foi professor, formador de docentes, escritor, poeta e ensaísta. Foi co-autor de sete livros didáticos de Português para Portugal, e de dois para Cabo Verde. Colaborou num Dicionário de Língua Portuguesa, escreveu oito obras poéticas, quatro livros de ensaio e diversos artigos publicados em revistas universitárias. Foi autor do blogue "Praça da Poesia", onde inclui a grande maioria dos seus poemas, e também os poemas prediletos de outros autores. Em 2004, foi galardoado com o Prémio Manuel Laranjeira. Mais tarde, em 2015, recebeu a Medalha de Ouro da Vila de São Paio de Oleiros, pela relevância do seu percurso cultural e associativo. Faleceu a 5 de abril de 2022, com 76 anos.

Leonor Sousa inaugura exposição de pintura

A artista plástica Leonor Sousa inaugura a exposição de pintura "Diversidades" a 7 de abril, na Biblioteca Municipal de Santa Maria da Feira, pelas 09h30. A mostra, patente até 19 de maio, é descrita como "uma das matrizes" de todo o seu processo criativo. "É na 'diversidade' do traço, da cor, da textura e da técnica que me realizo, permitindo-me vaguear entre o figurativo e o abstrato. Cada obra é um pedaço de mim e do meu estado de alma" - descreve. A exposição tem entrada livre, e poderá ser visitada de segunda a sábado (entre as 10h00 e as 19h00), e também ao domingo (entre as 09h30 e as 12h30). Leonor Sousa nasceu em Vagos (Aveiro), e concluiu o ensino secundário (área de Artes) na Escola Dr. Manuel Laranjeira, em Espinho, cidade onde cresceu. A sua técnica vagueia entre o figurativo e o abstrato, e as suas obras já lhe valeram várias distinções, entre as quais: Prémio Internacional "Grande Mestre de Arte" Caravaggio (Milão), Prémio Internacional "Grande Mestre de Arte" Botticelli (Florença) ou o Prémio Internacional de Arte Diego Velázquez (Barcelona).



• O Lisbon Underground Music Ensemble é um dos coletivos convidados do evento

Entre os dias 17 e 20 de abril, a cidade de Ovar assume-se como palco de concertos, oficinas, conversas e partilhas, que acontecem em ambientes formais, intimistas ou mais descontraídos, indo ao encontro de todos os públicos. Assim acontece o "Ovar em Jazz", certame que volta a conjugar grandes nomes internacionais do género com outros projetos menos mediáticos, unidos pelo mesmo elemento central: o piano. Os concertos acontecem no auditório do Centro de Arte de Ovar.

A abrir a programação, a 17 (21h30), estará o Mário Costa Quarteto - "Chromosome". Depois de Oxy Patina, o baterista e compositor Mário Costa, detentor do título "músico nacional de Jazz", em 2018 e 2023, reúne um elenco internacional de luxo no seu novo álbum "Chromosome". Em poucos anos, o baterista português tornou-se um caso sério de sucesso no jazz internacional, atuando ao lado de músicos lendários como Michel Portal, Wynton Marsalis e Joachim

Kühn, e pertencendo a formações, tais como, o quinteto de Emile Parisien, ou o quarteto do saxofonista britânico Andy Sheppard. A 18 (21h30), será a vez do Lisbon Underground Music Ensemble (LUME) trazer calor ao palco da sala vareira. O projeto, criado e dirigido por Marco Barroso, é um ensemble de 15 instrumentistas composto por músicos de jazz e música erudita, que se move entre as afinidades com o modelo clássico da Big Band e as reinterpretações e provocações que faz.

Já no dia 19, há espetáculo em dose dupla. A primeira rodagem (21h30), terá Abe Rábade - e o seu mais recente trabalho, "Botânica" - como protagonistas. São 15 composições originais, dedicadas à vegetação nativa da Galiza, que pintam um campo de visão aberto ao mundo. Como muitos dos trabalhos que agora aparecem, a origem deste álbum deve-se também às consequências da Covid-19, já que Rábade foi passear nas florestas, perto de sua casa, durante os meses mais difíceis

do confinamento. Num segundo momento, pelas 23h00, e já no bar do Centro de Arte de Ovar, o protagonismo passa para as mãos do guitarrista, compositor e improvisador Mané Fernandes. O artista, radicado no Porto e em Copenhaga, faz parte de uma ampla cena musical experimental, que gosta de apelidar de "estética pós-beat".

A 20 de abril - último dia do certame - o palco será de Amaro Freitas (21h30), e do seu mais recente trabalho "YY", através do qual homenageia a floresta, particularmente a da Amazônia, e também os rios da zona norte do Brasil. No seu mais recente trabalho a solo, apresenta novas texturas, inspiradas no piano de John Cage e na obra marcante do percussionista Naná Vasconcellos. Mais tarde, às 23h00, o ponto de encontro volta a ser o bar do Centro de Arte, onde nos esperam os R'B & Mr. SC, um ensemble de baixa frequência, onde imperam os metais graves.

