



REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

PARALÍMPICOS

EDIÇÃO 02 / MAR. a MAI. 2019

TRIMESTRAL - DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

ANDREW PARSONS

"TEMOS O PAPEL DE TRANSFORMAR A SOCIEDADE DO FUTURO"

As expectativas para Tóquio 2020 e o papel agregador de Portugal numa entrevista exclusiva do Presidente do Comité Paralímpico Internacional.

EM FOCO >
Encontro Anual
de Atletas do PPP

ROAD TO TOKYO 2020 >
#SemPena
pela FCB Lisboa

TALENTOS >
Miguel Monteiro
Lançado para o Topo

A MINHA HISTÓRIA >
Daniel Videira
O Sorriso de Vencer

Joana Santos / Sófia 2013
A concentração que valeu a prata
para Portugal no Judo nestes
Jogos Surdolímpicos.





Mensagem do Presidente **A marca Paralímpicos**

Nos nossos dias torna-se evidente o impacto que as organizações desportivas assumem na sociedade e a atenção que cada uma delas coloca no desenvolvimento e valorização das suas marcas como ferramenta essencial de afirmação num ambiente social em constante transformação.

Na sociedade moderna, o desporto é uma realidade social que reflete a forma como esta se organiza (globalizante, multicultural, complexa), espelha diferenças e particularidades humanas (geografias, religiões, etc.), sendo o desejo e a necessidade de vencer, de se superar, quiçá, da busca das emoções, algumas das variáveis distintivas desta realidade social. De acordo com o sociólogo Richter, "o desporto, como instituição social, não deve ser analisado fora das suas dimensões sociais, não sendo simplesmente uma prática autónoma e sim um fenómeno que contribui de forma decisiva para a interpretação da realidade social". Outros autores como Norbert Elias defendem que o nível de desenvolvimento do desporto demonstra o nível de desenvolvimento global do país, em particular da sua cultura.

Refletir sobre o desporto enquanto um fenómeno da sociedade moderna remete-nos para pensar sobre o seu papel, nas diversas formas de se manifestar, para os valores que dele emergem e, através destes, se transmitem aos indivíduos que com ele convivem, nas suas diversas dimensões: praticantes, dirigentes, treinadores, espectadores, família, etc. Nesta realidade, o movimento paralímpico, para além da dimensão desportiva que encerra, tem como protagonistas pessoas com deficiência e manifesta-se através de ações desportivas, mas é também um movimento de cariz humanista. Estaremos todos de acordo: o movimento paralímpico, à escala planetária, tem registado um desenvolvimento e notoriedade sem precedentes na nossa história. O referido desenvolvimento e notoriedade ancoram-se na qualidade dos seus protagonistas, os atletas, mas também porque estamos

num patamar civilizacional onde a diferença já não é vista como um castigo divino. Para esta mudança de paradigma muito têm contribuído a partilha de informação, as orientações de organismos internacionais, a adoção de políticas por parte dos governos nacionais tendo em vista uma sociedade mais inclusiva, as campanhas publicitárias, em suma, a capacidade de comunicar, de dar a conhecer, de informar.

Um dos grandes desafios que o Comité Paralímpico Internacional coloca a cada um dos membros situa-se exatamente na promoção e valorização da marca Paralímpicos. Sim, "Paralímpico" é nos nossos dias uma marca à escala planetária, que importa desenvolver e proteger. Em Portugal, é esse também o nosso desafio e nele estamos empenhados. O lançamento da marca Paralímpicos Portugal em maio de 2018 foi um passo fundamental neste percurso e trouxe consigo uma nova perspetiva de abordagem ao grande público, um posicionamento distinto face a uma audiência que se pretende cada vez mais vasta, interessada e envolvida nesta dimensão desportiva.

A marca Paralímpicos Portugal assenta numa estratégia de comunicação que pretende humanizar a ligação entre a instituição e o seu público-alvo num reposicionamento que se materializa através da reestruturação dos atuais canais de comunicação como a revista, o site e as plataformas digitais. Esta estratégia tem por base uma postura mais fresca e dinâmica capaz de atrair a atenção das faixas etárias mais jovens da população. A comunicação do Comité Paralímpico para o grande público, agora efetuada com a intermediação da Paralímpicos Portugal, passou a seguir os princípios fundadores desta nova marca e tem vindo a tornar o movimento paralímpico progressivamente mais próximo da comunidade e mais aberto a todos aqueles que queiram dar o seu contributo positivo no caminho para Tóquio 2020. Sabemos que com o progressivo aumento da notoriedade a marca Paralímpicos Portugal, abre-se uma janela de oportunidade para construirmos, cada vez mais, relações duradouras com marcas que partilhem da mesma visão e valores desta fascinante dimensão desportiva.

O percurso, trilhado passo a passo, é longo e ultrapassa a fronteira dos Jogos Paralímpicos que se avizinham, mas o sucesso só depende do contributo de cada um de nós.

José Manuel Lourenço
Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

ÍNDICE

09

ROAD TO TOKYO 2020

#SemPena - FCB Lisboa



Reunião Anual do Programa Paralímpico

PARALÍMPICOS NAS REDES SOCIAIS

Destaques das redes sociais
dos nossos atletas

10 17

EM FOCO

Reunião Anual de Atletas

Chefe de Missão
Tóquio 2020

EDITORIAL

05 06 14 18

FLASH

Notícias em destaque
neste trimestre

OPINIÃO

José F. Rodrigues
Presidente da REDESPP

GRANDE ENTREVISTA

"Temos o papel de transformar
a sociedade do futuro"
Andrew Parsons,
Presidente do IPC

24

TALENTOS

Lançado para o topo
Miguel Monteiro, Atletismo

26

**HISTÓRIAS
DE SUPERAÇÃO**

O mundo de Carla
Carla Oliveira, Boccia

30

A MINHA HISTÓRIA

Sorriso de Vencer
Daniel Videira, Natação

32

AGENDA

Para todos os Gostos

34

MAPEAR A INCLUSÃO

Clube Desportivo
"Os Especiais"

28

DESPORTO À LUPA

Equestre



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 Taborda** Fotografia **Nuno Mendes** Marketing e Publicidade **Catarina Grachat** Arte e Design Gráfico **Bunker Agency** Propriedade **Comité Paralímpico de Portugal** NIPC do Proprietário **507 805 259** Sede Editor e Redação **Rua do Sacramento, 4, R/C - 2670-372 Loures** Impressão **Onda Grafe** 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. 2019 © Interditada a reprodução de textos e imagens por quaisquer meios.

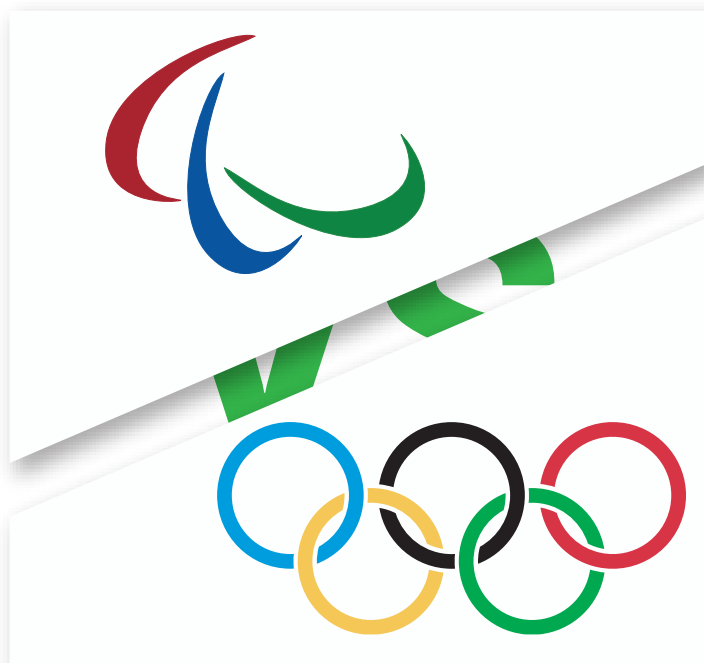
FLASH



Badminton entra no Programa de Preparação Paralímpica

A modalidade de Badminton entrou pela primeira vez nos Projetos Paralímpico e Esperanças Paralímpicas através de Beatriz Monteiro e Diogo Daniel, respetivamente. Os dois atletas garantiram a entrada nos Projetos pelas prestações no Campeonato Europeu de Badminton de novembro de 2018 onde Beatriz alcançou o bronze na classe SU5 e Diogo o 12.º posto na classe SL4.

O Presidente da Federação Portuguesa de Badminton, Horácio Gouveia, revelou a “satisfação” por verificar que a modalidade “está cada vez mais abrangente” e agradeceu ao CPP “a cooperação e apoio incansável a este projeto”. Horácio Gouveia salientou que “a Federação deposita uma grande esperança nestes dois atletas para que obtenham bons resultados internacionais” e acrescentou que “bons exemplos” como os de Beatriz e Diogo “são sempre um atrativo para que novos valores ingressem no desporto”.



