



REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

PARALÍMPICOS

EDIÇÃO 01 / DEZ. 2018 a FEV. 2019



HUGO PASSOS

"ORGULHO-ME DE TUDO O QUE CONQUISTEI"

Grande entrevista ao campeão que já conquistou
seis medalhas surdolímpicas e quer mais em 2021

EM FOCO >

Campeonato do Mundo
de Judo IBSA

TALENTOS >

Paratriatlo com Filipe Marques

A MINHA HISTÓRIA >

Lenine Cunha, medalhado
paralímpico

DESPORTO À LUPA >

O mundo da Paracanoagem

Manuel Mendes / Rio 2016
O esforço recompensado pela
medalha de bronze na Maratona
T46.





Mensagem do Presidente

Não temos receio de sonhar

Com o finalizar de mais um ano e num balanço necessariamente sintético, temos que concluir que 2018 foi um ano intenso, onde ressaltam momentos que irão marcar a história do movimento paralímpico em Portugal. O primeiro ponto a destacar é o novo Contrato-Programa de Preparação Paralímpica, o qual proporciona a criação de condições de preparação substancialmente melhoradas e que rompem com o passado. Este contrato tem como objetivo o caminho para a equidade entre as dimensões Paralímpica e Olímpica e traduz-se num novo paradigma no desporto paralímpico em Portugal, capaz de comprovar que a política se faz com pessoas e com a vontade das mesmas. O balanço da implementação deste novo contrato pode ser lido, nesta edição, em artigo do Coordenador do Projeto, Carlos Lopes. Este foi, sem dúvida, o ponto mais alto do ano 2018, mas importa não esquecer outros momentos marcantes na vida do Comité Paralímpico de Portugal.

O II Congresso do CPP, com o tema "Impactos e Desafios da Inclusão Desportiva", realizado em abril na Cidade Europeia do Desporto, Braga, desempenhou também um papel de destaque na nossa agenda. Deste evento de divulgação e discussão de temáticas relevantes do movimento paralímpico resultou a realização da cimeira dos países de língua portuguesa decorrida em paralelo às atividades do congresso e da qual decorreu a decisão inédita de constituir a Associação dos Comités Paralímpicos Nacionais de Língua Portuguesa, testemunhada pelo Presidente do Comité Paralímpico Internacional, Andrew Parsons, presença que muito prestigiou a família paralímpica.

No enumerar dos momentos mais relevantes de 2018 é também de sublinhar a assinatura do novo Contrato-Programa de Classificação Desportiva, o qual permite a formação de classificadores em Portugal e dotar as diversas modalidades de técnicos que enquadrem os atletas nas

respetivas classes desportivas, contribuindo de forma decisiva para a verdade desportiva. Este projeto só é exequível graças ao entendimento da temática por parte do IPDJ e do SEJD, com este inovador contrato já se possibilitou a realização, em Portugal, de dois cursos de classificadores certificados pelas respetivas Federações Internacionais. Na retrospectiva do ano que está agora a terminar também devemos referir o Dia Paralímpico Nacional no Funchal e as comemorações do 10.º aniversário do CPP, iniciativas de clara exaltação e demonstração do desporto paralímpico e dos seus valores.

Não temos receio de sonhar, por isso esta é também ocasião para perspetivar um futuro feito de muita ambição e a certeza de muito trabalho. No ciclo paralímpico em curso, o ano 2019 é o mais importante no que diz respeito à conquista de quotas de participação nos Jogos de Tóquio e por esse motivo este será um ano intenso e determinante quanto à dimensão e qualidade da Missão Portuguesa em terras nipónicas. Trata-se de um trabalho apenas possível com o envolvimento de diversos agentes desportivos, tais como federações, atletas, treinadores, guias, TAD's, equipas médicas, entre outros.

O ano 2019 ano será também, assim o esperamos, o ano da elaboração de um novo Contrato-Programa para a dimensão Surdolímpica. Acreditamos que com a mesma vontade e disponibilidade que permitiu a determinação do contrato para a esfera paralímpica será igualmente possível a criação de um novo paradigma para a dimensão surdolímpica. Desejo a todos que 2019 seja pleno de sucessos, na continuidade da afirmação e desenvolvimento da "igualdade, inclusão e excelência desportiva" que dão corpo ao lema do CPP.

José Manuel Lourenço
Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

ÍNDICE

09

ROAD TO TOKYO 2020

Vitalis



Rúben Gonçalves

**PARALÍMPICOS
NAS REDES SOCIAIS**

Destaques das redes sociais
dos nossos atletas

10 17

EM FOCO

Campeonato do Mundo
de Judo IBSA

EDITORIAL

05 06 14 18

FLASH

Notícias em destaque neste
trimestre

OPINIÃO

Ricardo Rio, Presidente
da CM Braga

GRANDE ENTREVISTA

"Orgulho-me de tudo
o que conquistei"
Hugo Passos

28 32

24

MAPEAR A INCLUSÃOCentro de Medicina
de Reabilitação de Alcoitão**AGENDA**

Novo ano, a mesma ambição

**HISTÓRIAS
DE SUPERAÇÃO**Vencer pelo Boccia
Cristina Gonçalves

30

A MINHA HISTÓRIAVoar para o Impossível
Lenine Cunha

22

TALENTOSO Renascer no Paratriatlo
Filipe Marques

34

A FECHARA 20 Meses de Tóquio 2020
Carlos Lopes, Vice-Presidente
do Comité Paralímpico
de Portugal

26

DESPORTO À LUPA

Paracanoagem

**PARALÍMPICOS**
PORTUGAL

Estatuto Editorial A Paralímpicos é a revista oficial do Comité Paralímpico de Portugal, com carácter trimestral e editada com pleno respeito pelos princípios da liberdade de expressão e de informação presentes na Constituição da República Portuguesa. A Paralímpicos é apresentada nos formatos de papel e/ou online nos canais de comunicação do Comité Paralímpico de Portugal e pauta-se pela total independência política e religiosa e por critérios jornalísticos de rigor e isenção. A Paralímpicos pretende ainda constituir-se como um portal de divulgação do movimento paralímpico e surdolímpico, contemplando todas as modalidades e valorizando os valores fundamentais do Comité Paralímpico de Portugal: Igualdade, Inclusão e Excelência Desportiva.

Diretor José Manuel Lourenço **Redação** Diogo Tabora **Fotografia** Nuno Mendes **Marketing e Publicidade** Catarina Grachat **Arte e Design Gráfico** Bunker Agency **Impressão** Onda Gráfica **Morada do Impressor** Rua da Serra, n.º1 – 2660-202 St.º Antão do Tojal **Tiragem** 1000 exemplares **Periodicidade** Trimestral **Depósito Legal** 445904/18 **Registo ERC** 127209

Distribuição Gratuita - Venda Proibida

Todos os textos desta edição foram escritos segundo o novo Acordo Ortográfico. 2018 © Interditada a reprodução de textos e imagens por quaisquer meios.

FLASH



Portugal campeão individual e por equipas no Open Regional de Boccia

A Seleção Nacional de Boccia terminou a participação no BISFed Boccia Olbia Regional Open, realizado em Itália em outubro, com o brilhante registo de campeão e vice-campeão da vertente individual BC2 por Abílio Valente e Cristina Gonçalves, campeão de equipas BC1/BC2 por Abílio Valente, Cristina Gonçalves, João Pinto e Nelson Fernandes e vice-campeão da variante individual BC1 por João Pinto. As duas medalhas de ouro e duas de prata foram conquistadas pelos atletas portugueses na competição internacional pontuável para o ranking internacional que contou com 15 países e um total de 64 atletas.



Reunião da Comissão Executiva com presença do Presidente do Comité Paralímpico Internacional

O Presidente do Comité Paralímpico Internacional participou a 20 de outubro na reunião da Comissão Executiva do Comité Paralímpico de Portugal. No rescaldo da sessão, Andrew Parsons realçou a "boa atmosfera" do encontro decorrido nas instalações do CPP,

em Loures. Já o Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, José Manuel Lourenço, sublinhou tratar-se de "um dia histórico para o movimento paralímpico em Portugal" uma vez que "até à data nenhuma reunião do CPP havia contado com uma personalidade de tanto prestígio e importância".