PUB

Gaia celebra os 50 anos do 25 de abril através das vozes de crianças

A 21 de abril, pelas 11h00, o Auditório Municipal de Gaia recebe o concerto "O 25 contado e cantado pelas crianças", integrado no programa municipal das comemorações dos 50 anos do 25 de abril de 1974. O espetáculo contará com a participação do Coro Per Mezzo, acompanhado da Orquestra Per

Anima, da Escola de Música de Perosinho. Juntos, recordarão temas e histórias evocativas da "Revolução dos Cravos", com a direção artística de João Costa, Sandra Monteiro e Vera Aleixo. A partir de relatos pessoais, é passado o testemunho às crianças, que vão cantar e contar histórias, emprestando a sua voz às músicas e aos artistas que, na altura, como hoje, celebram os valores da Igualdade, Liberdade e Solidariedade.

da terra

MONTENEGRO VIRA A CARA AOS "JOGOS DE SEMÂNTICA" E A "BLOQUEIOS DEMOCRÁTICOS"



Luís Montenegro reiterou que o seu Governo existe para durar "os quatro anos e meio da legislatura", para encetar uma "transformação estrutural da economia e do Estado", e que não está interessado "em jogos de semântica ou em politiquices estéreis". O Primeiro-Ministro falou ao país no final da tarde da passada terça-feira, 2 de abril, na tomada de posse do XXIV Governo Constitucional. Para o recém-empossado, o país mostrou, a 10 de abril, uma "vontade" de participação na mudança política. "O nosso propósito é, pois, respeitar e cumprir essa

mudança" - sublinhou. Dirigindo-se ao Presidente da República, o recém-empossado prometeu uma "conduta de colaboração positiva" e de "cooperação institucional", extensíveis a todos os órgãos de soberania. E, olhando para o Mundo, colocou responsabilidades acrescidas aos ombros. "Depois de termos tido duas interrupções de legislatura em dois anos, numa altura em que temos perto de nós dois focos de guerra, em que temos o desafio de executar o mais volumoso plano de investimentos desde a adesão à União Europeia, em que

enfrentamos um elevadíssimo nível de pobreza em praticamente metade da nossa população e numa altura onde o Estado não responde adequadamente aos cidadãos no acesso a bens essenciais como a saúde, a educação ou a habitação, será imperdoável que a Política se constitua como agravante e não como solução para tantos problemas" - referiu.

Olhando para as circunstâncias parlamentares com as quais se confronta, Montenegro presumiu que as oposições irão respeitar o princípio de deixar a Aliança Democrática "trabalhar e executar o programa de Governo". Para o Primeiro-Ministro, não rejeitar o referido programa "não significa um cheque em branco", mas também "não pode significar um cheque sem cobertura". E deixou um recado ao Partido Socialista. "[...] Apesar da sua legitimidade [PS] em se constituir como fiscalizador da ação do Governo e em alternativa futura, deve ser claro quanto à atitude que vai tomar: ser oposição democrática, ou ser bloqueio democrático" - atirou.

Passando pelas várias áreas de atuação, Montenegro voltou a prometer a redução da carga fiscal (com especial enfoque no IRS e IRC), a isenção de IMT na compra da primeira casa, a ainda um programa de emergência para a Saúde, que será apresentado até 2 de junho. Na despedida, apoderou-se das palavras de um outro "Luís" - Luís Vaz de Camões, nascido há 500 anos - e do seu canto I da obra "Os Lusíadas", onde se lê que "A gente anda perdida e trabalhada./Já parece bem feito que lhe seja/Mostrada a nova terra que deseja".

Feira prepara-se para volta a apoiar projetos na área da juventude

Pelo segundo ano consecutivo, a Câmara Municipal de Santa Maria da Feira compromete-se a apoiar projetos na área da juventude, ao abrigo do programa "Apoio e Incentivo Juvenil", cujo período de candidaturas decorre até 30 de abril. Assim, associações juvenis,

de estudantes, grupos informais de jovens e jovens a título individual terão disponíveis 35 mil euros para colocarem em prática os seus projetos. Na sua segunda edição, o Programa de Apoio e Incentivo Juvenil valorizará os projetos que dinamizem temas associados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, com enfoque nas áreas da saúde mental e bem-estar, europa verde e sustentável, trabalho de qualidade para todos, e espaço e

participação para todos. Criado em 2023 para garantir um apoio efetivo às organizações de juventude do concelho de Santa Maria da Feira, o PIJ visa incentivar a criação de uma programação regular e posterior avaliação das ações desenvolvidas, potenciando o dinamismo, empreendedorismo e capacidade de intervenção dos jovens feirenses. O regulamento de participação poderá ser encontrado no portal oficial da autarquia.

PUB

Confeitaria Central
Desejamos a todos os clientes uma Feliz Páscoa

Rua 8, N.º. 691 - Espinho
T. 22 734 06 05

RK
TERAPEUTA

CENTRO DE BEM-ESTAR E ESTÉTICA

Rua 14, n.º 633 Espinho

913 465 578
935 978 209

@karasrita

Massagens | Manicure | Pedicure |
Maquiagem | Epilação | Depilação Laser |
Yoga | Pilates | Workshops

RESTAURANTE • CHURRASCOA
BALIZA

Serviço Take Away
Rua 8 N.º471 Espinho
(frente ao Casino)
Tel.: 22 734 0220



CASA-MUSEU DE FLORBELA ESPANCA EM ESMORIZ PODERÁ SER REALIDADE

DR: Rádio Voz de Esmoriz

Foi durante a inauguração de uma exposição fotográfica, composta por 72 fotografias sobre o presente e o passado de Esmoriz, no átrio da Junta de Freguesia de Esmoriz, que António Bebiano, vereador da Câmara Municipal de Ovar, anunciou a possibilidade da autarquia vareira vir a construir uma casa-museu de Florbela Espanca, em Esmoriz.

A revelação surgiu na apresentação de uma mostra fotográfica, resultante da segunda edição do concurso de fotografia "Esmoriz aos teus olhos", que contou com a participação de 26 pessoas, e que serviu como mote para a assinalação da elevação de Esmoriz a vila [29

de março de 1955], o centenário da chegada de Florbela Espanca àquela freguesia, e o 37.º aniversário da Rádio Voz de Esmoriz.

