



PARALÍMPICOS

REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

06.2025



paralimpicos.pt

EPYG – JOGOS EUROPEUS DA JUVENTUDE

p. 2 e 3

MISSÃO PORTUGUESA parte com ambição e confiança

COMPETIÇÃO REALIZA-SE DE 21 A 28 DE JULHO, EM ISTAMBUL



EDITORIAL

Carlos Lopes
Secretário-geral
do Comité
Paralímpico
de Portugal



DESporto: INCLUSÃO E DESENVOLVIMENTO

A prática de atividade desportiva é, para qualquer criança ou jovem, via essencial de desenvolvimento físico, emocional e social. Para crianças e jovens com deficiência, essa prática assume importância ainda mais profunda, sendo simultaneamente um instrumento de reabilitação, inclusão e empoderamento. Infelizmente, hoje ainda subsistem barreiras — físicas, sociais e atitudinais — que limitam o acesso destas crianças ao desporto. Mas os benefícios são claros e amplamente reconhecidos: melhoria da coordenação motora, aumento da autonomia, reforço da autoestima e promoção de uma plena inclusão social.

Ao promover a participação ativa no desporto, estamos também a combater estigmas e a construir uma sociedade mais equitativa, na qual a diferença não é vista como obstáculo, mas como parte da riqueza humana. É pois imperativo continuar a criar oportunidades, a investir em formação especializada e a sensibilizar a comunidade educativa e desportiva para a importância de práticas verdadeiramente inclusivas. Cada criança tem o direito de brincar, competir, crescer — e o desporto é o palco onde esses direitos ganham vida.

O Comité Paralímpico de Portugal tem clara consciência destas premissas e, nesse sentido, irá promover no dia 11 de outubro, em Matosinhos, O Dia Paralímpico Jovem, dando às crianças e jovens com deficiência a oportunidade de experienciar, de forma divertida, modalidades dos programas paralímpico e surdolímpico.

Estou convicto de que vós, pais e educadores, reconhecem a importância e os benefícios da prática desportiva regular por parte dos vossos filhos ou educandos e, por isso, permitam-me que os desafie a, no dia 11 de outubro, fazer um esforço para deixar o telemóvel de lado e o sofá para trás e para se juntarem a nós neste evento que, estamos certos, será inspirador e memorável!

“O meu objetivo é revalidar a medalha de ouro na corrida por pontos”

ANDRÉ SOARES

“Quero sempre dar o meu melhor e representar bem Portugal. Espero conseguir um lugar no pódio”

FRANCISCO LARANJEIRA

À CONQUISTA DE TÓQUIO



CICLISTA E FUNDISTA PREPARAM PARTICIPAÇÃO NOS JOGOS SURDOLÍMPICOS EM NOVEMBRO

p. 5 a 9

BOLSAS SANTA CASA

João Mota de Sousa continua a ser caso único na história do programa

p. 10



PARIS 2024

Livro com as melhores imagens apresentado a 11 de julho

p. 4



DIA PARALÍMPICO JOVEM

Matosinhos recebe evento no dia 11 de outubro

p. 12



MENSAGEM

Daniel Videira
Vogal
do Comité
Paralímpico
de Portugal
e Chefe
de Missão
aos EPYG



O FUTURO DO DESPORTO PARALÍMPICO COMEÇA AQUI

De 21 a 28 de julho, 27 jovens atletas portugueses vão competir nos Jogos Europeus da Juventude, em Istambul. Para muitos, será a primeira vez a representar Portugal além-fronteiras, a vestir a camisola nacional, a ouvir o seu nome anunciado e a sentir a adrenalina antes de uma prova.

Sei bem o que isso representa. Na minha estreia, no Campeonato da Europa de Natação, em Dublin, vivi o nervosismo, a ansiedade, a frustra o de não competir naquela que seria a minha prova de estreia e a alegria de, quando finalmente entrei em a o, me superar e subir ao pódio. O desporto ensina-nos precisamente isso: a lidar com as adversidades, a esperar pela próxima oportunidade e, sobretudo, a nunca baixar os braços. Muito mais importante do que os resultados, foram as aprendizagens, os amigos feitos e a certeza de que era ali, no desporto, que queria continuar.

Os Jogos Europeus da Juventude são isso mesmo: um espaço privilegiado de crescimento, de descoberta e de partilha. Mais do que resultados, o que realmente importa nestas provas   o que se aprende, o que se sente e as memórias que se guardam para sempre. Ficam as histórias, os laços, os momentos de supera o e o orgulho de vestir as cores de Portugal. Estes jovens são a fôrça que impulsiona o futuro do desporto paralímpico nacional. Que tragam de Istambul mais do que medalhas: tragam inspira o e vontade de continuar a sonhar!