Equiparação de prémios entre Paralímpicos e Olímpicos já é uma realidade

A equiparação entre atletas paralímpicos e olímpicos no que diz respeito aos prémios por medalhas nas grandes competições internacionais foi concretizada através da portaria n.º 332-A/2018 de 27 de dezembro de 2018. Esta medida pretende “suprir as lacunas identificadas, procurando, desde logo, melhorar globalmente os montantes dos prémios a atribuir por resultados obtidos em Jogos Olímpicos, Jogos Paralímpicos e Campeonatos do Mundo e da Europa, estimulando ainda as representações multidesportivas nacionais em eventos como as Universíadas, os Jogos Mundiais e os Jogos Surdolímpicos” como se pode ler no site do Diário da República.



Dia da Mulher

Os Paralímpicos assinalam a 8 de março o Dia da Mulher com uma campanha que exalta alguns dos adjetivos que caracterizam os nossos atletas. Ana Mota Veiga (Equestre), Carla Oliveira (Boccia), Márcia Araújo (Atletismo) e Susana Veiga (Natação) contam pequenas histórias em torno das palavras

determinação, força, vontade e superação.

Os testemunhos dão origem a um conjunto de vídeos e fotografias partilhados nas redes sociais dos Paralímpicos com o objetivo de salientar os méritos das atletas da dimensão paralímpica.

TOP NO BOCCIA



Avelino Andrade de prata no Open Mundial de Boccia

A Seleção Nacional de Boccia orientada por Luís Ferreira conquistou no BISFed Bocia Fazza World Open disputado no Dubai uma medalha de prata por Avelino Andrade na classe Individual BC3, vertente em que José Carlos Macedo terminou na 4.ª posição. Já nos coletivos destaque para o 4.º lugar conquistado pela Equipa BC1-BC2 e ainda para a 6.ª posição do Par BC4.



Comité Paralímpico de Portugal estabelece protocolos de cooperação

O Comité Paralímpico de Portugal (CPP) e a Rede de Escolas com Formação de Desporto do Ensino Superior Politécnico Público (REDESPP) assinaram a 5 de dezembro de 2018 um protocolo de cooperação que tem como finalidade a estimulação da investigação e do ensino de temáticas relacionadas com o desporto para pessoas com deficiência. O acordo foi assinado na Escola Superior

de Educação de Rio Maior na cerimónia comemorativa do XXI aniversário da instituição que marcou também a tomada de posse do seu novo conselho diretivo. O protocolo pretende estimular o progressivo desenvolvimento das dimensões científica, técnica e pedagógica do desporto para pessoas com deficiência no seio das instituições de ensino superior politécnico

público através de ações desenvolvidas em conjunto pelo CPP e REDESPP. Já no primeiro trimestre de 2019 foi também estabelecido um protocolo entre o CPP e a Escola Superior de Desporto e Lazer do Instituto Politécnico de Viana do Castelo com contornos semelhantes.

Comité Paralímpico Internacional anuncia modalidades para Paris 2024



O Comité Paralímpico Internacional (IPC) anunciou que os Jogos Paralímpicos de Paris 2024 terão no seu quadro competitivo as mesmas 22 modalidades que já constam no programa dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. O encontro da Comissão Executiva do IPC decorrido a 15 de janeiro em Londres determinou que Atletismo, Badminton, Basquetebol

em Cadeira de Rodas, Boccia, Canoagem, Ciclismo, Esgrima em Cadeira de Rodas, Futebol para Cegos, Goalball, Halterofilismo, Judo, Natação, Equestre, Remo, Rugby em Cadeira de Rodas, Taekwondo, Ténis em Cadeira de Rodas, Ténis de Mesa, Tiro, Tiro com Arco, Triatlo e Voleibol Sentado serão os desportos presentes na competição a decorrer na capital francesa.

FLASH

Portugal na Taça do Mundo de Maratona IPC

A Taça do Mundo de Maratona IPC agendada para 28 de abril em Londres a par da maratona local vai contar com a participação de cinco atletas nacionais. Gabriel Macchi (T12), Jorge Pina (T12), Odete Fiúza (T11), Manuel Mendes (T46) e Nuno Alves (T11) são os maratonistas eleitos.

IRS 2019 Apoia os Paralímpicos

É tão fácil fazer a diferença e apoiar os Paralímpicos. Atribui 0,5% do teu IRS ao Comité Paralímpico de Portugal na tua declaração de IRS em prol da inclusão e excelência desportiva que todos defendemos. Sabe mais em www.paralimpicos.pt.

Primeira vaga para Tóquio 2020 assegurada

O Paraciclismo garantiu para Portugal a primeira vaga para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. A Seleção Nacional da modalidade terminou a época de 2018 no 15.º lugar do Ranking Europeu de Estrada, inserindo-se nos 23 lugares com entrada direta. O ano de 2019 traz novas provas internacionais e a oportunidade de lutar por mais lugares na competição a decorrer em terras nipónicas.



Bolsas de Educação Jogos Santa Casa premiaram 46 atletas

O Pavilhão do Conhecimento, em Lisboa, foi palco a 12 de dezembro da cerimónia de entrega das Bolsas de Educação Jogos Santa Casa 2018/2019. A iniciativa promovida também em parceria com o Comité Olímpico de Portugal premiou um total de 46 atletas pela sua dedicação à formação académica, sendo que 13 dos quais foram dos ramos paralímpico e surdolímpico: Carolina Duarte, Carina Paim, Carlos Freitas, Luís Gonçalves, Márcia Araújo e Odete Fiúza do Atletismo; Magnos Nhanco e Rúben Gonçalves do Judo; Daniel Videira, Rúben Linhares, Susana Veiga e Tiago Neves da Natação e Filipe Marques do Triatlo. No rescaldo das entregas dos diplomas aos atletas, o Secretário de Estado da Juventude e do Desporto, João Paulo Rebelo, saudou o “duplo esforço” dos atletas que “afirmam a necessidade das carreiras duais” e reiterou a intenção do Governo em continuar a desenvolver “mecanismos e ações destinadas a estimular esta realidade”. O Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, Edmundo Martinho, realçou “a capacidade de superação dos atletas” num projeto com “significado especial por apoiar a causa de crescimento dos bolseiros”. Já o Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, José Manuel Lourenço, destacou a importância da iniciativa ao sublinhar a “dimensão inclusiva” de uma “iniciativa de grande valor por dar condições aos atletas para prosseguirem as suas carreiras desportivas sem descurarem da formação académica”.

FCB LISBOA



#SemPena

Por Victor Afonso, Diretor Criativo Associado da FCB Lisboa

Ao abrir um dicionário e procurar pela palavra “pena”, vai ler o seguinte significado: “o sentimento provocado pelo sofrimento alheio”. E, se tiver curiosidade e buscar pelos sinónimos de “pena”, vai encontrar palavras como “dó” e “compaixão”.

A vida de um atleta, principalmente de um atleta de topo, tem muito de sofrimento, é verdade. Mas, em hipótese alguma, este sofrimento deveria provocar dó ou compaixão nas pessoas. Pelo contrário: tem de despertar sentimentos como “respeito”, “admiração” e “inspiração”. Afinal, os atletas sofrem sim, mas fazem isso para estar preparados para competir no mais alto nível, para quebrar recordes e conquistar medalhas.

Nos últimos anos, os atletas paralímpicos portugueses sofreram sim, como qualquer atleta sofre, aliás. A diferença é que conquistaram o que poucos conseguem em termos de resultados. Já era hora, portanto, de tirar a palavra “pena” do vocabulário de todos os adeptos quando falavam a respeito dos paralímpicos portugueses.

O sentimento de pena cria uma espécie de muro ao redor do atletas. Era preciso derrubar esta barreira e convidar as pessoas a ver os atletas paralímpicos como eles realmente são: como verdadeiros campeões.

Para isso, foi criado o tema de comunicação “Sem Pena”. Um tema pensado para mudar o comportamento dos adeptos, e também para motivar os atletas de hoje e inspirar os atletas de amanhã. Este foi o objetivo do último anúncio de televisão

da campanha, chamado “Sonhos”. Neste filme, vemos um menino com uma deficiência física a sonhar em ser um atleta. Um incentivo para que mais pessoas passassem a sonhar sem barreiras, sem pena.

Também foi criada uma nova marca para os paralímpicos, que tem nas caravelas a inspiração para as suas formas e na bandeira portuguesa a paleta para as suas cores. Uma marca que remete à coragem, às conquistas e à portugalidade. E, convenhamos, estas três palavras são muito mais bonitas e transformadoras que “pena”.



PARALÍMPICOS PORTUGAL



Encontro Anual EM FOCO de Atletas do PPP

Reunião Anual do Programa de Preparação Paralímpica (PPP) decorrida em Rio Maior envolveu dezenas de atletas, treinadores e outros agentes desportivos num espaço de informação e debate. Leila Marques Mota foi anunciada como Chefe de Missão a Tóquio 2020.

A habitual fotografia de grupo com atletas, treinadores e dirigentes.