Filipe Marques à beira do pódio na Taça do Mundo de Paratriatlo

Foi bonita a primeira Taça do Mundo de Paratriatlo realizada em Portugal. Na prova decorrida na manhã de 28 de outubro no Funchal com 70 atletas de 22 países, Filipe Marques foi o melhor de seis portugueses ao alcançar um brilhante quinto lugar na classe PTS5 a apenas quatro segundos do pódio. O paratriatleta português fez todo o percurso nos lugares cimeiros da classificação, deixando escapar a medalha apenas na reta final disputado ao sprint com o húngaro

Bence Mocsari e o japonês Kaiiche Sato, terceiro e quarto classificados, respetivamente.

Nota também para o sétimo posto de Gabriel Macchi (B2) na classe PTVI e para o ouro conquistado por José Mendonça, único concorrente na classe PTS3. Emanuel Gonçalves (10.º em PTS5), Pedro Basílio (11.º em PTS4) e Rodolfo Alves (14.º em PTVI) foram os restantes portugueses em prova.

FLASH



Alegria e desporto no Dia Paralímpico de Alcoitão

O Centro de Medicina e Reabilitação de Alcoitão recebeu a 02 de outubro o Dia Paralímpico de Alcoitão. O evento desenvolvido em parceria com o Núcleo de Animação Cultural e Recreativa do Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão contou com a participação de cerca de 70 utentes que participaram nas sete modalidades adaptadas disponíveis para experimentação gratuita: Paraciclismo, Jogos

Tradicionais, Golf, Tiro, Ténis de Mesa, Tiro com Arco e Ténis. A par das atividades desportivas, decorreu também uma sessão de apresentação do livro da Santa Casa de Misericórdia de Lisboa "Mais do que acessibilidade: Valor", com a presença dos atletas Sara Duarte e Miguel Vieira e da coordenadora da obra, Cristina Vaz de Almeida.



Orçamento 2019 aprovado por unanimidade

A Assembleia Plenária Ordinária do Comité Paralímpico de Portugal realizou-se no dia 28 de novembro na Associação dos Deficientes das Forças Armadas, em Lisboa, na presença de 28 membros. Da sessão resultaram a aprovação por unanimidade do Plano de Atividades e Orçamento 2019 e da alteração ao Regulamento de Prémios e Galardões do CPP.



Portugueses na Taça do Mundo de Tiro Adaptado

A Taça do Mundo de Tiro World Shooting Para Sport IPC decorreu em Chateauroux, França, de 25 a 29 de setembro com a participação de dois portugueses. Adelino Rocha obteve o melhor registo ao terminar no 12.º lugar na Pistola a 10 metros P5, enquanto Bruno Valentim teve sua melhor prestação com o 30.º posto na Carabina a 10 metros R4.



Comité assinala Dia Internacional da Pessoa com Deficiência

O Comité Paralímpico de Portugal comemora o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, a 03 de dezembro, com duas iniciativas de âmbito desportivo. A cidade de Braga é palco do Dia Paralímpico Municipal neste dia, a decorrer na Escola Básica Francisco Sanches com seis modalidades para experimentação na presença

do atleta paralímpico de Boccia, José Carlos Macedo, e da Esperança Paralímpica de Atletismo, Márcia Araújo. A data é também assinalada no Pavilhão Paz e Amizade, em Loures, em parceria com a PSP e a autarquia local, também com seis modalidades disponíveis. A entrada em ambas as iniciativas é livre e gratuita.

FLASH

Bolsas de Educação Jogos Santa Casa atribuídas a 12 de dezembro

A cerimónia de entrega das Bolsas de Educação Jogos Santa Casa 2018/2019 realiza-se a 12 de dezembro no Pavilhão do Conhecimento, em Lisboa. O incentivo às carreiras duais desenvolvido em parceria com o Comité Olímpico de Portugal abrange atletas dos Programas de Preparação Paralímpica e Surdolímpica e Esperanças que tenham concorrido às vagas enquanto alunos do ensino superior, mestrado, pós-graduações ou cursos técnico-profissionais.

Portugal em estreia internacional nos desportos de inverno adaptados

O Comité Paralímpico de Portugal e a Federação de Desportos de Inverno de Portugal garantiram pela primeira vez na história a representação portuguesa, ao mais alto nível, numa prova internacional de desportos de inverno destinada a pessoas com deficiência organizada pelo Comité Paralímpico Internacional e a Fundação Agitos. Acompanhado pelo Seleccionador Nacional de Snowboard, Nuno Marques "Mancha", Pedro Herdeiro esteve entre 31 de outubro e 05 de novembro no Campo de Treino de Para Snowboard do Dubai e só uma lesão contraída no último dia de preparação o impediu de participar no World Para Snowboard Asian Cup decorrido a 06 de novembro no mesmo local.



Comité Paralímpico de Portugal promove Curso Internacional de Classificação Desportiva

O Comité Paralímpico de Portugal promoveu nos dias 12 e 13 de novembro em Lisboa o Curso Internacional de Classificação Desportiva para a área da deficiência visual em cooperação com a Federação Internacional de Desportos para Cegos (IBSA) e a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD). Os 18 inscritos de nove países distintos foram credenciados como classificadores nos respetivos países pela IBSA para as modalidades sob a sua égide.

A cerimónia de apresentação contou com a participação do Secretário de Estado da Juventude do Desporto, João Paulo Rebelo, que realçou o "momento histórico pela importância que tem para o movimento paralímpico" e o "orgulho" do Governo em fazer parte do "caminho em ascendência" do desporto para pessoas com deficiência em Portugal.

Também o Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, José Manuel Lourenço, destacou a relevância da classificação desportiva como um "contributo para a verdade desportiva" uma vez que "o enquadramento dos atletas nas respetivas classes promove uma competição mais justa e leal", num projeto amplo pelo desenvolvimento da classificação desportiva em Portugal "que só é possível através do apoio do Governo português".

“Os nossos atletas são uma inspiração”



Por Maria Estarreja, Diretora de Patrocínios do Super Bock Group

Qual a principal motivação da Vitalis para desenvolver esta parceria com o Comité Paralímpico de Portugal?

Esta parceria com o Comité Paralímpico de Portugal é uma associação que nos deixou muito orgulhosos desde o primeiro momento, ainda em 2016. Esta ligação, que se prolonga até aos dias de hoje, é uma das mais especiais para Vitalis, uma vez que a missão do Comité é coincidente com o ADN da marca.

Na base desta parceria estão valores muito bonitos e gratificantes como é o caso da superação, da igualdade de oportunidades e a coesão social que nos fazem trabalhar todos os dias de forma a ajudar os nossos atletas a serem bem-sucedidos nas suas missões paralímpicas.

Temos a ambição de contribuir ativamente para o desenvolvimento destes atletas e queremos continuar a apoiar o Comité a fazer do Movimento Paralímpico em Portugal um território ainda mais relevante para a sociedade. É uma satisfação enorme continuar a ver de perto a evolução dos nossos atletas e contribuir ativamente para o reconhecimento ainda maior do trabalho do CPP.

Como caracteriza os atletas que lutam diariamente pelo sonho paralímpico?

Os nossos atletas são, sem dúvida, uma inspiração. A superação é um valor que está associado ao Desporto, de uma forma geral, a uma conquista que devemos entender quase como uma obra de herói. Enquanto parceiros, assistimos bem mais de perto ao trabalho que

é desenvolvido diariamente pelos atletas paralímpicos, à sua capacidade de conseguirem ultrapassar obstáculos com uma garra e força imensas.

Concretizar os sonhos é algo que todos nós perseguimos, mas, sem dúvida, requer muita força de vontade e muito trabalho. Todo o esforço e dedicação dos nossos atletas paralímpicos é de louvar e por isso se há palavra que acredito que caracteriza as suas conquistas diárias é mesmo “garra” porque há, efetivamente, uma vontade imensa em fazer mais e melhor.

Foi exatamente isso que quisemos retratar na campanha de 2016 #SEDEDEVENCER da Vitalis, que era um manifesto de superação, empenho e trabalho por parte dos nossos atletas paralímpicos, os próprios protagonistas, e que teve um impacto muito especial junto do público!

Estamos já a meio do ciclo para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 e o apoio dos nossos parceiros nesta caminhada é fundamental. Podemos esperar da Vitalis mais algum tipo de ação concreta, como a campanha #SEDEDEVENCER, de apoio aos nossos atletas até esse grande evento?