PORTUGAL EM ROTA PARA ISTAMBUL

A vibrante Istambul, a maior metrópole da Turquia, prepara-se para receber, entre 21 e 28 de julho, os Jogos Europeus da Juventude (EPYG), já uma referência incontornável no calendário desportivo paralímpico europeu e que reúne atletas dos 12 aos 23 anos com deficiência, não apenas para uma competi o de alto nível, mas igualmente para uma celebra o da inclusão, da diversidade funcional e do espírito desportivo. Os EPYG são, pois, muito mais do que uma competi o, são uma plataforma para inspi-

rar, educar e capacitar a próxima gera o de atletas paralímpicos europeus.

A edi o deste ano, a 7. , destaca-se, logo   partida, pelo número recorde de modalidades, nove — atletismo, basquetebol em cadeira de rodas, boccia, goalball, judo, nata o, taekwondo, t nis de mesa e tiro com arco —, estimando-se a presença de 1500 atletas de 35 países, acompanhados por treinadores e oficiais, um salto significativo face aos 415 atletas de 28 países que em 2022 marcaram presença em Paju-

lahti, na Finlândia, sinal de um crescimento sustentado deste evento desde a sua primeira edi o, em 2011.

Portugal chega às margens do B sforo com uma comitiva robusta e entusiástica de 27 atletas que já mistura experiência com o ímpeto e a frescura que caracteriza os talentos emergentes. Trata-se de uma gera o em ascensão com a ambi o de crescer, aspirar e jogar, fiel ao lema dos EPYG 2025 — *Grow. Aspire. Play*. Refira-se que a representa o portuguesa estará presente em

quatro modalidades paralímpicas, atletismo, basquetebol em cadeiras de rodas, Boccia e t nis de mesa.

Na edi o anterior, a Sele o Nacional conquistou 12 medalhas — oito de ouro, duas de prata e duas de bronze —, mais uma do que em 2019, quando ganhou quatro de ouro, outras tantas de prata e tr s de bronze. Para este ano, o objetivo da delega o lusa   não só aumentar o número de pódios, mas também, e sobretudo, potenciar os jovens talentos nacionais.

Foto D. R.



Para além da competi o

Um dos grandes destaques dos EPYG   o Discovery Programme, iniciativa que vai muito além da vertente competitiva. Este programa foi criado com o objetivo de proporcionar aos atletas e treinadores uma experiência formativa enriquecedora, através de workshops, sessões informativas e atividades educativas centradas em temas fundamentais para o crescimento pessoal e desportivo.

Entre os temas a abordar destacam-se o desporto limpo e  tico, a compreensão da classifica o funcional, a promo o

da saúde física e mental, o bem-estar geral do atleta e o planeamento de carreira a longo prazo. Contempladas estão também sessões dedicadas ao apoio e   informa o para membros e treinadores no âmbito de projetos Erasmus+.

Para os jovens atletas lusos, esta   uma oportunidade única de adquirir conhecimentos e ferramentas que os acompanharão ao longo de todo o seu percurso, dentro e fora das arenas de competi o, contribuindo para uma forma o mais completa e consciente.

CURIOSIDADES

Portugal esteve entre os finalistas   organiza o dos EPYG 2025, tendo perdido a corrida para Istambul, mas demonstrando a crescente capacidade organizativa do país no panorama europeu do desporto paralímpico.

O evento terá um programa educativo paralelo, o Discovery Programme, que visa desenvolver competências dentro e fora das arenas de competi o, promovendo valores como inclusão, liderança e  tica desportiva.

Esta será a primeira edi o a incluir nove modalidades oficiais, refletindo o crescimento e a diversifica o do desporto paralímpico jovem na Europa.



A evolu o do número de modalidades e de países participantes reflete o crescimento do movimento paralímpico jovem na Europa: em 2011, participaram apenas 13 países, em 2025, serão 35.

Os EPYG têm servido de plataforma de lançamento para atletas que, anos depois, se destacam em Jogos Paralímpicos e Campeonatos do Mundo, tornando o evento um verdadeiro laboratório de talentos.

FAZEMOS A DIFERENÇA NA VIDA DAS PESSOAS



f i n @adp.aguasdeportugal www.adp.pt



PUBLICIDADE

Desafios e perspetivas

A delegação portuguesa enfrentará uma concorrência cada vez mais forte, sobretudo de países como Itália, Espanha e Alemanha, habituais dominadores do quadro de medalhas. A aposta nacional em modalidades como o atletismo e o boccia tem dado frutos, com jovens atletas a atingir marcas de referência e a conquistar pódios em provas internacionais,

desafiando, assim, os mais fortes. Além do aspeto competitivo, a participação portuguesa nos EPYG 2025 será também uma oportunidade para consolidar redes de cooperação, partilhar boas práticas e potenciar o desenvolvimento do desporto adaptado em Portugal, tanto a nível de formação como de inclusão social.