O encontro de trabalho e de reflexão, formação e troca de experiências e contributos pautado pelo rigor e boa-disposição teve um balanço muito positivo bem no seio de todos os agentes desportivos que marcaram presença na Escola Superior de Educação de Rio Maior neste dia 23 de fevereiro. Atletas, treinadores, parceiros de competição, técnicos assistentes desportivos e representantes

federativos participaram no evento promovido pelo Comité que foi marcado pela divulgação em primeira mão aos atletas presentes da Chefe de Missão a Tóquio 2020 pelo Presidente do CPP, José Manuel Lourenço. >>

O nadador Marco Meneses e o treinador Armando Costa



Reunião com Tóquio 2020 em perspetiva

O Secretário de Estado da Juventude e do Desporto foi uma das presenças institucionais mais notadas na cerimónia de abertura. Acompanhado pelo Presidente do Comité Paralímpico, José Manuel Lourenço, pela Presidente da Câmara Municipal de Rio Maior, Isaura Morais, pelo Ministro Conselheiro da Embaixada do Japão, Takagawa Sadayoshi, e pelo Diretor da Escola, Luís Cid, João Paulo Rebelo não deixou de transmitir uma mensagem de apreço para com toda a família paralímpica e, referindo-se em específico aos atletas, garantiu não ter dúvidas que “cada atleta saberá responder à aposta do Governo no desporto paralímpico dando o seu melhor em cada prova”.

“Desejo-vos os maiores sucessos desportivos e pessoais” para o caminho que falta percorrer até Tóquio 2020, fez questão de realçar o Secretário de Estado, exprimindo o sentimento de todo o movimento paralímpico.

O dia em Rio Maior foi longo e produtivo. Existiram painéis de discussão de atletas e treinadores onde cada um dos elementos pôde expressar as suas preocupações, problemas e dificuldades. Todos foram ouvidos e já na parte da tarde tiveram a oportunidade de beber algumas informações relevantes com um painel sobre a cultura japonesa e outro de media training com algumas noções básicas sobre o contacto com a comunicação social. No final do dia foram apresentadas as conclusões, com a promessa de elaboração de um documento sintetizador de todos os painéis de reflexão realizados.

A satisfação dos atletas

Foram inúmeros os sorrisos dos atletas captados durante este memorável dia. Com oito modalidades representadas por mais

de 30 atletas, os momentos de confraternização não faltaram mesmo entre aqueles que ainda não se conheciam. Oportunidade para solidificar as bases que pretendem fortes de uma família paralímpica que daqui a cerca de 500 dias estará em Tóquio na luta por medalhas naquela que será a 11.ª participação portuguesa em Jogos Paralímpicos.

Telmo Pinão já teve a felicidade de vivenciar esta experiência pela participação dos Jogos Paralímpicos do Rio 2016 e com a mira apontada às batalhas que se seguem não esconde a satisfação de participar num evento tão rico para os atletas. Para Telmo Pinão, “perceber as dificuldades das pessoas” é fundamental para que os resultados possam aparecer com cada vez mais qualidade, daí que este “ intercâmbio de experiências” desempenhe um papel tão importante.

“Conhecer um bocadinho a terra que vamos pisar foi extraordinário, perceber que o grau de humidade vai ser extremo é fundamental para nós que corremos na rua, na estrada. Toda essa informação foi positiva e levamos já daqui algum conhecimento daquilo que podemos encontrar para o ano no Japão”, defendeu Telmo Pinão.

Tóquio é o destino tão ambicionado por todos os atletas que figuram no Programa de Preparação Paralímpica, mas nem todos conseguirão lá chegar. Os dados estão lançados, a Chefe de Missão definida e as quotas de qualificação abertas na maioria das modalidades. Agora resta treinar a cada dia por um sonho a cumprir do outro lado do mundo que está cada vez mais perto.



A photograph of Leila Marques Mota, a woman with dark hair, smiling and gesturing with her right hand while speaking at a podium. The podium has two microphones, one of which has the Paralympic logo. Behind her are several flags, including the Japanese flag, the European Union flag, and the flag of Rio de Janeiro. The text is overlaid on the bottom half of the image.

“A responsabilidade é o preço da grandeza de fazerem parte da elite.”

Leila Marques Mota

Leila Marques Mota foi designada pela Comissão Executiva do CPP para o cargo e “honrada” pela distinção declarou sem hesitações o objetivo primordial desta Chefia de Missão: “prestar aos atletas as melhores condições possíveis para competirem ao mais alto nível nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020”. A antiga nadadora paralímpica que tem no currículo a participação em quatro edições de Jogos Paralímpicos entre 1996 e 2008 realçou que agora é tempo de preparar objetivamente a missão e tratar de todos os pormenores, sejam eles a logística, a comunicação, o clima ou os estágios de forma a atribuir a “confiança e estabilidade” a uma competição que será “extremamente competitiva”.

Para Leila Marques Mota, todos terão a sua quota-parte de importância nesta Missão a terras nipónicas. “Responsabilidade para a Chefia de Missão mas também para os atletas: especialmente para eles, é este o peso da grandeza de fazerem parte de elite. Todos temos que cumprir com as nossas obrigações perante a responsabilidade de assumirmos as cores nacionais, representando-as dignamente e no limite das nossas capacidades também por todos aqueles que nunca terão essa oportunidade”, referiu Leila Marques Mota, que irá trabalhar em articulação com Luís Figueiredo, vice-presidente do CPP designado como Diretor Executivo da Missão.



OPINIÃO

A Investigação Científica ao Serviço do Desporto Paralímpico

Por José F. Rodrigues, Presidente da REDESPP

A investigação científica é um desafio estruturante para Portugal em qualquer área, de modo a que o conhecimento inovador, e seguro, potencie o desenvolvimento das organizações e dos portugueses, proporcionando melhores e maiores oportunidades profissionais e sociais aos cidadãos.

A produção de conhecimento em ciências do desporto é uma missão das catorze escolas superiores que constituem a Rede de Escolas com Formação em Desporto do Ensino Superior Politécnico Público - REDESPP, vocacionadas para o ensino, a formação, a investigação, a divulgação e transferência do conhecimento, a prestação de serviços à comunidade e o desenvolvimento na área do Desporto.

Quanto à investigação são objetivos específicos da REDESPP, as sinergias institucionais que garantam o desenvolvimento da investigação na área do desporto, bem como a prossecução de parcerias e projetos comuns na promoção de serviços à comunidade e de apoio ao desenvolvimento do desporto, a rentabilização dos recursos institucionais existentes, nomeadamente ao nível da multidisciplinaridade de equipas de investigadores e da partilha de equipamentos e materiais laboratoriais, o desenvolvimento de projetos e parcerias de investigação científica e tecnológica, os programas de formação interinstitucionais, a intervenção social e política sobre a estratégia nacional e internacional na área do desenvolvimento e promoção do desporto.

No dia 5 de dezembro de 2018, no 21º aniversário da ESDRM, foi assinado um protocolo entre o Comité Paralímpico de Portugal e a REDESPP, com o "objetivo principal de contribuir para o desenvolvimento do Movimento Paralímpico bem como da formação na área da Educação Física e Desporto Para Pessoas com Deficiência e da Formação de Professores e Treinadores, no ensino superior e na investigação científica das instituições participantes".

Esta parceria proporciona um conjunto de recursos para a formação e investigação que serão decisivos para a qualidade da performance e do rendimento do desporto paralímpico. Constituem-se as atividades de intercâmbio científico e técnico, os programas e cursos de formação especializada e atualização contínua, a organização de seminários e encontros

académicos, as atividades conjuntas de investigação científica em ciências do desporto, os projetos que contribuam para o desenvolvimento socioeconómico nacional, a intervenção política conjunta com objetivo de valorização desta área socioprofissional.

A REDESPP tem um grupo de trabalho para o desporto adaptado, que envolve todas as escolas da rede, de norte a sul do país, e que é coordenado pelas Professoras Doutoradas Anabela Vitorino e Helena Mesquita, da ESDRM (Rio Maior) e ESECB (Castelo Branco) respetivamente. Partilhamos do conceito abrangente e integrado de Desporto que se encontra na Carta Europeia do Desporto (Conselho da Europa, 1992), em que "Entende-se por desporto todas as formas de atividades físicas que, através de uma participação organizada ou não, têm por objetivo a expressão ou o melhoramento da condição física e psíquica, o desenvolvimento das relações sociais ou a obtenção de resultados na competição a todos os níveis."

Neste ambiente de integração multifatorial revemo-nos na abordagem que uma das organizações de referência faz na definição de ciências do desporto, "The purpose of the European College of Sport Science (ECSS) is the promotion of science and research, with special attention to sport science across Europe and beyond. Its topics include the motivation, attitudes, values and responses, adaptation, performance and health aspects of people engaged in physical activity and the relation of physical activity and lifestyle to health, prevention and aging. These topics are investigated on an interdisciplinary basis."

Em Portugal, este espaço científico carece ainda de um enquadramento mais sistémico e multidisciplinar, por parte das organizações tutelares da ciência. Conhecendo o sistema científico como demasiado conservador, consideramos o avanço na conceção da Fundação para a Ciência e Tecnologia acerca das ciências do desporto, adaptando a Classificação FOS do Manual Frascati ("Fields of Science and Technology – OCDE 2007), colocando esta área como uma subárea das ciências da saúde, integrada na área científica principal das ciências médicas e da saúde.

Assim, neste contexto, consideramos que o desporto paralímpico, o rendimento e a performance dos atletas, estão inevitavelmente associados à investigação científica em ciências do desporto, confirmando a visão do Comité Paralímpico Internacional "To enable Para athletes to achieve sporting excellence and inspire and excite the world: Enable - Creating conditions for athlete empowerment; Para athletes - The primary focus, from initiation to elite level; Achieve - Sporting excellence is the goal of a sport centred organization; Inspire and excite - Touch the heart of all people for a more equitable society."