O apoio de Vitalis ao Movimento Paralímpico iniciou-se com a campanha #SEDEDEVENCER em 2016 e teve ainda uma expressão relevante nos Jogos Surdolímpicos Samsun 2017. Para os atletas paralímpicos, como dissemos na campanha #SEDEDEVENCER, desistir não é opção por maior que seja a dor e por mais difícil que seja a prova e os adversários. Estes atletas testam os seus limites até ao fim e olhar para esse comportamento dá-nos vontade de também sermos melhores e testarmos os nossos próprios limites. Estamos, naturalmente, a preparar iniciativas de apoio e acompanhamento aos nossos atletas, no entanto ainda não as podemos revelar pois estão em plena fase de planeamento. Posso dizer, sim, que os projetos que aí vêm vão ser muito especiais e estarão alinhados ao #MovimentoVitalis, o mais recente posicionamento da marca. Queremos continuar a incentivar a vida ativa e saudável, associando o Desporto ao Movimento Paralímpico, dando força e as melhores condições aos nossos atletas, que já nos encham de orgulho, para que a participação da missão paralímpica nessa competição seja, uma vez mais, bem-sucedida!



EM FOCO

COMBATES POR TÓQUIO 2020

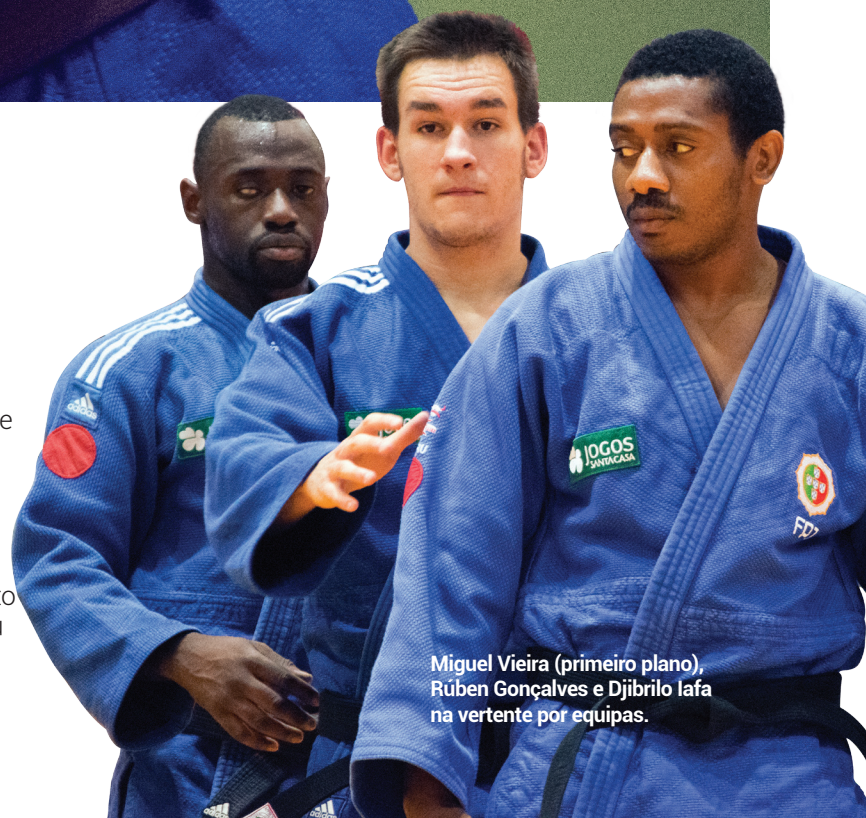
Odivelas recebeu o maior Campeonato do Mundo de Judo para cegos e baixa visão de sempre com 267 atletas de 42 países, primeira prova pontuável para os Jogos Paralímpicos. Magnos Nhanco teve o melhor registo dos seis portugueses em prova.

Magnos Nhanco venceu dois dos quatro combates disputou.



O Pavilhão Multiusos de Odivelas acolheu entre 16 e 18 de novembro o Campeonato do Mundo de Judo para cegos e baixa visão da IBSA, Federação Internacional de Desportos para Cegos. A competição organizada em parceria com a Federação Portuguesa de Judo e a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência registou um recorde de participação pela via da presença de 267 judocas de 42 países, uma "agradável surpresa" que justifica também o grande "sucesso organizativo" do evento segundo o Diretor Desportivo da IBSA, Janos Tardos.

Bem no centro do despontar de novos valores neste Campeonato do Mundo esteve Magnos Nhanco. O judoca de Lisboa alcançou o melhor registo entre os seis portugueses em prova com o 9.º lugar na classe -66kg, obtido através de uma maratona de quatro combates na vertente individual.



Miguel Vieira (primeiro plano), Rúben Gonçalves e Djibrilo Iafa na vertente por equipas.



Miguel Vieira (-66kg) encontrou o australiano Wayne Phipps na repescagem



Magnos foi o único português a triunfar no duelo inaugural e depois de ser batido na segunda eliminatória acabou por ser selecionado para a fase de repescagem onde obteve mais um triunfo, antes da indesejada eliminação definitiva pelo medalha de bronze Giorgi Gamjashvili, da Geórgia. Um "desempenho positivo", classifica o atleta das Esperanças Paralímpicas, especialmente pela "condicionante de uma lesão complicada" que o tem acompanhado nos últimos tempos.

"Podem esperar de mim a mesma paixão de sempre pelo desporto, já que é com paixão que se conseguem coisas boas".

Magnos Nhanco

O resultado obtido que "podia ainda assim ser melhor" abre horizontes para novas metas no futuro e Magnos assegura que da sua parte os portugueses "podem esperar a mesma paixão de sempre pelo desporto, já que é com paixão que se conseguem coisas boas".

Trabalhar como chave para o ataque a Tóquio 2020

Entusiasmo é o que se sente na voz de Rúben Gonçalves quando o assunto é Judo.

O atleta português defrontou por duas ocasiões o francês Lois Leger nas vertentes individual e por equipas (-73kg), em outras tantas derrotas consumadas no limite em combates pautados pelo equilíbrio. No seu primeiro Campeonato do Mundo, Rúben assegura ter dado "tudo o que tinha" e acreditado "até ao final", revelando também a crença de que "se continuar a trabalhar desta forma os resultados vão aparecer". Percurso idêntico ao de Rúben foi o de Djibrilo Iafa, ao perder "por detalhes" nos dois duelos disputados aos níveis individual e por equipas. Djibrilo lamentou os "erros estratégicos" que acabaram por ditar o "sabor amargo" deste mundial. Solução? "Aprender com os erros para chegar mais além", atirou o judoca.

Para além de Henrique Sousa e Sérgio Mendes eliminados na primeira eliminatória da classe -60kg, Portugal viu-se ainda representado pelo primeiro judoca português em Jogos Paralímpicos. Miguel Viera não foi feliz nos dois combates disputados na fase inaugural e na repescagem da vertente individual lamentando não ter dado "o primeiro passo na primeira competição pontuável para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020", com a esperança de "recuperar aquilo que se perdeu neste Campeonato nas próximas provas".

Um longo caminho a percorrer

O Treinador Nacional de Judo Paralímpico faz

um "balanço positivo" de uma competição que deixa os judocas portugueses "com certeza mais fortes". Pelo contacto direto diário com a modalidade, Jerónimo Ferreira garante que "ainda existe um caminho longo a percorrer no Judo Paralímpico em Portugal", com a certeza que "estamos no rumo certo" no que ao futuro diz respeito.

Opinião semelhante tem Manuel Costa e Oliveira. O Secretário-Geral do Comité Paralímpico de Portugal e ex-Presidente da Federação Portuguesa de Judo não hesita ao dizer que "termos chegado à organização de um Campeonato do Mundo num espaço temporal de 12 anos desde o aparecimento do Judo para Cegos em Portugal é fantástico", vislumbrando o potencial luso para "ir ainda mais longe".

O ano de 2019 trará consigo várias provas decisivas para a qualificação para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 e os judocas portugueses vão-se apresentar à luta com o empenho de sempre pelo tão desejado acesso à competição em que todos querem estar.