Já depois da atuação do Grupo Coral da Universidade Sénior de Esmoriz e da intervenção do presidente da Junta de Freguesia de Esmoriz, o vereador da Câmara Municipal de Ovar enalteceu a iniciativa dinamizada pela Comissão de Melhoramentos de Esmoriz e assumiu que a autarquia vareira "está a estudar atentamente" a construção de uma casa-museu de Florbela Espanca, em Esmoriz, podendo tornar-se numa realidade no futuro.

Após a atribuição dos diplomas e prémios aos vencedores do concurso, o centenário da chegada de Florbela Espanca (1924-1926) a Esmoriz foi recordado através da narração possível dos episódios que marcaram a sua passagem por aquela freguesia e da declamação de alguns dos seus poemas.

A exposição fotográfica estará patente no átrio da Junta de Freguesia de Esmoriz até final de abril e reúne várias imagens sobre a praia, os palheiros, a Barrinha, a tanoaria e os monumentos daquela cidade.

Ecco confirma despedimento de 54 trabalhadores

A direção da multinacional dinamarquesa Ecco confirmou que 54 funcionários vão ser despedidos da fábrica de calçado instalada na freguesia de S. João de Ver, no concelho de Santa Maria da Feira. A decisão, que surge após o comunicado sobre um despedimento coletivo no início de março, é justificada pela necessidade de "garantir a competitividade e sustentabilidade" da empresa.

"Apesar de ser uma decisão difícil que afeta bons e dedicados profissionais, esta restru-

turação é uma etapa necessária para garantir a competitividade e a sustentabilidade a longo prazo da Ecco Portugal", declarou a empresa que emprega cerca de 900 trabalhadores à agência Lusa.

De acordo com a multinacional, a "reestruturação organizacional" que está em curso nos departamentos de produção e qualidade está a ser conduzida "com transparência e respeito" pelos colaboradores afetados. Está também a ser fornecido "apoio durante este período de transição", o que inclui "benefícios de saída, conforme é prática habitual da empresa" – referem.

O Bloco de Esquerda de Santa Maria da Feira já expressou a sua "profunda preocupação"

perante esta decisão, lamentando que "uma empresa com lucros de milhões todos os anos" tenha optado por "realizar um despedimento coletivo de tal envergadura".

Quem também se mostrou solidário e reforçou o apelo desta força política foi o Sindicato Nacional dos Profissionais da Indústria e Comércio do Calçado, Malas e Afins, tendo apelado para que se encontrem "soluções justas que protejam os direitos e o bem-estar dos trabalhadores".

"Juntos devemos trabalhar para garantir que as práticas empresariais sejam responsáveis e que os trabalhadores não sejam deixados para trás em nome da competitividade" – lê-se numa publicação do sindicato.

PUB

Barbara Kebab

Tel.: 224 951 894
Rua 23 N°50 4500 - 802 Espinho

CFE
Central de Ferragens de Espinho

Central de Ferragens de Espinho, Lda
Rua 12, N°618 - 4500-228 Espinho
Tel. 227342882
comercial@cfespinho.com

bestravel
ESPINHO

As suas férias começam na sua agência de viagens
Bestravel Espinho

Visite a nossa Loja
Sítua-se ao lado do tribunal
Rua 19, N.º 699, 4500-257 Espinho

ESCOLHA CONSUMIDOR 23

o explicador

AFINAL PORQUE SONHAMOS OU TEMOS PESADELOS?



Sonhar é uma experiência comum e acontece com mais frequência do que podemos imaginar (ou lembrar). Os sonhos são como histórias compostas por imagens, e que são produzidas pelo nosso cérebro a partir de informações, vivências ou memórias recolhidas num passado recente. É normal sonharmos com recordações, pessoas, coisas que nos aconteceram ou que nos preocupam, mas também há aqueles sonhos que não fazem sentido nenhum ou que preferíamos nem nos lembrar. Ou seja, há sonhos bons e maus (pesadelos) que podem ter um impacto na nossa disposição. Mas por que razão isso acontece?

O que são sonhos?

Definir o que é um sonho é, desde logo, difícil. Spencer (2019) define-os como sendo "os nossos pensamentos durante o sono e que recordamos quando acordamos", tratando-se de experiências "maioritariamente visuais". Por outro lado, Nichols (2023) considera que sonhar se trata de uma "experiência humana universal" que pode ser descrita como "um estado de consciência caracterizado por ocorrências sensoriais, cognitivas e emocionais durante o sono".

Já os investigadores Schneider & Domhoff (2024) entendem que a palavra "sonho" possui "quatro significados inter-relacionados": 1) o sonho como forma de pensamento; 2) como "experiência"; 3) como "memória", e 4) como o "relato falado ou escrito" que partilhámos sobre essa experiência, uma vez que não podemos ver o sonho de outras pessoas e vice-versa.

"Podemos pensar num 'sonho' como um relato de uma memória de uma experiência cognitiva que acontece sob o tipo de condições que são mais frequentemente produzidas num estado chamado 'sono'. Mas se quisermos ser mais simples, podemos pensar nos sonhos como os pequenos dramas que

a nossa mente inventa quando o sistema do 'eu' não nos mantém alerta para o mundo que nos rodeia", resumem os investigadores.

Mas por que sonhamos?

Embora existam várias teorias sobre o assunto, parece não existir uma resposta concreta a esta questão. Nichols (2023) aponta quatro justificações que podem ajudar a explicar o porquê de sonharmos: representar desejos e vontades inconscientes; interpretar sinais aleatórios do cérebro e do corpo durante o sono; consolidar e processar a informação recolhida durante o dia; funcionar como forma de psicoterapia.

Esta autora refere que alguns estudos mais recentes e cientificamente revistos explicam que sonhar serve para o cérebro:

- consolidar tarefas de aprendizagem e memórias, apoiando e registando-as na "consciência desperta";
- preparar para possíveis ameaças futuras;
- simular cognitivamente as experiências da vida real;
- ajudar a desenvolver capacidades cognitivas;
- refletir a função mental inconsciente de forma psicanalítica.