A investigação científica na área das ciências do desporto é realizada em centros acreditados com investigadores referenciados, com garantia de qualidade nos serviços prestados, e proporcionam ao desporto paralímpico um enorme potencial de evolução e desenvolvimento. Esta produção científica contribui para o sucesso do desporto paralímpico, na otimização da performance desportiva dos atletas, na capacidade de intervenção dos treinadores e outros técnicos, na qualidade dos processos e da gestão das organizações e, ainda, na ação social e política do desporto paralímpico.

As escolas da REDESPP e os seus laboratórios conduzem estudos que podem ser relevantes para o sucesso da performance desportiva dos atletas paralímpicos. As equipas de investigadores estão disponíveis para abraçar os desafios que o desporto paralímpico coloca. As instituições da rede (REDESPP) têm diversos centros de investigação em consórcio e próprios, acreditados pela Fundação para a Ciência e Tecnologia, com classificações elevadas, nos domínios das ciências do desporto e outras áreas científicas. Estes centros de investigação têm capacidade instalada de investigadores e equipamentos laboratoriais para apoiarem o desporto paralímpico na sua missão.

A política para a investigação científica em ciências do desporto deverá tornar-se mais abrangente garantindo um eficiente apoio ao desporto nacional, orientando a sua estratégia para o desenvolvimento desportivo e para a otimização da performance desportiva. O desporto é um fenómeno social complexo integrado e perspetiva a evolução do cidadão e das sociedades, sendo por isso fundamental que a academia (instituições de ensino superior) produza conhecimentos e produtos inovadores para uma maior e melhor prestação do desporto nacional.

No desporto paralímpico o conhecimento científico deve ser uma fonte de inspiração e de inovação para os treinadores, atletas, dirigentes, juizes, pais, todos os intervenientes na preparação dos atletas. As escolas da rede (REDESPP) desenvolvem e oferecem programas de formação (Cursos Técnicos Superiores Profissionais – 2 anos; Licenciaturas – 3 anos; Mestrados – 2 anos), ações de formação, congressos e seminários, onde o desporto adaptado tem um peso muito relevante, e inclusive alguns destes programas são especializados para o desporto para pessoas com deficiência. Estes programas constituem uma evolução na qualificação dos profissionais que intervêm no desporto.

Referências

- 1 <http://www.idesporto.pt/DATA/DOCS/LEGISLACAO/Doc120.pdf>
- 2 http://sport-science.org/index.php?option=com_content&view=article&id=231&Itemid=114
- 3 https://www.fct.pt/apoios/bolsas/concursos/docs/Bolsas_2019_GuiaAvaliacao_PT.pdf
- 4 <https://www.paralympic.org/the-ipc/about-us>



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

Sacrifícios fazem parte do sucesso.

Érica Gomes

fb.me/codezynhaERY.gomes



*19 de Janeiro de 2019.
Torneio de Abertura FP
Tiro. Record pessoal e
2.º lugar da geral.*

Adelino Rocha

facebook.com/Adelino-
-Rocha-Tiro-Desporti-
vo-1732552470360817/



*Começou
a preparação para o
Mundial de Maratona!
Janeiro é o mês dos 20
km...*

Gabriel Macchi

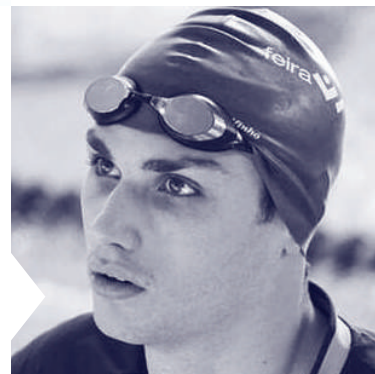
fb.me/gabriel.macchi.129



*Campeonato do Mundo
IWAS 2019, medalha de
ouro nos 1500 metros
T51/52.*

Hélder Mestre

fb.me//helder.mestre2



*Fim-de-semana de
treinos. Dois dias,
muitos desafios.
Sábado foi razoável,
domingo foi muito
melhor!*

Inês Alemão Teixeira

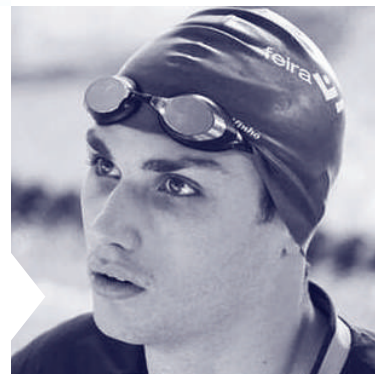
fb.me/letsridetogetherinesa-
lemao/



*Todo esforço tem a sua
recompensa.*

Rúben Linhares

fb.me/ruben.linhares97



GRANDE ENTREVISTA

“Temos o papel de transformar a sociedade do futuro”

Andrew Parsons, Presidente do IPC

Encara a deficiência no contexto positivo que é o desporto e acredita no potencial transformador do movimento paralímpico. Aponta o recrutamento, a promoção de ídolos e a classificação como dimensões estruturais e garante que os Jogos Paralímpicos Tóquio 2020 podem ser os maiores e melhores de sempre. Estivemos à conversa com Andrew Parsons, Presidente do Comité Paralímpico Internacional.



Desempenhou o seu primeiro alto cargo diretivo no desporto paralímpico em 2001 como Secretário-Geral do Comité Paralímpico do Brasil, mas o seu envolvimento com esta dimensão desportiva é anterior a esse momento. Como começou esta sua relação com o desporto paralímpico?

O meu envolvimento no desporto paralímpico começou em 1997 quando me juntei ao Comité Paralímpico do Brasil como estagiário do departamento de comunicação. A minha

formação é em comunicação, eu já tinha estado em algumas entidades desportivas na área de assessoria de comunicação e de imprensa e acabei em setembro de 1997 por me juntar ao Comité Paralímpico do Brasil. Ao fim de algumas semanas neste movimento já tinha percebido que era isto que eu queria fazer para o resto da minha vida e partir daí fui evoluindo na área da comunicação até que em 2001 surgiu o convite para me tornar Secretário-Geral.

Tem referido por várias ocasiões que uma das suas principais missões enquanto Presidente do Comité Paralímpico Internacional (IPC) é contribuir para o desenvolvimento dos membros. Com cerca de 16 meses de mandato, de que forma este trabalho tem sido desenvolvido e quais os resultados obtidos até ao momento?

Realmente uma das minhas prioridades é fazer com que o Comité Paralímpico Internacional possa proativamente apoiar o desenvolvimento dos membros e os Comités Paralímpicos Nacionais (NPCs) estão entre os principais alvos nessa estratégia. A ideia é ir visitando os países e estreitando os laços. Os meios de comunicação e as tecnologias promovem hoje em dia a aproximação, mas as visitas também são importantes para conhecer melhor a realidade, conversar com as instituições governamentais do país, clubes, federações, comunidade de atletas, e perceber os desafios que cada comité paralímpico nacional tem. É algo que tem tomado bastante o meu tempo, tentar entender a realidade de cada NPC e como o IPC pode apoiar cada um dos seus membros. Alguns resultados já são perceptíveis, desde a ajuda na aprovação de leis em alguns países, a estruturação e implementação de programas do IPC e da Fundação Agitos como o I'mPossible que tem como foco as crianças. Cada país tem a sua agenda própria e estamos a investir para que depois das visitas a cada NPC possamos definir um plano conjunto e seguir a atuar. Cada Comité é muito diferente dos outros, alguns países estão num nível mais avançado que outros, pelo que não existe uma receita de bolo eficaz para todos. Já visitei cerca de 40 países desde que assumi a presidência do IPC e os resultados têm sido bastante encorajadores.

Em abril de 2018 no Congresso do CPP em Braga, afirmou a intenção de fazer com que cada Comité Paralímpico evolua para o seu próximo nível. Num plano subjetivo, qual seria o estado de desenvolvimento ideal dos NPCs?

O estado ideal de desenvolvimento depende de características próprias como o tamanho do país e da população e do seu próprio desenvolvimento social, mas diria que seriam países com uma estrutura interna de filiação bem definida, como um espelho da estrutura do IPC, com as respetivas federações nacionais a desenvolverem as modalidades, com um plano de desenvolvimento desde a base, desde o fomento até ao alto rendimento e até um programa de profissionalização para os atletas paralímpicos no pós-carreira desportiva. Um programa de marketing forte, um plano comercial forte, um plano de comunicação forte e bem executado, canais de comunicação abertos com as autoridades governamentais do país, com os meios de comunicação, com investimento nas

22 modalidades paralímpicas de verão e seis de inverno. Esse seria um plano ideal. Um comité paralímpico forte institucional e desportivamente mas que também contribua de forma ativa para uma agenda maior de inclusão social, diversidade e de direitos humanos das pessoas com deficiência.



Outro grande objetivo por si definido foi o fortalecimento de relações com o movimento olímpico, concretizado com o acordo assinado com o Comité Olímpico Internacional (COI) até 2032. Em termos práticos, em que consistiu este acordo e quais os benefícios destes dois momentos para o movimento paralímpico?