A chave do sucesso está em trabalhar a cada dia e dar o melhor a cada treino, em passos curtos mas sólidos no longo caminho de desenvolvimento do Judo Paralímpico em Portugal.



Ricardo Rio
Presidente da Câmara Municipal de Braga

OPINIÃO

Desporto como fonte de bem-estar e qualidade de vida

Por Ricardo Rio, Presidente da Câmara Municipal de Braga

O desporto adaptado é uma ferramenta extremamente relevante para potenciar a inclusão social. Cientes desta realidade, no Município de Braga temos vindo a adoptar uma política de igualdade na distribuição dos apoios à prática desportiva, tratando todas as modalidades e clubes por igual na medida da sua dimensão e mobilização que representam, e de incentivo e dotação de meios, em termos de infra-estruturas, para que os cidadãos com deficiência disponham das melhores condições possíveis para a prática desportiva, promovendo o seu bem-estar.

Este ano em que Braga ostenta o título de Cidade Europeia do Desporto (CED), e foi inclusivamente distinguida pela ACES Europe com o título de melhor CED 2018, realizaram-se na Cidade eventos de importância significativa como o Congresso do Comité Paralímpico de Portugal "Impactos e Desafios da Inclusão Desportiva" e a celebração do Dia Paralímpico Municipal.

"Atletas são verdadeiro exemplo pelo seu sacrifício e superação"

Ricardo Rio

Consideramos essencial fomentar a inclusão desportiva como veículo para melhorar a qualidade de vida das pessoas com deficiência. Independentemente da complexidade das necessidades de cada um, todos são importantes e o respeito pela diversidade humana e pela individualidade são os alicerces de uma sociedade que permite que todos tenham igualdade no acesso às oportunidades.

Os atletas que praticam desporto adaptado são um verdadeiro exemplo pelo seu sacrifício e pela forma como, diariamente, dão provas de superação. É com este tipo de incentivos que acreditamos que podemos chegar mais longe e ambicionar uma sociedade cada vez mais equitativa.

A prática desportiva permite formar cidadãos pró-activos, empreendedores e empenhados na prossecução dos seus objectivos, esbatendo barreiras ou preconceitos e contribuindo para evidentes melhorias a nível físico e psicológico.

Deste modo, é com enorme gosto que vemos este relançamento da Revista Paralímpicos e damos os parabéns ao Comité Paralímpico de Portugal pelo trabalho de excelência que tem desenvolvido ao longo dos últimos dez anos. Sabemos que ainda há muito para ser feito e, nesse sentido, consideramos este tipo de publicações e o debate sobre esta matéria fundamentais para que se posam gizar estratégias que visem a melhoria constante dos índices da Inclusão Desportiva.



encer é uma lição. É uma resposta que damos a nós mesmos e a quem não acredita, tornando o impossível em algo tão pequeno que desaparece. Aos que ficam mais fortes sempre que ouvem “tu não consegues”, Vitalis dá os parabéns.

Vitalis apoia o Comité Paralímpico de Portugal.

Vitalis
ÁGUA MINERAL NATURAL



FENIX

*Treina com o máximo amortecimento
e a melhor qualidade.*



OFFICIAL
TECHNICAL
SPONSOR

Joma®
Exercise your freedom

PARALÍMPICOS NAS REDES SOCIAIS

*Acabou a rebaldaria.
Aqui já se trabalha para
2019!*

Luís Costa
fb.me/luiscosta.roadto-tokyo2020



*Fui convocado para
representar mais
uma vez o meu país
no World Open no
Dubai. Farei de tudo
para trazer o melhor
resultado. Conto com
o vosso apoio.*

Nuno Guerreiro
fb.me/nuno.guerreiro.5439



*Grazie mille!
#ancona2018*

Miguel Monteiro
facebook.com/profile.php?id=100010925950941



*Hoje tentei correr
rápido para me
esgueirar da chuva,
mas não fui rápido
o suficiente.*

Mário Trindade
fb.me/mariotrindadeatleta

*Quanto mais eu treino,
mais sorte eu tenho.*

Lenine Cunha
fb.me/leninecunhaatleta



*Before we were
winners, we were all
beginners.*

David Grachat
fb.me/DavidGrachatS9



GRANDE ENTREVISTA

“Orgulho-me de tudo o que conquistei”

Hugo Passos

Seis medalhas surdolímpicas conquistadas em duas décadas de combates ao mais alto nível. Aos 39 anos Hugo Passos só pensa no ouro nos Jogos de 2021, no culminar de uma carreira recheada de êxitos e marcada por um dia especial em que a sua maior vitória foi... o nascimento do filho.



Como começou a sua ligação ao desporto?

Nasci em Lisboa, sou surdo de nascença. Sempre vivi na Ajuda e foi lá que começou o meu caminho no desporto aos oito anos, no Grupo Sport Chinquilho Cruzeirense. Vi que havia vários desportos nessa associação e, por acaso, escolhi o Futsal, a Luta e o Atletismo. O meu horário dava para incluir todos esses treinos. Comecei a treinar aos poucos até que o meu pai me aconselhou a ir para

Os Belenenses para fazer um teste de Atletismo.

Acabei por ficar e fazer alguns torneios, não era o melhor mas era razoável, com alguns segundos e terceiros lugares. A determinada altura o meu pai disse-me que seria melhor optar por me dedicar em exclusivo à Luta. Eu respondi que me sentia bem na Luta e que queria continuar, nesta altura já tinha 12 anos. E até agora nunca mais larguei a modalidade.

Em 1999 dá-se a sua primeira medalha internacional com a prata no Campeonato da Europa de Júniores. Foi uma prova especial?

Aos meus 15 anos fui chamado pela primeira vez à Seleção Nacional e a partir daí foi a sério. Em 1999, aos meus 19 anos, participei no Campeonato da Europa de Júniores mas acabei por perder na final. Quando cheguei à meia-final não acreditava no que estava a acontecer mas por dentro sentia-me confiante e preparado. Estive quase a perder mas comecei a ganhar pontos e venci! Não esperava, chorei. O meu pai estava lá a apoiar-me e também começou a chorar, estava muito comovido porque eu era o único surdo. O meu pai era o treinador, éramos só os dois, sem mais ninguém nem nenhum apoio. Ninguém acreditava que eu chegaria à final! Mas cheguei e ainda estive a ganhar por 4-0, mas acabei por perder porque caí de costas. Foi um erro. Ele disse-me que tinha que trabalhar mais e que, se o fizesse, o ano seguinte ia ser melhor. E assim foi. Fui para Cuba preparar-me e em 2000 apresentei-me no Campeonato da Europa de Seniores.

E nessa prova conquista a primeira medalha de ouro. Foi neste momento que sentiu que estava aqui o seu futuro?

Não, foi logo em 1999. Eu queria mesmo ganhar o ouro e por isso precisei de trabalhar ainda mais, o dobro! O meu pai aconselhou-me nessa altura a baixar o peso para competir na classe dos 54kg para ter mais hipóteses de ganhar. Eu respondi: "Ok, vou experimentar!". E também acreditei que poderia ganhar, como acabaria por acontecer.

O seu pai terá sido então uma espécie de mentor da sua carreira desportiva...

Sim, o meu pai apoiou-me imenso e defende-me sempre como filho. Ele incentiva-me sempre a participar nas competições e vai sempre comigo às provas. Houve alguns Jogos Surdolímpicos em que ele não pôde ir, infelizmente, mas por norma acompanha-me sempre. Ele orgulha-se do filho que tem e no início sabia que por eu ser surdo ia ser mais difícil, então tínhamos que trabalhar mais. Ele tinha essa preocupação. Mais tarde, havia ocasiões em que eu não percebia alguma coisa no treino e ele estava sempre lá para me explicar. Agora já estou habituado a tudo isto.

Foi um processo muito rápido e em 2001 apareceram os Jogos Surdolímpicos Roma 2001 com a medalha de ouro na vertente de Luta Greco-Romana...

Sim, mas é diferente! Os combates contra ouvintes e surdos são muito diferentes, os ouvintes são por norma

mais fortes que os surdos. Como eu já tinha adquirido a experiência de lutar contra ouvintes e até à altura nunca tinha lutado em exclusivo com surdos, participei e acabei por vencer. Foi um grande orgulho, não esperava conquistar logo essa medalha apesar de acreditar que era esse o meu caminho. Se não tivesse a experiência de lutar contra ouvintes talvez o desfecho tivesse sido diferente.