Algumas dessas investigações sugerem que o sonho é "um estado único de consciência que incorpora a experiência do presente, o processamento do passado e a preparação para o futuro" ou "um espaço psicológico onde noções contraditórias ou altamente complexas podem ser reunidas pelo ego sonhador, noções que seriam perturbadoras enquanto estivéssemos acordados, servindo, assim, a necessidade do equilíbrio psicológico".

E por que não me consigo lembrar do que sonhei?

Schneider & Domhoff (2024) explicam que é "provável" que todos nos esqueçamos de 95 a 99% dos nossos sonhos. Porquê? "Pela razão

óbvia de que estamos a dormir durante os sonhos e não estamos a prestar atenção".

Os mesmos sugerem que as pessoas com mais de 10 anos de idade tendem a sonhar quatro a seis vezes por noite, coincidindo com o período do sono que se chama "REM" (Movimento Rápido dos Olhos, traduzido do inglês "Rapid Eye Movement"). Este trata-se de um período em que o nosso cérebro entra num estado de atividade tão intensa como se estivéssemos acordados.

A Sociedade Portuguesa do Sono sugere que lembrar-se de um sonho não é indicativo de um sono de qualidade, podendo significar que simplesmente acordou na hora certa para se recordar do sonho, o que pode estar associado a múltiplas doenças do sono.

Os sonhos podem ser influenciados pelo medo ou stress?

Sim, até porque "os sonhos espelham frequentemente as nossas preocupações ou inquietações" (Schneider & Domhoff, 2024).

Curiosidades

1. as pessoas com deficiência visual também sonham;
2. os sonhos ajudam a regular a nossa disposição/emoções e ajudam a melhorar a criatividade e a capacidade de resolução de problemas;
3. embora não existam certezas definitivas, os animais mamíferos também têm períodos de REM que, por norma, estão associados aos sonhos.

Fontes consultadas:
 Spencer, R. (2019). "The Science of Dreams". *Frontiers, Young Minds*;
 Nichols, H. (2023). "What does it mean when we dream?", in *Medical News Today*;
 Schneider, A., & Domhoff, G. W. (2024). "The Quantitative Study of Dreams", in www.dream-research.net ;
 Associação Portuguesa do Sono.

destaque



O AUTISMO E OS SEUS PEQUENOS MUNDOS NAS ESCOLAS DE ESPINHO

Rafael Oliveira e Joel de Oliveira

O último levantamento nacional foi feito há quase vinte anos: existiam mais de 60 mil pessoas com a perturbação do espectro do autismo. Mas as mais recentes estatísticas internacionais indicam que esse número estará muito aquém da realidade. Em 2020, o Centro de Controlo e Prevenção de Doenças estimava que uma em cada 36 crianças, com oito anos de idade, tinha autismo. Nos dois agrupamentos escolares do concelho de Espinho estão matriculados e identificados 35 alunos com esta perturbação, apresentando diferentes idades e graus, e a tendência registada nos últimos anos é crescente.

O autismo não é uma doença. É “uma perturbação do neurodesenvolvimento” caracterizada por “dificuldades na comunicação e interação social associadas a comportamentos repetitivos e/ou interesses marcados por objetos ou temas específicos” - começa por explicar Helena Morais, coordenadora da Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva no Agrupamento de Escolas (AE) Manuel Gomes de Almeida.

Francisca Reis - que também desempenha aquela função, mas no AE Manuel Laranjeira - corrobora essa definição, referindo que estes estudantes “desenvolvem facilmente um tipo de padrão focado em situações específicas”, pelo que não é fácil introduzir qualquer tipo de alteração às suas rotinas. “Tem de ser daquela forma”, afirma.

Na Escola Básica e Secundária da Manuel Laranjeira, lembra a responsável, já tiveram

estudantes com este tipo de perturbação que “só comiam os alimentos se estivessem distribuídos de uma determinada forma no prato”.

“Outros têm sensibilidade às cores, ao ruído, ao tato, mas também existem os ‘autistas funcionais’. Ou seja, alguns estudantes manifestam na sua vida situações que se desviam do padrão comum, com autoagressões ou complexos ao nível pessoal, mas que são funcionais: focam-se numa área e são muito bons naquilo” - elucida Francisca Reis, adjunta da equipa diretiva daquele agrupamento.

Não obstante, Helena Morais nota que esse desenvolvimento por um interesse específico, que poderá levar a criança a destacar-se em certas áreas para a sua idade, pode descompensar “outras competências importantes”, nomeadamente as sociais.

Relações

Não é de estranhar, por isso, que o desenvolvimento interpessoal destes estudantes seja “diferente do padrão habitual”: a criança ou jovem com autismo tende a isolar-se, a evitar o contacto visual e a expressão facial é pouco manifesta - nota, por sua vez, Francisca Reis.

“É muito difícil analisar as suas emoções e, por tudo isto, raramente fazem amigos. Nos casos mais graves, há quase sempre dificuldades em comunicar. Temos de arranjar alternativas à oralidade e sistemas comunicativos alternativos para chegar até eles” - acrescenta.

No AE Manuel Laranjeira, por exemplo, estão sempre presentes dois professores de educação especial e dois assistentes

operacionais na sala. Isso acontece porque “em qualquer momento” - explica Francisca Reis - um estudante pode “desencadear um comportamento de autoagressão ou heteroagressão”.

Um ruído ou uma voz “é suficiente” para despoletar essa reação “numa criança pequena” ou “num jovem adulto, com um metro e oitenta”. São “situações complexas” e que podem mesmo obrigar ao isolamento do aluno, a proporcionar algum tipo de relaxamento ou a propor uma atividade diferente, explica a responsável.