Um dos objetivos principais nos seis primeiros meses foi tentar mudar a dinâmica da relação entre o IPC e o Comité Olímpico Internacional. O COI é um parceiro fundamental com o qual temos o privilégio de dividir a plataforma da cidade anfitriã dos Jogos Paralímpicos com os Jogos Olímpicos a cada dois anos, contando verão e inverno. É preciso que essa seja uma relação positiva, harmoniosa, que nós possamos

caminhar juntos, participar nas principais decisões no que diz respeito ao desporto mundial. É preciso um esforço conjunto, o interesse de termos mais cidades candidatas à organização dos Jogos, por exemplo, é do COI mas também do IPC.

Na prática o acordo firmado com o COI em março do ano passado define algumas áreas como a entrega dos Jogos Olímpicos e Paralímpicos dentro dos preceitos da nova norma que procura a economia dos custos financeiros e a otimização de todas as estruturas, para que possamos reduzir o custo dos Jogos e estimular mais candidaturas. Prevê também um acordo na área dos patrocínios com uma interação maior, sendo que agora o COI “vende” os direitos dos Jogos Paralímpicos e dos Jogos Olímpicos, o que significa mais recursos financeiros para o IPC para que possamos ampliar o nosso alcance global. Permite também que tenhamos a possibilidade de estimular a relação das empresas locais com os NPCs. Também na área de broadcasting, aprofundou-se a relação com a ONBS que foi definida até 2022 como a emissora anfitriã dos Jogos, gerindo as imagens para o mundo todo, algo que era definido caso a caso para cada edição dos Jogos. Entre outros detalhes, é um acordo fundamental que nos dá uma estabilidade financeira na relação com os Jogos e com o COI até 2032, fundamental para que possamos ter tranquilidade para gerir os Jogos Paralímpicos e maximizar o seu impacto em benefício em cada NPC.



Sabemos que existe ainda um longo caminho a percorrer no que concerne ao desenvolvimento do desporto para pessoas com deficiência, sendo uma das principais dificuldades relativa ao recrutamento. Quais as principais estratégias a desenvolver para trazer estas pessoas com deficiência para o desporto?

O recrutamento é realmente um desafio para cada país, adaptar-se à sua realidade e procurar as estratégias de atração eficazes.

“Ídolos são fundamentais para as pessoas procurarem o desporto paralímpico”

Eu acho que a visibilidade é fundamental, então é importante que as pessoas com deficiência queiram buscar o desporto e, para isso, ídolos são fundamentais, comunicação é fundamental. É importante que o desporto paralímpico seja visto como algo positivo e um caminho possível para as pessoas com deficiência. Toda a gente procura o desporto, pessoas com ou sem deficiência, normalmente por terem um ídolo naquela modalidade, daí a promoção destas figuras ser fundamental. Uma vez despertado o interesse é preciso ter programas efetivos estabelecidos para que se possa fazer com que a pessoa, seja ela criança ou alguém mais velho que tenha sofrido um acidente, tenha um caminho que possa percorrer desde a iniciação desportiva, a definição da modalidade e o desenvolvimento até chegar ao alto rendimento. São duas coisas muito importantes: a atração da pessoa com deficiência para o meio desportivo e, a partir daí, os caminhos e processos bem estabelecidos para que a pessoa possa depender do seu esforço, talento e interesse e ir galgando essa pirâmide do desenvolvimento desportivo.

Referiu recentemente que “qualquer pessoa que vá assistir pela primeira vez a uma competição de desporto paralímpico volta transformada”. Pode explicar como se dá este processo de transformação e quais os motivos?

Sem dúvida nenhuma existe uma transformação que acontece quando alguém assiste pela primeira vez a uns Jogos Paralímpicos ou até mesmo a uma competição nacional para atletas com deficiência. É algo difícil de explicar, mas é um efeito transformador porque a pessoa através da própria experiência acaba por mudar a sua perceção. Não é ninguém a dizer-lhe o que fazer ou como pensar. A partir da sua própria interação como espectador daquele evento desportivo, a prova em particular ou um atleta em específico, existe uma mudança na cabeça do espectador que percebe que as pessoas com deficiência podem fazer mais do que aquilo que ele inicialmente pensava. E isso muda a pessoa, não só no que diz respeito ao desporto. Percebe que a pessoa com deficiência pode desempenhar qualquer papel na sociedade, seja um papel profissional ou social, pode ser seu amigo ou alguém da sua família, e que o facto de ter deficiência é uma característica, não a define enquanto pessoa. Isso é fundamental, perceber a deficiência no contexto positivo que é o desporto. Essa transformação é muito efetiva, normalmente com as crianças acontece de uma forma mais forte e elas

carregam isso para o resto da vida. O desporto paralímpico tem um papel fundamental de transformar a sociedade do futuro, porque as crianças são os futuros tomadores de decisão, numa sociedade mais inclusiva e mais diversa, sendo que essas diferenças não devem apenas ser toleradas e respeitadas, elas devem ser valorizadas.

Uma temática sempre muito debatida no seio do movimento paralímpico é a classificação desportiva. O Comité Paralímpico de Portugal deu em 2018 um passo importante para o desenvolvimento desta questão através da promoção de cursos internacionais de classificação em várias modalidades, abertos a futuros classificadores nacionais e internacionais. Acredita ser este um exemplo do caminho a percorrer?

Quanto à classificação eu acredito que Portugal está no caminho certo. Desenvolver mais e melhores classificadores faz ter melhores profissionais, mais habilitados e que possam cometer menos erros e, assim, ter atletas portugueses classificados da melhor forma possível nas diferentes modalidades. Quanto mais se desenvolverem profissionais nessa área, mais se tornará eficiente o processo de transmissão de conhecimento sobre classificação, aspeto que é importante para o mundo externo. Quanto mais formos capazes de explicar os princípios de classificação, as classes de cada modalidade desportiva para o mundo externo, sem entrar na especificidade de cada classe ou no tecnicismo exagerado, melhor para que o movimento paralímpico entenda as nuances da classificação, os seus princípios e como funciona e perceba que é uma competição justa, equilibrada de acordo com a funcionalidade de cada atleta. Esse é um caminho fundamental, quanto mais e melhores classificadores melhor para o movimento paralímpico de cada país, então Portugal está a sair na frente neste aspeto.

Outra das iniciativas promovidas pelo CPP em 2018 foi a Cimeira decorrida em Braga que se constituiu como o primeiro passo para a criação da Associação de Comités Paralímpicos Nacionais de Língua Portuguesa. Tendo presenciado a fase embrionária do processo, como vê a criação desta Associação?

Eu penso ser fundamental que os Comités Paralímpicos cooperem mais entre si. Vejo que quanto mais os países possam colaborar, apoiar-se mutuamente, e criar pequenas comunidades dentro do desporto paralímpico internacional, melhor. Portugal promover essa Cimeira dos Comités Paralímpicos de Língua Portuguesa ajudou muito nesse sentido. Sabemos que Portugal e Brasil estão num nível mais avançado, Angola num patamar também bom, e os outros

países de língua portuguesa num nível muito abaixo no que concerne ao desenvolvimento do desporto paralímpico. É importante que possamos ter os países mais desenvolvidos a apoiar os menos desenvolvidos, para que cada NPC possa chegar ao seu próximo nível. Claro que o próximo nível do Comité Paralímpico da Guiné-Bissau é diferente do próximo passo do Comité Paralímpico do Brasil, por exemplo, mas é importante ter uma contínua evolução de cada um deles. Vejo que essas alianças, sejam elas por regiões, sub-regiões, culturas, ou idiomas, são muito positivas.



Os países de Língua Portuguesa têm naturalmente a intenção de marcar presença nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. A cerca de ano e meio da competição e após as visitas feitas ao local, como caracteriza o estado de evolução dos trabalhos ao nível das infraestruturas desportivas e extradesportivas em Tóquio?

Os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 estão a ter a sua preparação de uma forma muito tranquila. O Comité organizador de Tóquio 2020 é bastante sólido, coloca os Jogos Paralímpicos e Olímpicos no mesmo patamar de importância, o que nos dá muita confiança e tranquilidade para trabalhar com eles. Também existe um entusiasmo do setor privado e dos patrocinadores muito grande em relação aos Jogos Paralímpicos, a sociedade japonesa, o Governo, as televisões, existe um ambiente muito favorável para que tenhamos uns grandes Jogos em Tóquio 2020. O IPC não vê nenhum grande obstáculo no horizonte, apenas os desafios normais dos Jogos, então é importante aproveitarmos essas oportunidades. É importante realçar que temos grandes parceiros do Japão como a Toyota, a Bridgestone e a Panasonic, muito importantes para nós, e a oportunidade de ter os Jogos no país de origem dessas empresas é única e que temos que agarrar.

Referiu recentemente que estes serão uns Jogos Paralímpicos entusiasmantes, tecnológicos e capazes de envolver toda a comunidade mundial em torno do desporto paralímpico. Pelo contacto direto com os Comitês de todo o mundo e com os próprios atletas, que fatores acha que poderão tornar estes Jogos Paralímpicos os maiores de sempre?