De 2001 para cá já são seis as medalhas conquistadas em cinco edições de Jogos Surdolímpicos. Qual delas foi a mais saborosa?

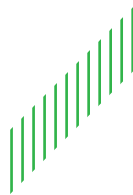
A medalha de ouro de 2009 é a que me deixa mais orgulhoso, foi um espetáculo! Nesse ano havia muitos atletas, eram realmente muitos, e foi difícil chegar à final. Mas eu sentia-me preparado e com força para vencer. Nesses Jogos os dois primeiros dias foram de Luta Greco-Romana onde consegui o ouro num combate incrível. Depois tive dois dias de pausa para ajustar o peso e após esse período tive mais dois dias de competição, desta vez na Luta Livre onde conquistei o bronze. Não foi bem ao mesmo tempo, mas ainda assim muito desgastante. Foram uns Jogos Surdolímpicos que realmente me ficaram bem presentes na memória.

Em 2017 na Turquia disputou os seus últimos Jogos Surdolímpicos até à data, com a única medalha de prata em Luta Greco-Romana. O que faltou para conseguir o ouro nesse dia?

Estava muito confiante nesse ano, tinha muita experiência e sabia o que me esperava. Mas a competição era na Turquia e lá existe uma grande tradição ao nível da Luta, com alguns atletas com experiência contra ouvintes tal como eu. Na final encontrei exatamente o atleta turco que já tinha derrotado quatro anos antes por 8-0 e senti que desta vez ele estava muito forte. Subimos os dois de peso dos 66kg para os 71kg, estávamos os dois com uma condição física diferente. Eu tinha tudo para vencer, mas estávamos na casa dele e isso fez a diferença. Aguentei-me, consegui defender-me mas a determinada altura senti uma ação irregular propositada da parte dele. Ele deu-me uma cabeçada e isso é proibido, mas dois dos três árbitros também eram turcos e acabaram por deixar passar impune a ação. Com o golpe fiquei a ver mal, ele derrubou-me nesse momento e foi como se a minha visão se tivesse fechado. Fui transportado para o hospital.

Guardas algum tipo de rancor desse combate?

Não há nenhum outro registo a envolver uma cabeçada na Luta Greco-Romana. Eu conhecia-o, já o tinha derrotado e acho que ele fez de propósito por causa disso. Houve alguma



contestação em torno da situação, mas nada aconteceu. Sinto-me um pouco injustiçado, ele no dia seguinte veio ao meu encontro no hotel, abraçou-me e pediu-me desculpa. Nesse momento eu perguntei-lhe se ele tinha feito de propósito. Ele disse-me que não tinha resposta para isso.

Sabemos que já se está a preparar para os Jogos Surdolímpicos de 2021. A meta será como sempre ganhar?

Se tivesse conquistado a medalha de ouro na Turquia tinha sido um recorde pelas cinco medalhas de ouro e uma de prata em cinco edições de Jogos Surdolímpicos, mas infelizmente nesse ano só consegui a prata. Agora em 2021 quero o ouro, estou a trabalhar muito duro para isso. Vamos ver se me vai calhar o atleta turco na final, sinceramente espero que sim, isto se tivermos no mesmo peso. Poderá ser uma desforra que quero ganhar.

No decorrer deste caminho, no ano de 2004 aconteceu também algo de especial na sua carreira com a participação nos Jogos Olímpicos Atenas 2004...

É verdade, sinto muito orgulho por essa participação. Fiquei muito contente, era o único surdo. Não sei explicar! Foi especial também pelo nascimento do meu filho que ocorreu quase em simultâneo. Fui para a Grécia e contactava todos os dias com a minha esposa, mas dois dias depois de eu ter chegado ela entrou em trabalho de parto. Nessa altura faltavam dois dias para combater. No dia seguinte à noite, véspera do combate, o meu filho nasce. E eu não sabia de nada! A minha esposa não me queria confundir por saber que eu tinha o combate. No próprio dia da prova, estava a tomar o pequeno-almoço e o senhor do hotel chamou-me. Tinha um fax à minha espera. Abri e comecei logo a chorar, tinha a fotografia do meu filho! Mostrei ao meu treinador, ele abraçou-me e disse: "Ok, parabéns, agora tens que ter força e pensar na competição". Mas eu tinha aquele pensamento na ideia. Defrontei um americano e acabei por ser derrotado. O treinador disse-me que ainda assim foi positivo, porque a maior vitória era o nascimento do meu filho. Nessa altura já só pensava em voltar para Portugal para ver a minha mulher, que já não via há um mês por causa do estágio em Cuba, e o meu filho recém-nascido. Mas de qualquer forma fica a recordação e o orgulho por ter sido o primeiro e até agora único atleta surdo português a participar em Jogos Olímpicos.

Numa entrevista antes dos Jogos Surdolímpicos de 2017 disse que depois dessa competição ia terminar a carreira. O que o fez mudar de ideias?

Tenho 39 anos e sinto que na minha idade a altura para terminar a carreira aproxima-se. Lutar contra ouvintes como aconteceu em Atenas 2004 é agora mais difícil, mas por outro lado pensei: "Por que vou desistir agora?". Nessa altura, o meu treinador disse-me que podia continuar nos surdolímpicos e eu fiquei sem saber o que pensar. Se deixasse de combater com ouvintes, como é que eu ia treinar? Foi então que surgiu a oportunidade de treinar a Seleção Nacional de Juniores, que eu aceitei com grande satisfação. Aliei esta função aos meus treinos e às competições internas, onde já tenho 37 títulos de Campeão Nacional no aglomerado das vertentes de Luta Greco-Romana e Luta Olímpica, e às de âmbito surdolímpico como os Europeus e os Mundiais, até chegar ao grande objetivo dos Jogos Surdolímpicos de 2021 onde vou lutar pelo ouro.

E depois de 2021?

Depois de 2021 acabou, de certeza! Eu sinto-me bem e até poderia continuar nos surdolímpicos, mas tudo tem um fim. A Luta é um desporto pesado, já parti vários ossos, fui operado dezenas de vezes e tudo isso pesa. A carreira como treinador será o meu futuro, em agosto deste ano estive presente pela primeira vez como treinador num Campeonato do Mundo de Juniores e o objetivo pós-2021 será começar a ganhar medalhas nesta nova função.

Olhando para trás, há alguma coisa que mudava se pudesse?

- Não há nada que eu apagasse no meu percurso. Tenho no meu pensamento a minha história, sinto muitas saudades do passado. Orgulho-me de muitas coisas que aconteceram e de tudo o que conquistei. É um balanço muito positivo.

O público conhece o Hugo Passos como um homem duro pela sua ligação à Luta. Mas que outros interesses tem para além desta modalidade?

Gosto de Futsal, adoro mesmo, mas o número um sempre foi a Luta! Gosto também de praticar Jiu-Jitsu que é uma modalidade onde a competição decorre dividida por escalões etários, o que é bom. Quem sabe um dia possa vir a experimentar também a competição nesta modalidade.

Resumidamente, quem é o Hugo Passos?

Alguns atletas chamam-me de avô, eu trato-os por netos! É uma brincadeira. Outras pessoas chamam-me comendador ou, muitas vezes, campeão. Antes não acontecia com tanta frequência, mas hoje em dia são muitos os que me tratam por campeão.



Fotografia 1, 2 e 3 Hugo Passos em situação de combate nos Jogos Surdolímpicos Samsun 2017





TALENTOS

O RENASCER

Filipe Marques

NO PARATRIATLO

Começou no futebol mas não teve sucesso. Passou para a natação e daí até ao triatlo foi um curto salto quando tinha apenas 11 anos. Foi praticante da modalidade na vertente regular até entrar na faculdade, até que em fevereiro de 2018 surgiu a possibilidade do Paratriatlo. Hoje, aos 19 anos, já está na elite mundial na rota de Tóquio 2020.