Sintomas e graus diversos

Esta perturbação pode, assim, ser classificada em três tipos de graus: o “autismo leve”, em que a pessoa consegue ser praticamente independente; o “moderado”, quando os sintomas são mais perceptíveis e a capacidade de realizar tarefas e de relacionamento com outras pessoas estão comprometidas; e o grau “grave” verifica-se quando a pessoa tem sérias dificuldades em interagir com outras, podendo ser incapaz de articular frases ou palavras de forma compreensível.

Essa “variabilidade de sintomas”, assinala Helena Morais, ocorre consoante a gravidade do autismo, podendo manifestar-se de várias formas: atraso global no desenvolvimento, com reflexos na relação interpessoal; perturbação da comunicação verbal e não verbal, afetando a compreensão e a expressão; “linguagem muito pobre” ou ausência de linguagem verbal; rejeição do contacto visual; comportamento social e emocional desajustado; baixo nível de tolerância à frustração;

reações de agressividade, entre outras.

Os números na Manuel Gomes de Almeida...

Para dar resposta a estes desafios, o AE Manuel Gomes de Almeida passou a contar com uma Unidade de Ensino Estruturado do Espectro do Autismo para alunos do 1.º ciclo, no ano letivo de 2016/17. Essa resposta é dada na Escola Básica de Silvalde, cujo Centro de Apoio à Aprendizagem (CAA) integrou essa unidade, a partir do ano letivo de 2018/19, por força do decreto-lei n.º 54/2018.

Ali são acompanhados, diariamente, seis alunos com idades compreendidas entre os seis e os 12 anos. Mas nas restantes escolas deste agrupamento estão identificados outros oito - distribuídos por diferentes ciclos de ensino.

Isto acontece porque aquele decreto-lei estabeleceu que todos os estabelecimentos de ensino do agrupamento, em todos os ciclos de ensino (1.º, 2.º e 3.º ciclos e ensino secundário), têm de proporcionar aos alunos com este tipo de perturbação - independentemente da gravidade - o desenvolvimento de metodologias e estratégias de ensino estruturado no CAA*.

... e na Manuel Laranjeira

Mas o primeiro espaço deste tipo no concelho de Espinho surgiu em 2008, quando ainda existia o AE Sá Couto. Foi, aliás, um dos primeiros agrupamentos escolares, a nível nacional, a criar um departamento de Educação Especial e que se manteve aquando da agregação do AE Sá Couto e a Escola Dr. Manuel Laranjeira, dando origem à atual denominação.

Neste agrupamento os números são mais elevados: desde o pré-escolar até ao ensino secundário, existem 21 estudantes matriculados e identificados com autismo. Existem valências na Escola Básica Integrada Sá Couto, na Escola Básica de Anta, mas a maioria destes estudantes (13) frequenta o ensino estruturado na Escola Manuel Laranjeira.

São os que têm um grau de autismo "mais severo": apresentam "problemas de socialização e alimentares", "ausência de contacto visual", "hipersensibilidade sensorial" e necessitam de "assistência diária e permanente".

O ensino estruturado

De forma a entender o que é o ensino estruturado, Helena Morais descreve-o como um "conjunto de princípios e estratégias" que visam "facilitar os processos de aprendizagem e autonomia das pessoas com perturbações do espectro do autismo". Explica que isso é alcançado através da organização externa do espaço, tempo, materiais e atividades, resultando numa organização interna que reduz problemas de comportamento.

Este tipo de ensino, acrescenta, permite fornecer "informações claras e objetivas" das rotinas, manter um ambiente calmo, previsível, e atender à sensibilidade sensorial do aluno, propondo tarefas adequadas às suas capacidades.

Na sala da Escola Manuel Laranjeira há, por exemplo, uma área dedicada ao relaxamento, com luzes que fazem lembrar as diferentes galáxias, mas também fotografias - com o respetivo nome destes estudantes - afixadas em mesas, cadeiras e até num quadro que antecipa as tarefas a realizar no dia-a-dia.

"Eles têm a necessidade de trabalhar por antecipação. Não podemos chegar à beira deles e dizer que a seguir vão fazer isto ou aquilo. Cada caso é um caso, e não há dois estudantes autistas iguais. Isto é o mundo deles" - diz Francisca Reis numa visita àquela sala.

O papel da equipa multidisciplinar

Para a intervenção nos diversos domínios, a equipa multidisciplinar de apoio à educação inclusiva - que tanto a Helena, como a Francisca coordenam - é um dos recursos centrais para ajudar estes estudantes a crescer e a melhorar os seus desempenhos e capacidades na escola, junto dos colegas, quando tal é possível.

Essa equipa é composta por seis elementos permanentes: um docente que coadjuva o diretor, um docente de educação especial, três membros do conselho pedagógico com funções de coordenação pedagógica de diferentes níveis de ensino, e um psicólogo.

Dessa lista, o docente de educação especial desempenha um papel primordial. É ele/ela que, a partir da sua especialidade, apoia os demais professores do aluno na definição de estratégias de diferenciação pedagógica, no reforço das aprendizagens e na identificação de meios de motivação, representação e expressão - é "um colaborador constante", como explica Francisca Reis.

O "controlador de tráfego aéreo"

A coordenadora leva a comparação ainda mais longe sustentando-se na visão de dois autores distintos, referenciados na tese de mestrado "O papel do docente de Educação Especial na escola inclusiva; das atribuições às funções", indicando que este docente é quase como um "controlador de tráfego aéreo", pois "desempenha múltiplas competências no seu exercício profissional".

"Estes docentes são altamente especializados, dada esta complexidade, e têm de ser estar atentos a várias coisas. Os alunos são todos diferentes, e estes são um pouco mais únicos que os outros." - explica Francisca Reis ao evidenciar que o agrupamento conta atualmente com 21 docentes de Educação Especial.