Eu penso que em cada edição dos Jogos o movimento paralímpico evolui no que diz respeito à tecnologia dos equipamentos desportivos e de treino e também aos meios de comunicação. Cada vez conseguimos atingir mais e mais pessoas em todo o mundo. Temos com isso a possibilidade no Japão de ter resultados desportivos ainda mais espetaculares, com os meios de comunicação cada vez mais engajando a sociedade global. Eu acho que é uma continuação dessa evolução que temos sentido de uma maneira muito mais forte desde Pequim, passando por Londres e o Rio, continuando agora em Tóquio. É evidente que os NPCs estão-se a estruturar melhor, a nossa política de engajamento com os NPCs de forma individualizada tem surtido resultado, temos mais apoios dos governos dos países para com muitos NPCs. Acho que esta edição dos Jogos Paralímpicos tem potencial para ser a maior e também a melhor de todos os tempos.

De que forma o Presidente do IPC vive as emoções de uns Jogos Paralímpicos?

Essa é uma ótima pergunta. Nunca neguei que sou brasileiro, vivi 20 anos dentro do Comité Paralímpico do Brasil, então esses para mim vão ser uns Jogos diferentes em que não vou torcer por um país, vou torcer pelos Jogos. Poder-me dar ao luxo de vibrar com cada um dos 4350 atletas participantes, vou torcer por todos, é uma posição privilegiada porque sei o que significa cada vitória para cada país e para aquela comunidade, aquele NPC. Tenho muitos amigos no Comité Paralímpico do Brasil, muitos atletas que vi surgirem muito jovens e que estão ainda a competir, desejo-lhes todo o sucesso, mas por mais brasileiro que eu seja torço também pelo sucesso de cada atleta de cada país do mundo e pelo sucesso global dos Jogos. Vai ser uma experiência diferente, acho que vou trabalhar muito, divertir-me muito e emocionar-me muito durante esses Jogos.

Neste seu primeiro ano de mandato estabeleceu uma relação próxima com Portugal com algumas visitas ao nosso país. Podem os portugueses esperar pela realização de uma grande competição internacional de desporto paralímpico em território nacional?

Eu tenho um carinho enorme por Portugal, não só pela facilidade do idioma mas também pela forma como sempre

“Os Jogos serão um dos maiores eventos de transformação do mundo”

fui recebido no país. Tenho uma especial amizade com o Presidente do CPP, José Manuel Lourenço, com o Ministro da Educação, Tiago Brandão Rodrigues, e com todo o corpo do CPP, com diversos atletas, sempre que os encontro em competições internacionais são momentos muito alegres e de torcida mesmo. Portugal já recebe grandes competições, recebeu recentemente o Mundial de Judo, há algum tempo o Campeonato Europeu Aberto de Natação na Madeira, então Portugal se credencia a receber os maiores eventos do calendário desportivo mundial. Sempre que o fez, fez com uma qualidade técnica incrível, privilegiando o bem-estar dos atletas e a qualidade da competição, pelo que vejo Portugal com um potencial muito grande para receber qualquer competição paralímpica do planeta.

Falámos de inclusão, de igualdade, de superação dos atletas, de desenvolvimento e evolução. Como projeta o movimento paralímpico global daqui a 10/20 anos?

Projeto que daqui a 10/20 anos cada edição dos Jogos Paralímpicos vai ser um dos maiores eventos de transformação do mundo, não apenas um dos maiores eventos desportivos. Vai ser um evento influenciador da diversidade e inclusão nos quatro cantos do planeta, um evento que as pessoas vão esperar ansiosamente para ver pelos feitos desportivos, pela qualidade dos atletas, pela universalidade, mas também pelo efeito transformador que tem. Acredito que as pessoas a cada dois ou quatro anos vão esperar as transformações que virão com os Jogos Paralímpicos. Fazemos isso através do desporto, então o IPC vai ser cada vez mais uma grande prestador de serviços para a comunidade paralímpica internacional, um indutor de desenvolvimento. Eu vejo o IPC daqui a 10/20 anos com um papel muito mais de guarda-chuva, capaz de influenciar a mudança, ser indutor do crescimento regional, sub-regional e nacional dos países e continentes, mas também se vai tornar um evento pelo qual as pessoas vão aguardar ansiosamente pelas novidades e as mudanças que vão surgir após a sua realização nos diversos territórios. Vejo esse movimento muito grande, com uma presença muito grande na TV para além dos Jogos, penso que esse será o movimento que vamos ter daqui a 20 anos.



Fotografia 1, 3, e 6 Andrew Parsons **Fotografia 2 e 7** Andrew Parsons e José Manuel Lourenço **Fotografia 4** José Manuel Lourenço, Andrew Parsons, Tiago Brandão Rodrigues e João Paulo Rebelo **Fotografia 5** Cimeira dos Comitês Paralímpicos de Língua Portuguesa





TALENTOS

LANÇADO PARA O TOPO

Miguel Monteiro

Diz ser o melhor amigo do peso mas na altura do lançamento só o quer ver à distância, numa relação amor-ódio que o catapultou da sua baixa estatura para a glória internacional. Hoje com 18 anos, o rapaz “meio esquecido” de Mangualde não se esquece que está no treino a chave do sucesso. E se as medalhas vierem por acréscimo, “tanto melhor”.

O discurso é coerente, com traços da maturidade de quem aborda com seriedade a sua grande paixão. Miguel Monteiro tem apenas 18 anos de idade mas o seu percurso de vida fê-lo saber bem aquilo que quer. Tudo começou em 2014 quando lhe disseram que existia Atletismo para pessoas com baixa estatura. Experimentou e deixou-se encantar, no início de uma jornada de alegrias e conquistas.

“Eu sempre gostei de desporto e percebi logo que tinha até tinha jeito para o lançamento do peso. Comecei a lançar cerca de quatro metros, mas como fui evoluindo rapidamente

percebi que dava para competir.”

A adrenalina da competição era o principal incentivo para Miguel e ultrapassadas as etapas dos campeonatos regionais e nacionais, o jovem então com 15 anos queria mais. Até que a oportunidade apareceu.

Uma surpresa e o imprevisto

Foi de forma inesperada que surgiu a estreia internacional de Miguel Monteiro. “Não estava a contar ir”, conta Miguel, e a surpresa obrigou-o a uma solução de recurso. A competição era o Campeonato Europeu de Atletismo IPC 2016 realizado em Grosseto, Itália, e faltar à convocatória não era opção.

“Levei os livros para estudar porque tinha exames nacionais do 9.º ano nos dias seguintes à prova, até tive que regressar mais cedo que a comitiva para os fazer. Competir lá fora dá uma ‘pica’ diferente, foi muito saboroso, o início da minha carreira desportiva internacional.”



O resultado? A medalha de bronze com a marca de 8,41 metros, mas o melhor ainda estava para vir apenas uns meses mais tarde. Rapidamente a participação nos Jogos Paralímpicos do Rio 2016 passou de miragem a realidade e a "entrada no Engenhão – palco de todas as emoções – jamais será esquecida".

Em pleno Rio de Janeiro Miguel superou-se, bateu a sua própria melhor marca por três vezes e terminou a prova de lançamento do peso da classe F40 no quinto lugar. Foi "algo muito especial" até por ter sido o atleta português mais jovem de sempre a participar nuns Jogos Paralímpicos. O balanço só podia ser positivo e a grande experiência de representar Portugal ao mais alto nível, essa já ninguém lha tira.

O treino e a recompensa

A metodologia é simples, a fórmula eficaz. Miguel treina cinco dias por semana, entre o ginásio e o treino técnico na

pista, e garante que está aí a chave do sucesso. "É para dar o máximo em cada treino", garante assertivamente, porque "as competições são a imagem dos treinos". A relação é quase matemática, como as engenharias que pretende seguir no próximo ano letivo quando entrar para a faculdade. "Quanto mais me esforçar, mais longe consigo chegar. É nisso que penso todos os dias".

Esta filosofia guiou Miguel até ao Campeonato do Mundo de Londres em 2017 onde conquistou a sua primeira medalha em seniores com apenas 16 anos, "a mais especial" até ao momento. Por ter sido a primeira entre os melhores do mundo, por ter sido de prata, por ter sido conquistada no limite.

"Estava em quarto lugar a um centímetro do terceiro e a dois do segundo. Era o último lançamento. O meu treinador disse-me para arriscar tudo, fiz 9,86 metros e saltei para prata. Naquele momento foi a raiva pelo peso que me fez conseguir".

Para Miguel Monteiro a vida de um lançador é mesmo assim. "Somos muito amigos do peso, mas quando é para lançar é à distância", diz sorridente enquanto transpõe num ápice o discurso para as outras duas medalhas conquistadas. Ainda em 2017 a medalha de ouro no Mundial de Júniores surgiu com naturalidade e já em 2018 alcançou a prata no Campeonato Europeu de Atletismo, numa prova com sabor agriçoce. Miguel queria o ouro.

O orgulho da região

Cidade da Beira Alta com cerca de 7500 habitantes, Mangualde já não deixa passar desconhecido o jovem Miguel Monteiro. "Dizem-me que sou o orgulho da região e que estão felizes pelas minhas conquistas, eu como sou meio esquecido por vezes tenho que perguntar à minha mãe quem são as pessoas", confessa com humildade.

Percalços de um valor confirmado e ainda em ascensão, segundo do ranking mundial de 2018 com a marca de 10,32 metros. "É possível chegar aos 11 metros", garante com a certeza de quem trilha o seu caminho passo a passo rumo ao topo incontestado. "Quero continuar a bater os meus recordes pessoais e se vierem por acréscimo as medalhas, tanto melhor". E os portugueses agradecem.

HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO

O MUNDO DE CARLA

Carla Oliveira

Carla era uma criança como tantas outras. Entre corridas e saltos, as quedas e perdas de equilíbrio tornaram-se constantes e a dúvida cresceu. O que seria? Aos 10 anos viu diagnosticada uma doença rara, aos 15 a cadeira de rodas foi inevitável. Caiu na angústia da revolta, reinventou-se pela ambição de viver e o Boccia apresentou-a a novos desafios.



As brincadeiras de qualquer criança faziam parte do quotidiano de Carla Oliveira. Apaixonada pela liberdade que a atividade ao ar livre transmite, a pequena Lu, como a mãe a trata com carinho, começou a ser condicionada pelo próprio corpo logo aos oito anos. “Tinha muitas quedas, perdia o equilíbrio com facilidade”, conta-nos Carla. Foram muitos os médicos consultados e aos 10 anos a distrofia muscular das cinturas foi dada como certa.

O caminho era irreversível, a consciencialização revelou-se lenta. Só aos 12 anos Carla começou “a perceber o que significava ter esta doença e o que ela ia tirar”. Surgiu então a revolta, a angústia e “momentos de muita tristeza” que jamais serão esquecidos. As perguntas ecoavam sem respostas: “Porquê eu? Às vezes parece que o universo conspira contra nós”.

A filha perfeita

Carla aborda esta fase da sua vida sem rancor e com a gratidão por quem a acompanhou bem espelhada na voz. “Mais difícil

foi para os meus pais, perceberem que a filha perfeita já não existia e que tinha uma malformação associada”. O processo foi longo e doloroso, mas um novo revés precipitou-se aos 14 anos, pouco antes de ser obrigada a estar em permanência na cadeira de rodas. Um momento que mudou para sempre a sua vida.

“A dada altura cansei-me de chorar. Percebi de tinha duas escolhas: continuar nesta revolta e andar de mal com o mundo ou arregaçar as mangas e ir à luta porque há muito mais para conquistar. Optei por adotar uma nova atitude perante as circunstâncias, foi uma decisão muito importante na minha vida”.

Amor ao segundo encontro

A opção de encarar a vida noutra perspetiva abriu novos horizontes a Carla Oliveira que ainda com 14 anos foi apresentada ao Boccia pelo clube do seu coração, o FC Porto. Experimentou mas não gostou, a modalidade era “demasiado calma e exigente ao nível da concentração”.



Fotografias Jorge González Marqués

PALMARÉS

Open Mundial BISFed, 2015
Pares BC4 – Ouro

Campeonato da Europa BISFed, 2017
Pares BC4 – Ouro

Open Regional BISFed, 2017
Pares BC4 – Ouro

Open Mundial BISFed, 2017
Pares BC4 – Bronze

As prioridades da já adolescente Lu eram outras por esta altura e, até porque “os médicos apenas sugeriram fazer fisioterapia de manutenção”, prosseguiu a sua vida por outros caminhos.

Mas o destino voltou a encaminhá-la para o desporto e aos 20 anos percebeu que “o mundo do Boccia tem muito mais que atirar bolas”. Começou a praticar por lazer, o “bichinho foi crescendo” e passados dois anos sentiu a necessidade de treinar mais, de alcançar títulos. A entrada para a competição voltou a transformar a vida de Carla e o Boccia, inesperadamente, foi o par perfeito para o que de melhor o futuro lhe traria.

“O desafio constante, o treinar para ser melhor, o querer sempre mais títulos, é quase um vício. Envolveu-me de tal forma que hoje não consigo dissociar a minha vida do Boccia, os meus objetivos desportivos são também objetivos pessoais”.

Um percurso natural

A partir daqui o caminho foi-se desenvolvendo com naturalidade. O ano de 2015 trouxe-lhe a primeira participação internacional com as cores nacionais logo com uma medalha de ouro, mas o melhor ainda estava para vir. Em 2016 a participação nos Jogos Paralímpicos do Rio foi a transposição para a realidade de algo que “não achava ser possível” e, garante, “quando vamos uma vez só queremos ir outra e outra”.

No “incrível” ano de 2017 Carla conquistou o lugar mais alto do pódio no Campeonato da Europa e não esquece “o orgulho tremendo que é sermos o motivo de tocar o hino nacional”, numa retrospectiva feita da ambição de quem quer muito mais.

“Eu não estava à espera daquilo que o Boccia me deu. Eu não entrei para o Boccia a pensar que ia ter as oportunidades que tive e que ia chegar onde cheguei. Tem um sabor mais delicioso quando realmente nos envolvemos com o desporto e nos vamos sentindo cada vez mais realizados”.

Vida para além do desporto

O Boccia é o centro do mundo de Carla, lugar inspirador que não se encerra no desporto. A jovem hoje com 30 anos é licenciada em Educação Social, mestre em Ciências da Educação e atualmente responsável pela área social de desporto adaptado do FC Porto, num verdadeiro exemplo de superação e vontade de ir cada vez mais além. O segredo, esse, é mais simples do que possa parecer.

“O mais importante é a atitude que temos perante a vida, sair da zona de conforto e ir abraçar outros desafios. Se me dissessem que eu ia passar por isto, eu diria que não ia ter força. Nós temos a capacidade de nos reinventarmos em nós próprios e dar a volta às situações e foi isso que eu fiz com a minha vida”.



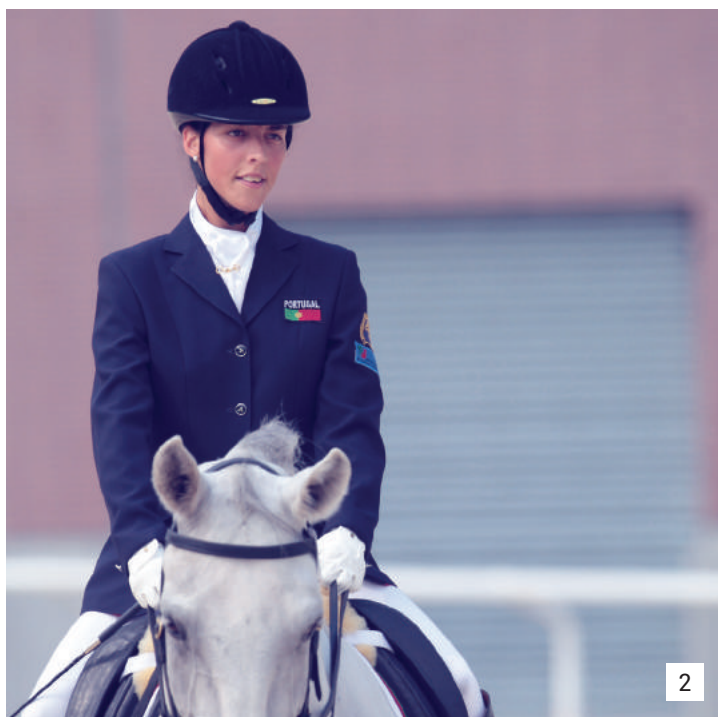
1

MODALIDADE

- Modalidade Paralímpica desde 1996 (Atlanta), sempre em exclusivo na disciplina de Paradressage. Primeira participação portuguesa paralímpica na modalidade decorreu em Beijing 2008 por Sara Duarte.
- Picadeiros com dimensão mínima de 60 metros x 20 metros como locais de treino e competição.
- Cada cavaleiro compõe o par competitivo com um cavalo em particular, já que a ligação entre ambos é fundamental para o sucesso desportivo.
- Cavaleiros exibem-se nas arenas de competição com exercícios a passo, trote e galope médio. A elegância, técnica e precisão da execução dos exercícios são os fatores fundamentais para a pontuação.
- Em termos competitivos, a Paradressage engloba três vertentes, cada uma delas incluída no calendário paralímpico de Tóquio 2020 em 11 eventos medalháveis:
 - **Testes Individuais** Evento aberto a todos os cavaleiros, com entrega de prémios por classe. Cada cavaleiro cumpre um protocolo com 20 exercícios específicos pontuados individualmente de zero a dez que dão origem a uma percentagem final referente à pontuação.
 - **Testes por Equipas** Evento aberto a equipas nacionais de cavaleiros dosos Graus I, II e III (no máximo podem existir dois cavaleiros do mesmo grau), com entrega de prémios com base no resultado global. Sistema de exercícios por protocolo semelhante à vertente individual.
 - **Testes Livres** Em Jogos Paralímpicos este é um evento exclusivo aos oito primeiros classificados individuais de cada Grau, com entrega de prémios por classe. Cavaleiros têm que cumprir um número obrigatório de exercícios protocolados mas podem exibir outros à sua escolha. Prova acompanhada por música, sendo a nota final atribuída em função das vertentes técnica e artística.

DESPORTO À LUPA

EQUESTRE



Fotografia 1 e 4 Ana Mota Veiga,
Jogos Paralímpicos Rio 2016

Fotografia 2 e 3 Sara Duarte,
Jogos Paralímpicos Londres 2012

CLASSIFICAÇÃO

♦ **Grau I** Atletas com deficiências severas de todos os membros e fraco controlo do tronco que geralmente obrigam à utilização de cadeira de rodas na vida diária.