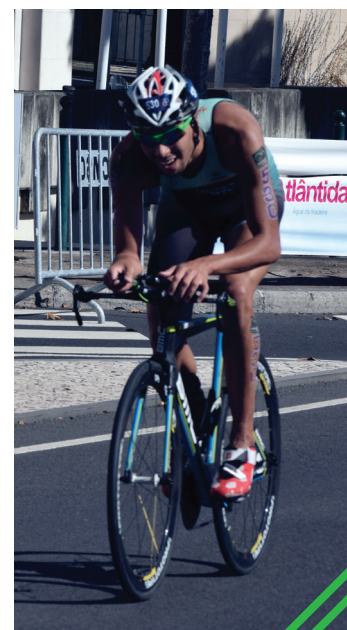
O desporto sempre fez parte da vida de Filipe Marques. Ainda muito pequeno, o jovem residente no Seixal começou por se dedicar ao futebol mas cedo percebeu que esta não era a sua modalidade de eleição. Os pais resolveram então inscrevê-lo na natação e foi aí que o seu primeiro treinador o aconselhou a experimentar o triatlo. "Comecei a ir aos treinos, gostei e fiquei", conta Filipe Marques, referindo-se a uma altura em que tinha apenas 11 anos de idade.

Experimentou e... nunca mais largou o triatlo, enveredando rapidamente para a vertente competitiva a nível nacional

ainda na vertente regular na modalidade. O "bichinho" da competição estava lá, mas com o crescimento o problema físico no seu pé esquerdo foi-se agravando e retirou-lhe as possibilidades de obter os resultados ambicionados. Em setembro de 2017 Filipe entrou na faculdade para a licenciatura de Tecnologias do Ambiente e do Mar (não fosse a sua paixão pela natação!) e acabou por colocar de parte o triatlo para se dedicar em exclusivo aos estudos num afastamento ao desporto que acabaria por ser esporádico.

O começar de uma nova aventura

Filipe reconhece que devido à sua deficiência "não ia ter grandes hipóteses no triatlo", mas em fevereiro de 2018 foi-lhe apresentada a hipótese do paratriatlo no início de uma nova carreira desportiva desta feita muito mais promissora. Poucos meses mais tarde, em julho, Filipe já estava na Estónia a participar no Campeonato da Europa e em outubro o quinto lugar conquistado na Taça do Mundo decorrida



Filipe Marques

no Funchal valeu-lhe a entrada no Projeto de Esperanças Paralímpicas. Os dados estão lançados e Filipe é pragmático em definir a ambição que o move: "o meu objetivo são os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020".

A meta parece ambiciosa e o próprio Filipe Marques admite que "não estava à espera de atingir estes níveis" com tanta rapidez. "O meu crescimento no paratriatlo deu-me vontade de querer cada vez mais", confessa Filipe com a humildade que o caracteriza, não escondendo o "grande orgulho" de representar Portugal. Na verdade, as etapas até agora concluídas serviram no essencial para Filipe "conhecer o nível dos adversários e o que é preciso trabalhar para os superar" no contexto do meta de Tóquio 2020, mas há ainda muito a aperfeiçoar.

Filipe reconhece que na natação se sente como peixe na água e que também está confortável na bicicleta, sem

esconder que é na corrida que a deficiência mais o afeta. A flexibilidade, mobilidade e força reduzidas no pé e perna esquerdos têm maior preponderância nesta vertente do paratriatlo para Filipe Marques, nada que não se possa treinar e melhorar treino após treino, dia após dia. "A competição durante anos com os melhores de Portugal na vertente regular deu-me experiência para lutar por estes novos desafios", assegura Filipe, e muitos são os quilómetros a nadar, a pedalar e a correr até ao destino tão ambicionado em terras nipónicas.



HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO

VENCER PELO BOCCIA

Cristina Gonçalves

Aos 11 meses a meningite mudou para sempre a sua vida. Depois de quatro operações e muita fisioterapia, o desporto deu-lhe motivação para sonhar e as três medalhas paralímpicas já conquistadas no Boccia abrem caminho para o objetivo de "chegar cada vez mais longe". E Tóquio 2020 está aqui tão perto.



A 15 de setembro de 1977 nascia Cristina Gonçalves. A pequena lisboeta veio ao mundo saudável mas pouco antes de concluir um ano de idade a meningite trouxe consigo a paralisia cerebral que deixou sequelas para sempre. "Eu não andava, mas depois de quatro operações e muita fisioterapia a pouco e pouco fui conseguindo", conta Cristina, que hoje se movimenta com o auxílio de canadianas. Tentar, experimentar, querer, conseguir. Esta sempre foi a filosofia de Cristina Gonçalves e neste processo o desporto desempenhou desde cedo um papel fundamental. Praticou atletismo durante

algum tempo e até chegou a correr os 100 metros, passou de seguida para a sua paixão da dança e aos 15 anos conheceu o Boccia numa opção que viria a trazer saborosos frutos. "Experimentei e gostei. Comecei a treinar, ao princípio perdia sempre nos campeonatos mas depois comecei a progredir", passo a passo rumo a voos mais altos.

Um percurso em ascensão

Em 1998 Cristina ganhou o seu primeiro título nacional e em 2003 deu-se a estreia na Seleção Nacional, no princípio de um caminho

relatado por Cristina com carinho na voz. Em Atenas 2004 os seus primeiros Jogos Paralímpicos valeram logo a medalha de ouro na vertente por equipas e "a emoção de ouvir o hino nacional foi muito marcante". A vitória só deu a Cristina mais motivação para continuar e a prata em Pequim 2008 e o bronze no Rio 2016 mostraram que há sempre mais para conquistar.

A chave para o sucesso é simples. "Pensar para mim que vou conseguir. Pensar positivo, sempre!", conta Cristina sem hesitar.