A par do artigo nº 54/2018 estão ainda previstas medidas de suporte à aprendizagem em três níveis de intervenção (universais, seletivas e adicionais), a elaboração de um relatório técnico-pedagógico, um programa educativo individual, adaptações ao processo de avaliação, e a implementação de um plano individual de transição destinado a promover a transição para a vida pós-escolar destes alunos, devendo ser implementado três

anos antes da idade limite da escolaridade obrigatória.

Evolução nos números

Francisca Reis, do AE Manuel Laranjeira, nota que o número de alunos com esta perturbação tem vindo a crescer ao longo dos últimos anos. Sugere que esse aumento pode ser atribuído aos avanços na medicina, que permitem um diagnóstico mais precoce, ou à diversidade de oportunidades e atividades ali disponíveis, como o surf, a dança criativa, a natação adaptada e os protocolos/parcerias com entidades que oferecem diversas terapêuticas e recursos.

Mas há também estudantes provenientes de outras freguesias e concelhos, como Lever, Escariz ou Santa Maria da Feira. "Os pais entendem que é aqui que encontram a resposta mais adequada" - afirma.

Desafios para a comunidade escolar

Helena Morais entende que o "grande desafio" para os estudantes autistas é encontrar uma escola capaz de responder técnica e humanamente às suas necessidades, ao passo que para docentes, auxiliares, terapeutas, psicólogos e demais equipa, é alcançar "um contexto educativo capaz de ter recursos humanos que sustentem os desafios que a escola do século XXI coloca".

Para isso, continua, são também dinamizadas "iniciativas de sensibilização" que visam, sobretudo, o "respeito pelas diferenças", pois "a escola atual é um grande mosaico no qual as diferenças se revelam enriquecedoras para o constructo de cada um".

"Em cada ano escolar são realizadas ações de sensibilização para a comunidade escolar, com ações de formação de curta duração, e para toda a comunidade educativa em articulação com os dois agrupamentos do concelho, como é o caso da caminhada solidária pela inclusão" - conclui.

"A pessoa com autismo obriga-nos a sermos flexíveis, e isso é uma maravilha"

Para o espanhol Joe Santos, um dos fundadores da associação portuguesa "Vencer Autismo", a sociedade continua a ser a "falta de compreensão" geral. "Cada pessoa percebe o Mundo de forma única, à sua maneira. Ou seja, é possível dizer que, ao seu jeito, cada um de nós constrói a sua própria realidade" - contextualiza o especialista da associação, que já formou mais de 80 mil cuidadores e professores sobre a temática. A solução poderá estar numa mudança de mentalidade, assente na alteração do foco - aquilo que era um problema, deverá passar a ser encarado mais como se de um desafio se tratasse. "A minha criança pode estar sempre a repetir frases, ou a abanar as mãos. Mas, se eu a compreendo, isto não é mais um problema. Se há uma outra criança que necessita de cadeira de rodas, por exemplo, isso não deve

ser encarado como um problema. É, sim, um desafio. E no autismo acontece exatamente a mesma coisa" - continua, em declarações ao Maré Viva. Em primeiro lugar, continua Joe Santos, há que ter a consciência de que uma pessoa com autismo enfrenta, desde logo, um "grande desafio" sensorial; este aspeto faz com que "tudo se complique", já que alguém com estímulos exagerados não terá tanta predisposição para socializar ou aprender, refugiando-se nalguns comportamentos repetitivos. Mas até neste ponto é possível estabelecer um paralelismo. "As pessoas que não têm autismo também o fazem: abanam o pé, por exemplo. Tudo isto são mecanismos automáticos encontrados pelo nosso corpo, que têm como principal função trazer-nos alguma calma. Ora, com a pessoa que tem autismo acontece exatamente o mesmo: pode até estar a repetir a mesma frase vezes e vezes sem conta; porém, esta foi a forma inteligente que o seu corpo encontrou de a acalmar" - elabora, e acrescenta - "Há pessoas que, se ouvirem a louça ranger, reagem; para outras, é um som normal. Nas pessoas com autismo, acontece exatamente a mesma coisa: umas reagirão a uns estímulos, e outras a outros. Nenhuma pessoa é igual, e por isso é importante fugirmos dos padrões de tratamento generalizado".

"O autismo não é um tema confinado a três ou quatro especialistas no país"

Para além de serviços de apoio destinados a cuidadores (pais, professores e familiares) de pessoas com autismo, a "Vencer Autismo" dinamiza diversas palestras e workshops em torno do tópico, tendo já formado mais de 80 mil professores e pais através destes instrumentos. Na opinião do especialista espanhol, os pais e professores são "as pessoas mais importantes" no futuro de cada uma das crianças com autismo, já que os seus comportamentos condicionarão as decisões a serem tomadas. "Se temos um pai que compreende o autismo, toda a sua interação com a criança será positiva, contribuirá para o seu desenvolvimento. Aliás, quando isso acontece, o tempo que passam juntos passa a ser quase terapêutico, embora deva admitir que não gosto muito desta palavra, porque quase faz parecer que estamos a resolver um problema" - reflete. E a formação na área é vista como uma forma de contrariar um ciclo vicioso, negativo. "Quando os pais ou professores passam a compreender melhor estas crianças, elas evoluem, ganham motivação e, portanto, aquilo que era um ciclo vicioso, negativo, passa agora a ser um ciclo



· Joe Santos foi um dos fundadores da "Vencer Autismo"

virtuoso. E é assim que se trazem melhorias ao autismo; não é com lamentos, ou com a preocupação que eu eventualmente posso sentir ao pensar que a minha criança não se comporta em sociedade como eu esperaria que ela o fizesse" - argumenta.

