

Boletim Informativo

116^o Edição | JUNHO 2025



CERCIPENICHE

CERIN - Centro de Respostas Integradas

www.cercipeniche.pt | cerin@cercipeniche.pt | 262 790 000 | Rua Dr. João Matos Gilhau 26, 2520-453 Peniche | <https://www.facebook.com/cercipeniche>

PROJETO ARRISCA +

Terminou o projeto "Arrisca +" que pretendeu dar continuidade ao projeto Arrisca, realizado no ano transato. Ambos os projetos contaram com o apoio do PNDpT - Programa Nacional de Desporto Para Todos, financiado pelo IPDJ - Instituto Português do Desporto e Juventude. As atividades desenvolvidas tinham como objetivos principais a promoção da prática desportiva aliada à saúde e ao bem-estar de pessoas adultas com deficiência intelectual e multideficiência. Foram dinamizadas diversas atividades desportivas (ténis, boccia, canoagem, corfebol, natação, surf, snag golfe, golfe, walking football e plogging) e workshops de informação e sensibilização. Um exemplo de boas práticas no âmbito da capacitação, autonomia e na promoção das competências e qualidade de vida dos participantes de forma inclusiva na comunidade.

SUP - STAND UP PADDLE



Pelo 4^o ano consecutivo o grupo que pratica surf regularmente da Cercipeniche faz a comemoração, antes das férias de Verão, com a experiência de SUP - Stand UP Paddle, na Lagoa de Óbidos.



SNAG GOLFE

As pessoas apoiadas pela Cercipeniche iniciaram o contato com uma nova modalidade modalidade de snag golfe cheia de muita curiosidade.



PLOGGING

Fazer caminhadas e ao mesmo tempo ajudar a limpar o planeta foi um novo desafio para as pessoas apoiadas pela Cercipeniche.



GOLFE

Contactar com a modalidade de Golfe foi um novo desafio para a Cercipeniche através de uma nova parceria com o Guardian Bom Sucesso Golfe. Estas sessões contaram com o apoio, simpatia e disponibilidade do treinador profissional de Golfe Filipe Gonçalves.



WORKSHOP`S

CUIDADOS COM O CORPO

No dia 12 de Junho realizou se o Workshop “Cuidados com o corpo”, dinamizado pelas Enfermeiras Cristina Costa e Carla Lopes da USLO - Unidade de Saúde Local do Oeste no âmbito do projeto “Escolher Bem”. Foi uma sessão de esclarecimento sobre os cuidados a ter com o corpo e onde foram partilhados vários conselhos para todos. Agradecemos às Enfermeiras pela disponibilidade, simpatia e profissionalismo com que abordam os temas tão importantes para o dia-a-dia.



A HISTÓRIA DO SURF

No dia 4 de junho foi dinamizado o workshop “A História do Surf” pelo Pedro Rodrigues. Foi realizado um momento de partilha onde se aprenderam os benefícios da prática da modalidade desportiva do surf e quais os impactos e evolução do desporto em Portugal e no Mundo. É sempre positivo aprender sobre os acontecimentos que valorizam Portugal como uma referência do Surf.



ATELIER DE ARTE CHEILA PEÇAS



A Cercipeniche contou com a colaboração da voluntária Cheila Peças no âmbito de um trabalho de investigação de Doutoramento, sobre a influência das experiências com pessoas no espectro do autismo no processo artístico. Foram realizados trabalhos de desenho, pinturas e fotografia com as pessoas apoiadas da Cercipeniche numa atividade denominada Atelier das Artes, e que era dinamizada pela Cheila Peças, semanalmente. Alguns destes trabalhos estão expostos no Museu do Vinho, em Alcobaça. Ficam imensas memórias e momentos inesquecíveis de aprendizagens e amizade. Agradecemos à Cheila toda a entrega, empenho, dedicação e profissionalismo desde o primeiro dia.



ARTE DE SENTIR ARMAZÉM DAS ARTES MOSTEIRO DE ALCOBAÇA

No âmbito dos Encontros Intercentros - zona Centro, o CEERIA de Alcobaça, organizou uma atividade com o nome “ARTE DE SENTIR”. A Cercipeniche participou nesta iniciativa com um grupo de pessoas apoiadas que puderam visitar as obras de pintura e escultura em exposição no Armazém das Artes. E ainda tiveram uma visita guiada ao Mosteiro de Alcobaça, onde relembrou momentos importantes da história de Portugal.



CERCIPENICHE

Boletim Informativo

116ª Edição | JUNHO 2025

CERIN - Centro de Respostas Integradas

Direção Geral: [Andreia Capataz](#)

Coordenação Editorial: [Ana Rita Loureiro](#)

Editores: [Pessoas apoiadas pelo CERIN](#)

Criação de Imagem: [Grupo do CERIN](#)