PALMARÉS**Jogos Paralímpicos Atenas 2004**

Equipas BC1/BC2 – Ouro

Jogos Paralímpicos Pequim 2008

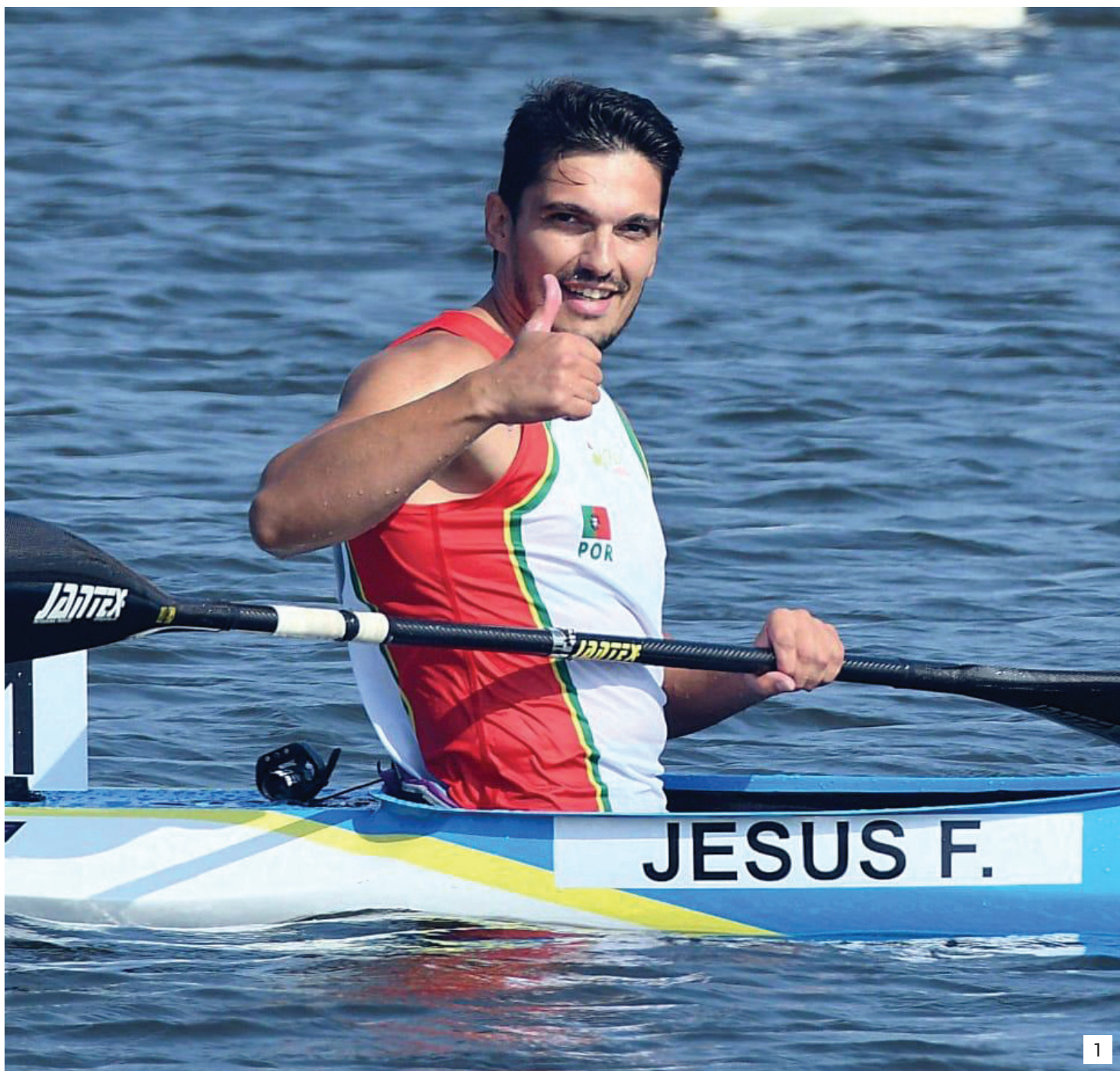
Equipas BC1/BC2 – Prata

Jogos Paralímpicos Rio 2016

Equipas BC1/BC2 – Bronze

Os cinco treinos semanais preenchem o dia-a-dia da atleta lisboeta e deixam-lhe pouco tempo para os hobbies como a pintura em azulejos, mas as lamentações não existem no vocabulário de Cristina que garante não trocar esta rotina no Boccia por nada. "É quase um emprego a full-time, mas é tão bom!", acrescenta entre palavras que descrevem em tom açucarado as características do seu jogo.

Cristina Gonçalves olha para o horizonte com a paixão superior por uma modalidade que muito a fez sorrir em tempos passados e que promete muitas mais alegrias trazer no futuro. Com o objetivo de "chegar cada vez mais longe" já a pensar em Tóquio 2020, a mensagem ultrapassa a barreira das medalhas conquistadas ao salientar que "o desporto e os seus desafios contribuíram muito" para o seu "bem-estar físico e psicológico". "Saíam de casa, venham experimentar o Boccia, vai valer a pena", garante Cristina. E não custa tentar.



MODALIDADE

- A Paracanoagem em termos competitivos internacionais existe nas classes KL1, KL2 e KL3 para a embarcação de Kayak e VL1, VL2 e VL3 para a canoa Va'a e é válida para pessoas com deficiência motora.
- A Paracanoagem divide-se nas vertentes masculina e feminina sempre em embarcações individuais e na distância de 200m.
- Devido às especificações das embarcações, o mesmo atleta pode ser classificado em classes distintas no que concerne ao Kayak e à canoa Va'a.
- Pela primeira vez na história, Portugal recebeu o Campeonato do Mundo de Velocidade e Paracanoagem em agosto de 2018 em Montemor-o-Velho com a participação de cinco paracanoístas portugueses.
- Floriano Jesus e Hugo Costa integram o Projeto Paralímpico e Esperanças, respetivamente, desde 2018.
- Águeda, Braga, Gaia, Lisboa, Montemor-o-Velho, Santarém, Setúbal e Viana do Castelo são algumas das cidades onde a Paracanoagem pode ser praticada.

DESPORTO À LUPA

PARACANOAGEM

Fotografia 1, 2 e 3 Floriano

Jesus, atleta do Projeto
Paralímpico

CLASSIFICAÇÃO

♦ **KL1/VL1** Atleta com funcionalidade nula ou muito limitada do tronco e sem funcionalidade dos membros inferiores. Necessidade de banco adaptado e com apoio alto nas costas.

♦ **KL2/VL2** Atleta com funcionalidade parcial do tronco e dos membros inferiores. Consegue assumir a posição de sentado no banco, mas pode apresentar necessidade de apoio alto nas costas. Movimento limitado dos membros inferiores durante a execução da pagaçada.

♦ **KL3/VL3** Atleta com funcionalidade do tronco e funcionalidade parcial dos membros inferiores. Consegue assumir a posição de sentado em flexão frontal na embarcação. Capaz de utilizar pelo menos um membro inferior/prótese durante a execução da pagaçada.



MAPEAR A INCLUSÃO



O Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão (CMRA) foi inaugurado em 1966 e desde o primeiro momento incluiu o desporto como parte integrante do processo de reabilitação do utente. A instituição foi desta forma pioneira no desenvolvimento do desporto para pessoas com deficiência em Portugal, sendo também responsável pela primeira participação portuguesa em Jogos Paralímpicos em 1972 através da equipa de Basquetebol em cadeira de rodas.

A ligação do CMRA ao desporto mantém-se até aos dias de hoje pela disponibilização diária para os seus utentes de atividades desportivas em diversas modalidades como a Vela, Paradressage, Atletismo, Boccia, Paraciclismo, Badminton, entre outras. Também no enquadramento da importância do desporto para o bem-estar físico e psicológico das pessoas com

deficiência, o CMRA promove anualmente em parceria com o CPP o Dia Paralímpico de Alcoitão onde são disponibilizadas em simultâneo várias modalidades para experimentação dos utentes da instituição, também com o intuito de captar novos talentos para a prática desportiva de alto rendimento.

Fotografia 1 Tiro Adaptado em prática no Dia Paralímpico de Alcoitão 2018 **Fotografia 2** Paraciclismo, outra das modalidades presentes da iniciativa. **Fotografia 3** Tênis de Mesa sob a orientação de técnicos especializados. **Fotografia 4** A equipa do Centro de Reabilitação de Medicina de Alcoitão sempre disponível para incentivar a prática desportiva nos seus utentes **Fotografia 5** Jogos Tradicionais, uma vertente lúdica do desporto para pessoas com deficiência.

MAPEAR A INCLUSÃO

Centro de Medicina de Reabilitação de Alcoitão



A MINHA HISTÓRIA

VOAR PARA
O IMPOSSÍVEL

Lenine Cunha

Uma doença súbita provocou-lhe mazelas ao nível cognitivo quando ainda era criança. Ingressou no desporto como reabilitação, apaixonou-se pelo Atletismo e foi bronze em Londres 2012. Hoje orgulha-se de ser o "atleta paralímpico mais medalhado do mundo" numa carreira que excedeu expectativas porque "não há impossíveis".



Era uma tarde normal e Lenine Cunha, de apenas quatro anos, foi dormir a sesta. Passados poucos minutos a mãe, como que por instinto, foi ver como ele estava e encontrou-o em estado crítico com convulsões e um estado febril acentuado. Foram para o hospital e o pequeno Lenine foi de imediato colocado numa arca frigorífica. Estava com 41 graus de febre. O diagnóstico: meningite.

A doença deixou sequelas imediatas, Lenine perdeu a memória, a fala, o andar e até parte da visão, mas aos poucos foi recuperando. Tudo parecia ter voltado ao normal até que um ano mais tarde a entrada na escola colocou em evidência um défice claro ao nível da concentração e da capacidade de aprendizagem. A deficiência intelectual foi a consequência direta da doença.



A reabilitação que se tornou paixão

Quando tinha seis anos Lenine foi introduzido ao desporto para socializar, já que “nessa altura ainda falava muito pouco”. Rapidamente surgiu o Atletismo e a paixão pela modalidade até que em 1999, aos 16 anos de idade, conheceu José Costa Pereira, treinador que o acompanha até aos dias de hoje e que foi o responsável pelo seu primeiro contacto com o universo da competição desportiva para pessoas com deficiência. “Ao início rejeitei o convite por não me considerar como tal”, confessa Lenine, mas depois de assistir a uma prova mudou de ideias.

Em março de 2000 participou no seu primeiro campeonato do INAS (Federação Internacional para Atletas com Deficiência Intelectual), conquistou três medalhas e meses mais tarde estava nos Jogos Paralímpicos de Sidney 2000 onde terminou em quinto lugar na sua especialidade, o salto em comprimento. “Tinha apenas 17 anos, era o mais jovem da missão”, acrescenta com sorriso nos lábios.