"A formação de pais e professores nesta matéria já deveria ser prioritária"

De acordo com os dados disponibilizados pela "Vencer Autismo", mais de metade das pessoas que têm assistido às suas formações têm alunos/crianças com autismo, ou eventualmente sabem que um dia poderão vir a ter. E, quando as exigências mudam, é natural que assim aconteça. "Temos de ter noção de que, numa turma com 25 alunos, a pessoa com autismo não vai aprender da mesma forma dos outros. E, se a sala de aula não está a servir para aprender, então não tem utilidade nenhuma. Aliás, a lei para a Educação Inclusiva fala de tudo isto" - diz Joe Santos. Por isso, a formação de professores em torno deste tópico "já deveria ser prioritária" no país. "É claro que as pessoas compreenderem que necessitam dessa formação, já é algo muito positivo. E quem põe 'mãos à obra', e se permite a sair da sua zona de conforto para abraçar uma situação diferente, tem ganhos extraordinários. Aliás, é esse o tipo de testemunho que temos rece-

bido, diria. E esta é a maravilha da pessoa com autismo: obriga-nos a adaptação, a sermos flexíveis. O autismo empurra-nos para um extremo: se sabemos lidar com ele, se nos conseguimos conectar... Então estaremos muito mais aptos para nos relacionarmos com qualquer ser" - sublinha.

*O que é o Centro de Apoio à Aprendizagem (CAA)?

É uma estrutura de apoio agregadora dos recursos humanos e materiais, dos saberes e competências da escola/agrupamentos. A sua criação insere-se no quadro de autonomia das escolas e, enquanto resposta organizativa de apoio à inclusão, deve estar prevista nos documentos estratégicos que definem a política de escola, bem como os recursos a disponibilizar para a sua consecução.

O CAA tem como objetivos gerais apoiar a inclusão das crianças e jovens no grupo/turma e nas rotinas e atividades da escola, através da diversificação de estratégias de acesso ao currículo; promover e apoiar o acesso à formação, ao ensino superior e à integração na vida pós-escolar; promover e apoiar o acesso ao lazer, à participação social e à vida autónoma.

Fonte: Direção-Geral da Educação e decreto-lei n.º 54/2018, de 6 de julho

PUB INST

a maré chega por correio

Assine já
jornal@mare-viva.pt



18€/ano

50 edições digitais +
5 edições especiais em papel
com suplemento temático

espaço cidadão



ESTUDO SOBRE MULHERES TRANSGÉNERO PORTUGUESAS DESVENDA PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

• Investigação centrada em três mulheres transgénero, que fizeram a transição depois dos 50 anos

É um estudo pioneiro sobre mulheres transgénero portuguesas que fizeram a transição depois dos 50 anos de idade. A investigação da Universidade de Aveiro (UA) desvenda, pela primeira vez, que vivências foram decisivas para tomarem a decisão de mudarem de género.

"O processo de transição envolve fazer mudanças para alinhar a vida de uma pessoa com a sua autêntica identidade de género", começa por explicar Sara Guerra, investigadora do Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde (CINTESIS) da UA, e coautora do estudo publicado na revista científica *Global Qualitative Nursing Research*. Para além de Sara Guerra, o trabalho foi assinado também pelos investigadores do CINTESIS Rita Carvalho, João Tavares e Líliana Sousa e, ainda, por Tatiana Casado da Universidade das Ilhas Baleares (Espanha), uma equipa na linha de pesquisa dentro do tema pessoas LGBTQIA+ mais velhas.

Pioneiro, "este estudo explora as trajetórias de vida de três mulheres transgénero portuguesas que fizeram a transição quando tinham mais de 50 anos, identificando capítulos-chave nos seus percursos de vida". A consciência de 'algo diferente em mim', o facto de se sentirem trancadas no sofrimento e de encontrarem conforto em algo que é socialmente reconhecido são três dos acontecimentos identificados pela equipa/autores e que serviram de mote para avançarem para a transição. Também a tomada de consciência de que "está na hora de reconhecer a mulher que sou", de "viver

a minha vida como mulher" e de "construir e deixar um legado", constituem os outros três grandes impulsos para a mudança.

"O envelhecimento e o processo de autodescoberta desempenharam papéis fundamentais no processo de transição das participantes. A perceção da finitude e das limitações associadas ao tempo de vida levou-as a perceber que não havia tempo a perder e um sentido de urgência para viver de forma autêntica", aponta Sara Guerra. A equipa reconhece que há uma lacuna na investigação sobre o envelhecimento de pessoas transgénero e nos seus desafios específicos e únicos, tais como estudos que abordem os múltiplos níveis e influências interligadas (fatores sociais, comportamentais, psicológicos e biológicos) ao longo da vida desta população.

"Para as nossas participantes, fazer a transição depois dos 50 anos parece ter sido impulsionado pela descoberta da felicidade de ser quem realmente são (mulheres), e possivelmente é motivado pela pressão do tempo limitado que lhes resta", diz a investigadora. "Por volta dos 50 anos, há a perceção de que ainda há tempo para se ser feliz. Apesar do contexto desafiante e ameaçador das vidas anteriores das nossas participantes - nasceram e viveram a sua juventude durante a Ditadura, foram vítimas de preconceito e estigma - elas demonstram uma notável resiliência ao stress minoritário que experimentaram nas suas vidas. Um sentido de resiliência traz força ao processo de envelhecimento", descreve Sara Guerra.