♦ **Grau II** Atletas com controlo do tronco severamente reduzido e deficiências mínimas ou moderadas nos membros superiores ou atletas com deficiências moderadas nos membros superiores e inferiores e no tronco. A maioria dos cavaleiros desta classe usa cadeira de rodas no quotidiano.

♦ **Grau III** Atletas com capacidade muito limitada dos dois membros inferiores e um bom equilíbrio do tronco ou atletas com limitações mais ligeiras nos membros superiores e inferiores com controlo reduzido do tronco. Alguns cavaleiros desta classe usam cadeira de rodas na vida diária.

♦ **Grau IV** Atletas capazes de caminhar mas com deficiências severas nos dois braços, deficiências moderadas nos quatro membros ou baixa estatura. Classe que também inclui atletas invisuais.

♦ **Grau V** Atletas com deficiente amplitude de movimento ou força muscular, deficiências em um dos membros ou deficiências ligeiras nos dois membros. Além disso, cavaleiros com visão reduzida ou campo visual restrito competem neste grau.



A MINHA HISTÓRIA

O SORRISO DE VENCER

Daniel Videira

Começou a nadar logo aos dois anos e nunca mais parou. Ingressou na competição quando se tornou maior de idade e em 2018 trouxe para Portugal duas medalhas no Europeu. Esta é a história de Daniel Videira, o jovem bem-disposto que coloca todas as suas energias no objetivo de Tóquio 2020.



Daniel tinha apenas dois anos quando os pais o introduziram à ambientação ao meio aquático. A paralisia cerebral já lhe afetava os movimentos desde o nascimento, mas a paixão pela água corria-lhe nos genes e "a partir daí foi sempre a nadar". Aos seis anos ingressou na GesLoures, sua casa desportiva até aos dias de hoje e que o catapultou para outros patamares.

"Aos 18 anos por acaso assisti a um treino livre com o meu atual

treinador Carlos Mota e o meu colega de treino David Grachat. Foram eles que nessa altura me incentivaram a passar para a competição, eu encarei o convite como algo muito sério que quero para a minha vida".

O jovem Daniel seguiu então as pisadas dos irmãos que também foram nadadores de competição, adotando o ritmo característico do alto rendimento composto por 9/10 treinos



de água e 4/5 treinos de ginásio por semana. Os treinos, aliados à necessidade de comer e descansar bem, podem ser considerados "um emprego a tempo inteiro". Mas "quem corre por gosto não cansa" e Daniel – apesar de admitir que esta rotina "cansa um bocadinho" – garante que não se arrepende nem por um segundo.

A ambição internacional

Nadar em competições nacionais cedo deixou de ser suficiente: Daniel queria nadar além-fronteiras. Alguns problemas de saúde não lhe permitiram alcançar este objetivo "tão cedo quanto queria", mas a glória veio em 2017 na sua primeira participação em grandes competições internacionais. O Campeonato da Europa de Dublin deu-lhe uma medalha de prata nos 400 metros livres e o bronze nos 100 metros livres no superar até das próprias expectativas.

"O Europeu foi muito especial, um momento que eu esperava há muito tempo. A oportunidade de estar ali a competir com os melhores da Europa foi incrível. Achava que era possível uma medalha nos 400 metros, a minha especialidade, mas não a prata. A de bronze nos 100 metros foi ainda mais inesperada!"

Apesar de a prova ter sido um bom indicador para o futuro, Daniel sabe que tem que "melhorar muito" para conquistar uma medalha nos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. Agora com 27 anos, o jovem lisboeta acredita que em pleno "pico de forma" tem capacidade para baixar os seus tempos e alcançar essa meta em terras nipónicas.

A segunda faceta

A Natação é a paixão assumida de Daniel Videira e a sua prioridade, fator que não o impediu de trilhar uma carreira na área das ciências farmacêuticas. Tirou a licenciatura e chegou a exercer numa farmácia em Lisboa durante dois anos, até perceber que "ia ser difícil conciliar esse emprego com a participação ao melhor nível nos Jogos". A escolha não suscitou d vidas para Daniel, que substituiu o trabalho na farmácia pelo Mestrado em Farmacologia Aplicada.

Hoje divide a sua vida entre a piscina, o ginásio e a faculdade e quem o v  facilmente o reconhece pelo constante sorriso nos lábios. "Costumam dizer que eu estou sempre bem-disposto", confessa Daniel com uma certeza: "Encarar a vida com boa disposição torna tudo muito mais fácil".

Palmar s

Campeonato da Europa Dublin 2018

400 metros livres S6 – Prata

100 metros livres S6 – Bronze

Ranking Mundial 2018

3.É nos 400 metros livres S6

3.  nos 100 metros livres S6

AGENDA

PARA TODOS OS GOSTOS

Do Judo ao Atletismo, passando pelo Badminton, Boccia, Natação, Triatlo, Ciclismo ou Canoagem, muita será a ação desportiva de março a maio de 2019. Espaço ainda para o regresso do Dia Paralímpico e dos Cursos de Classificação Desportiva, os primeiros de um ano que promete.



MARÇO

10

Campeonato Internacional de Judo

Tóquio, Japão

14 - 17

Campeonato do Mundo de Atletismo Pista Coberta de Surdos

Talinn, Estónia

15

Seminário Classificativo Andebol CR

Leiria, Portugal

16 - 22

Curso de Classificação Ténis de Mesa

Costa Brava, Espanha

26 - 31

Torneio Internacional Badminton

Antalya, Turquia

26 - 1 ABRIL

Open Regional de Boccia

Croácia

28

Dia Paralímpico UTAD

Trás-os-Montes, Portugal

30

Open Internacional de Judo

Heidelberg, Alemanha

ABRIL

2 - 7

Torneio Internacional de Badminton

Dubai, EAU

23 - 28

World Series de Natação

Glasgow, Escócia

27 - 4 MAIO

Campeonato do Mundo de Triatlo

Pontevedra, Espanha

27 - 28

Torneio Internacional de Badminton

Kampala, Uganda

28

Taça do Mundo de Maratona IPC

Londres, Inglaterra

28 - 5 MAIO

Open Mundial de Boccia

Montreal, Canadá

MAIO

3 - 13

Torneio Internacional de Tiro

Hannover, Alemanha

8 - 12

Taça do Mundo de Ciclismo

Corridoni, Itália

13

Grand Prix Internacional de Judo

Bacu, Azerbaijão

15 - 19

Taça do Mundo de Ciclismo

Oostend, Bélgica

15 - 17

Dia Paralímpico Nacional

Castelo Branco, Portugal

23 - 24

Campeonato da Europa de Canoagem

Posnan, Polónia



MAIO

15 - 17

**Dia Paralímpico
Castelo Branco 2019**

MAPEAR A INCLUSÃO

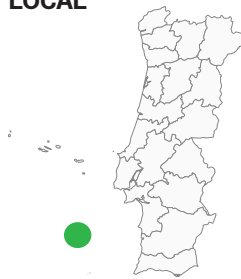
Clube Desportivo "Os Especiais"

O Clube Desportivo "Os Especiais" teve a sua fundação em fevereiro de 2002 e dedicou-se desde o primeiro momento ao fomento da prática desportiva por pessoas com deficiência. Sediados no Funchal e detentores do estatuto de Instituição de Utilidade Pública desde 2007, "Os Especiais" têm atualmente 77 atletas distribuídos pelas modalidades de Atletismo, Basquetebol, Futsal, Futebol 7 e Ténis de Mesa na área da deficiência intelectual, para além de Basquetebol em Cadeira Rodas e Boccia.

O trabalho de excelência desenvolvido pelo Clube Desportivo "Os Especiais" é amplamente reconhecido na região e tem também colhido os seus frutos a nível nacional e internacional no que concerne a resultados desportivos. A equipa feminina de Basquetebol da área intelectual, por exemplo, já se sagrou campeã nacional por oito ocasiões. Por outro lado, são muitos os atletas que têm alimentado as Seleções Nacionais da Associação Nacional de Desporto para a Deficiência Intelectual (ANDDI) em competições internacionais.

O grande marco desportivo do Clube Desportivo "Os Especiais" ficou registado na história pela participação dos atletas Alcides Fernandes e Lino Rodrigues nos Jogos Paralímpicos Sidney 2000 e Atenas 2004, respetivamente, na modalidade de Basquetebol do ramo intelectual. O percurso d'"Os Especiais" prolonga-se até aos dias de hoje com o envolvimento em eventos como foi o Dia Paralímpico Funchal 2018 e, essencialmente, por ter sempre as portas abertas a todas as pessoas com deficiência que queiram praticar desporto.

LOCAL



Fotografia 1 Alcides Fernandes **Fotografia 2** Equipa de Basquetebol em Cadeira de Rodas **Fotografia 3** Lino Rodrigues, Atenas 2004

PROGRAMA **BOLSAS** **DE EDUCAÇÃO** **JOGOS SANTA CASA**

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.

+ de 107 mil euros
39 bolsas atribuídas a 24 atletas
de 5 modalidades



COMITÉ
PARALÍMPICO
PORTUGAL



PATROCINADOR PRINCIPAL

JÁ CONHECES
A NOSSA NOVA
MORADA?

PARALIMPICOS.PT



Patrocinador Principal



Parceiros



Parceiros Institucionais



Patrocinadores Oficiais



Parceiros Pro Bono



Media