Perspetivava-se desde logo uma carreira de sucesso para Lenine Cunha, até que um episódio infeliz alheio a Portugal afastou a deficiência intelectual dos Jogos Paralímpicos de Atenas 2004 e Bejing 2008. “Impossibilitaram-me de ganhar duas medalhas paralímpicas”, afirma Lenine com mágoa na voz, referindo-se ao período da sua melhor forma física.

A glória e o renascer

Os Jogos Paralímpicos Londres 2012 trouxeram a oportunidade de recuperar o tempo perdido e logo ao primeiro salto Lenine voou para a medalha de bronze. O atleta nortenho não hesita em dizer que esta foi a sua “medalha mais saborosa”, mas na altura de seleccionar os momentos mais marcantes da sua carreira surge-lhe também na memória o ouro no triplo salto no Campeonato do Mundo de 2015.

“Tinha perdido a minha mãe nesse ano e estava sem vontade de competir. Ela foi a impulsionadora de tudo, fez de mim o que sou hoje. Sem saber como, renasci das cinzas com marcas que não fazia há sete anos. Foi muito especial”, confessa.

Lenine não desistiu do seu sonho e no Rio 2016 voltou ao grande palco dos Jogos Paralímpicos para conquistar o sexto lugar no salto em comprimento e hoje pensa já no próximo passo de uma carreira que não está longe de terminar.

“Quando comecei no Atletismo nunca pensei que podia chegar onde cheguei e onde ainda quero chegar. Ambiciono estar em Tóquio 2020, estou a trabalhar muito para que possa fazer lá a minha despedida”, garante.

Para Lenine “não há impossíveis”, que o digam as 197 medalhas internacionais conquistadas que o tornam, segundo as suas próprias palavras, no “atleta paralímpico mais medalhado do mundo”. Com a ambição é chegar às 200 já em março de 2019, Lenine Cunha salienta o agradecimento sentido ao seu treinador de sempre, José Costa Pereira, pelo apoio “especialmente nos maus momentos” ao longo destes quase 20 anos e uma certeza: “Ainda não acabámos!”.



AGENDA

NOVO ANO, A MESMA AMBIÇÃO

O ano de 2019 será rico em provas internacionais de alto nível pontuáveis para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. A ação começa logo nos primeiros meses com várias modalidades e múltiplos atletas em primeiro plano, numa realidade também extensível ao ramo surdolímpico.



DEZEMBRO 2018

1 - 2

Torneio Internacional Andebol
Cadeira de Rodas
Leiria, Portugal

3

Dia Paralímpico de Braga
Braga, Portugal

8 e 15

Campeonato Nacional de Tiro
Lisboa, Portugal

12

Cerimónia de Entrega Bolsas de
Educação Jogos Santa Casa
Lisboa, Portugal

12 - 16

Campeonato do Mundo de Surf
Adaptado
Califórnia, EUA

14 - 21

BISFed Dubai World Open
Dubai, EAU

FEVEREIRO 2019

13 - 24

Taça do Mundo de Tiro
Adaptado
Ai Ain, EAU

16 - 17

Campeonato Nacional de
Inverno de Natação Adaptada
Guarda, Portugal

MARÇO 2019

13 - 18

Campeonato da Europa de Pista
Coberta INAS
Istambul, Turquia

14 - 17

Campeonato do Mundo de
Atletismo Pista Coberta de
Surdos
Tallinn, Estónia

UCI Para-Cycling Track World
Championships
Aperdoorn, Holanda

26 - 31

Torneio Internacional BWF
Badminton
Antalya, Turquia



MARÇO 2019

14 - 17

Campeonato do Mundo de
Atletismo de Surdos de Pista
Coberta

Tallinn, Estónia

A FECHAR

A 20 MESES
DE TÓQUIO 2020

Carlos Lopes, Vice-Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

Sensivelmente a meio do ciclo de preparação paralímpica Tóquio 2020, propomo-nos realizar uma breve análise retrospectiva dos dois primeiros anos, mas sobretudo perspetivar e traçar linhas orientadoras para os anos que nos separam daquela que será a 11.ª participação portuguesa em Jogos Paralímpicos.

Se 2017 pode ser considerado um ano de continuidade, o ano de 2018 traz consigo novos princípios, modelos, procedimentos e valores que, no curto período de um ano, se traduzem em alterações significativas no movimento paralímpico português.

Desde logo e como notas distintivas, importa relevar que o novo Contrato-Programa passa a incorporar o princípio da inclusão do desporto

paralímpico nas federações de modalidade (à exceção do Boccia que permanece integrado na FPDD); consagra um novo modelo de gestão que põe fim às anteriores estruturas de gestão e atribui ao CPP a coordenação e a gestão do Programa Paralímpico em articulação direta com as federações; consubstancia um incremento significativo dos apoios aos atletas e à sua preparação, de tal modo que em 2021 os apoios concedidos nas realidades olímpica e paralímpica serão similares; pressupõe um conhecimento e uma participação ativa dos atletas e dos seus treinadores na definição do plano de treinos e de competições; redefine o Projeto Esperanças e Talentos Paralímpicos, tornando-o mais abrangente e contemplando a possibilidade do CPP apoiar a participação de jovens atletas em competições internacionais; traz consigo ajustes nos níveis de integração de atletas e flexibiliza procedimentos de gestão.

Em traços gerais, os dois primeiros anos do ciclo paralímpico Tóquio ficam marcados por um aumento significativo do número de atletas integrados no Programa Principal Tóquio 2020, passando dos 30 atletas abrangidos no final de 2016, para 40

no final de 2017 e para 54 no final de 2018; por um aumento do número de modalidades integradas no Programa, passando das 7 modalidades em 2016 e 2017 para 8 modalidades em 2018; e pela conquista, por parte dos atletas portugueses em Campeonatos da Europa e do Mundo de 24 medalhas (7 de ouro, 10 de prata e 7 de bronze).

Em nosso entender, estes factos são francamente positivos na medida em que traduzem uma revitalização do movimento paralímpico em Portugal, são o resultado do trabalho das federações na captação e enquadramento de novos atletas e expressam a excelência das classificações dos atletas portugueses em competições internacionais. No entanto, estes mesmos factos, perspetivados num futuro breve, deverão ser analisados com as devidas cautelas e com a consciência de que terão impactos ao nível da gestão do Programa Paralímpico.

Desde logo, importa não realizar uma transposição direta das medalhas alcançadas em 2017 e em 2018 para eventuais medalhas a conquistar nos Jogos de Tóquio 2020, na medida em que a maioria dessas classificações de pódio foram alcançadas em Campeonatos da Europa, que são sobretudo

as competições internacionais de 2019 que virão a abrir quotas de participação para os Jogos, e que nem sequer se conhecem as quotas a atribuir à Missão Portuguesa nem tão pouco os mínimos e critérios de participação para todas as modalidades.

Também o número de atletas integrados atualmente no Programa Paralímpico deverá suscitar a nossa reflexão e a tomada de medidas, pois um dos objetivos a que o CPP se vinculou aquando da assinatura do Contrato-Programa pressupõe um aumento para 65 % do rácio entre atletas selecionados para competirem nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020 e atletas apoiados. O Programa Paralímpico Tóquio não pode ser confundido com um programa de desenvolvimento desportivo de alto rendimento, pelo que, nos dois últimos anos do ciclo, importa considerar aquando das propostas de integração ou de manutenção de atletas, não apenas a grelha de integração constante no regulamento anexo ao Contrato-Programa, mas também, em acréscimo, considerar as reais possibilidades do atleta vir a integrar a Missão Portuguesa.

V EDIÇÃO BOLSAS DE EDUCAÇÃO JOGOS SANTA CASA 2018/19

TODO O NOSSO APOIO
PARA UM **FUTURO À CAMPEÃO**

Pelo quinto ano consecutivo, numa parceria com o Comité Paralímpico de Portugal, os Jogos Santa Casa promovem a conciliação da prática desportiva com a formação académica dos atletas que estão na caminhada paralímpica e surdolímpica para representar as cores nacionais nos próximos Jogos Paralímpicos e Surdolímpicos.



COMITÉ
PARALÍMPICO
PORTUGAL



PORTUGAL



Patrocinador Principal



Parceiros



Parceiros Institucionais



Patrocinadores Oficiais



Parceiros Pro Bono



Media

Hotel Oficial