A equipa não tem dúvidas e sublinha que, ao contrário das participantes no estudo, "muitas outras pessoas da mesma geração podem ainda estar a sofrer em isolamento e a tentar conformar-se". Reconhecer "as suas identidades transgénero mais cedo poderia ter aliviado algumas das dificuldades que enfrentaram, mas os nossos participantes não estavam preparados para confrontar este aspeto das suas vidas devido às significativas barreiras familiares, sociais e legais que encontraram". "Tanto o envelhecimento como o processo de autodescoberta desempenharam papéis cruciais na sua decisão de fazer a transição mais tarde na vida. A perceção da finitude levou-as a perceber que não havia tempo a perder. Elas tinham sido mulheres 'desde sempre' e sentiam que ainda tinham tempo para serem felizes", conclui.

PUB



desporto



TAÇA DE PORTUGAL: BENFICA ULTRAPASSA NOVASEMENTE E VENCE A COMPETIÇÃO

O GD Novasemente foi eliminado na meia-final da Taça de Portugal Feminina de Futsal depois de ter sido derrotado pelo SL Benfica (0-6), na anterior sexta-feira. As "encarnadas" entraram melhor no encontro, e inauguraram o marcador logo nos primeiros dois minutos, por Maria Pereira. Janice Silva, aos 13', alargaria a vantagem ainda antes do intervalo. Na segunda metade do encontro, o Benfica fez subir de tom a sua carga ofensiva, e esse esforço acabaria por se espelhar no resultado final. Recorde-se que, já na presente

época, o Novasemente havia enfrentado o clube da Luz na meia-final da Taça da Liga; nessa altura, o emblema antense conseguiu triunfar e carimbar a passagem à fase final da prova (que acabaria por perder para o Nun'Álvares). O SL Benfica acabaria mesmo por vencer a Taça de Portugal: na final, disputada no sábado, diante do Torreense, as "encarnadas" não deixaram margem para dúvidas, e venceram por uns esclarecedores 8-0. Resta ao GD Novasemente concentrar esforços na Liga Feminina Placard. Na 1ª fase

da prova, disputada até 24 de março, o emblema antense conquistou o terceiro posto, com 52 pontos (o SL Benfica foi primeiro, com 63; o Nun'Álvares foi segundo, com 57). A prova entra agora na sua 1ª eliminatória - 2ª fase, e o GD Novasemente tem o seu primeiro desafio marcado para 6 de abril, data em que se desloca até ao Pavilhão João Rocha, pelas 16h30, a fim de medir forças com o Sporting CP.

"Tigres" ficam pelo caminho na Taça de Aveiro

O SC Espinho foi eliminado da Taça Pecol - Prof. José Valente Pinho Leão depois de, no passado dia 29 de março, ter perdido na deslocação ao reduto da ADC Lobão (1-0). O golo solitário do encontro surgiu aos 42', por Daniel Silva. A ADC Lobão ficou reduzida a dez unidades perto do intervalo mas, apesar de ter disputado a segunda metade do encontro em vantagem numérica, os "tigres" não con-

seguiram equilibrar o marcador. Noutro dos encontros da prova, a AD Ovarense triunfou sob o Cesarense (2-1), e garantiu assim a passagem às meias-finais; a 1 de maio, a formação vareira medirá forças com o SC Alba.

Depois do breve interregno, a competição do Campeonato Sabseg regressa já este final de semana. No domingo, 7 de abril, o SC Espinho procurará reverter a recente senda de resultados, na deslocação ao reduto da Juveforce (16h00). Recorde-se que a formação liderada por João Ferreira ocupa o quarto posto (em igualdade pontual com o

Águeda e Paços de Brandão), a dez pontos do líder União de Lamas (com um jogo a menos), e não conseguiu vencer nas últimas três jornadas. Também no domingo, pelas 16h00, o União de Lamas recebe no Comendador o SC Bustelo, e procurará recuperar da derrota sofrida na jornada anterior (pela margem mínima, diante do Águeda, segundo classificado). À mesma hora, a AD Ovarense recebe o Fermentelos, e o SC Esmoriz disputa os três pontos na Barrinha diante do Águeda. O Paços de Brandão desloca-se a casa do CD Estarreja.

PUB



Terra Viva Restaurante & Merceria BIO
Rua 27 N.º 715 e 722
4500-287 Espinho

Voleibol: "Mochos" não entram da melhor maneira na meia-final do play-off

A formação de voleibol masculino sénior da Associação Académica de Espinho (AAE) foi derrotada pelo SL Benfica por 3-0 (25-20, 25-17 e 25-18) no passado sábado, naquele que foi o primeiro encontro da semifinal da Liga Una. Apesar de não ter conseguido conquistar qualquer set, a Académica entrou melhor na partida, e chegou a registar quatro pontos de vantagem sob o adversário; no entanto, os "encarnados" acabaram por reagir, e cederam apenas quatro dos últimos

vinte pontos do set. O segundo set foi mais desequilibrado, e o Benfica chegou mesmo a ter uma vantagem de doze pontos sob a AAE; no entanto, chegou a precisar de dois pontos de set para consolidar a liderança no duelo. A terceira partida voltou a ser pautada pelo equilíbrio; no entanto, e quando chegou ao momento de decidir o desfecho do encontro, o Benfica não vacilou, e fechou a vitória no primeiro encontro da semifinal. O próximo embate entre as duas formações está agendado já para o próximo sábado, 6 de abril, e acontece pelas 18h00, no Pavilhão Arquiteto Jerónimo Reis.

PUB INST



Nascente
Cooperativa de Ação Cultural

ANIMARTES

Ateliês, Cursos e Workshops

TURMAS DE DANÇA



Espectáculos
Eventos Culturais
Outros Palcos
Noites de Poesia
Tertúlias
Palco Aberto
Atelier de Cerâmica

Capoeira, Danças de Salão,
Danças Europeias, Ginástica
de Manutenção, Latin Fit,
Pilates, Solo Girls - Competição,
Treino Funcional

Auditório Nascente
Rua 16 1200, Espinho
animartes@nascente.org.pt
227 331 357 | 910 862 689
f @ animartesespinho