Laboratório de desenvolvimento

Mais do que uma competição, os EPYG são um verdadeiro laboratório de inclusão social e desenvolvimento desportivo. Para muitos jovens atletas, é a primeira experiência a representar o seu país num contexto internacional. Para as famílias e treinadores é uma oportunidade única de observar o crescimento técnico e emocional dos seus atletas.

Em paralelo, o evento promove intercâmbio cultural, reforço da autoestima e uma maior sensibilização para a importância do desporto para pessoas com deficiência. O Comité Paralímpico de Portugal tem sublinhado que o investimento nos jovens é um investimento no futuro do desporto paralímpico nacional e os EPYG são palco perfeito para aferir os resultados desse trabalho.

Com um projeto estruturado, focado no longo prazo e em



valores que vão muito além do pódio, a delegação portuguesa está pronta para levar à Turquia o melhor do desporto paralímpico jovem nacional. Sem dúvida, um momento de orgulho e de esperança na construção de um caminho sólido rumo a um futuro onde o talento, a determinação e a inclusão caminham lado a lado.

Um palco de excelência

O Cebeci Sports Complex, localizado no coração de Istambul, será o centro das competições. Com uma área de aproximadamente 85 mil metros quadrados, este complexo moderno oferece infraestruturas de topo para acolher todas

as modalidades num único local. Esta centralização permitirá uma logística eficiente e proporcionará aos atletas uma experiência imersiva, fomentando o espírito de comunidade e partilha entre os participantes.

Foto IBBSK



CONHEÇA A MISSÃO PORTUGUESA

OS ATLETAS E STAFF

Atletismo



Atletas

António Santos
Daniel António
Caio Rocha
Tatiana Couto
Leandro Freitas
Leonardo Silva
Mariana Silva
Mónica Silva
Tiago Ramos

Treinadores

António Fonseca Antunes
Marco Neto
Paulo Borges

Oficial

José Silva

Ténis de Mesa



Atletas

Santiago Pereira
Eurico Silva
Mário Bastardo

Treinador

Leonel Silva

Basquetebol em Cadeira de Rodas



Atletas

João Trigueiros
Simão Pimenta
Nuno Nogueira
Pedro Gomes

Afonso Tavares
Tomás Amaral
Diogo Ferrás
João Pedro Castro

Treinadores

Ricardo Vieira

José Pereira

Boccia



Atletas

Francisco Gouveia
Leonor Lopes
Catarina Monteiro
Alice Moreira

Luís Costa
Carlos Sousa
Rafael Viriato

Assistentes

Jorge Fernandes
Sílvia Lopes
Filipa Pereira
Ezequiel Moreira

Afonso Costa
Margarida Moreira
Ana Paula Santos

Treinadores

Rodrigo Jerónimo

Rui Diogo Rebelo

Equipa Médica

Ana Lúcia Pereira
Médica

Maria Inês Costa
Fisioterapeuta

Luís Lourenço
Fisioterapeuta

Staff CPP

Inês Viegas
Staff

David Videira
Chefe de Missão

PUBLICIDADE

Allianz

#1 de novo!

Somos a melhor marca de seguros do mundo pelo 6º ano consecutivo.

Seguradora registada na ASF com o código 1028.

Best Global Brands 2024

CPP lança livro com as melhores imagens de Paris 2024

O Comité Paralímpico de Portugal (CPP) apresenta no próximo dia **11 de julho**, às **18.30 horas**, na **FNAC do centro comercial Alegro Alfragide**, o **livro fotográfico oficial da participação portuguesa nos Jogos Paralímpicos Paris 2024**. Esta edição especial reúne as **melhores imagens** da missão paralímpica nacional, celebrando os feitos dos **25 atletas** que representaram Portugal nesta prestigiada competição mundial. Dando continuidade ao registo histórico já realizado em edições anteriores, esta publicação distingue-se **pela qualidade visual** e documental, com **fotografias de António Borga e António Pedro Santos**, dois dos mais reconhecidos fotojornalistas portugueses



na cobertura de grandes eventos desportivos.

O livro integra ainda momentos marcantes das **cerimónias de abertura e encerramento**, bem como retratos emotivos e inspiradores que captam a entrega, a superação e o espírito de equipa dos atletas portugueses ao longo da competição. Em destaque está também o **prefácio assinado pelo Presidente da Assembleia da República**, José Pedro Aguiar-Branco, sublinhando o reconhecimento institucional pelo papel transformador do movimento paralímpico.

O livro fotográfico dos Jogos Paralímpicos Paris 2024 é uma edição de colecionador, que perpetua em imagem o legado de excelência e determinação dos nossos atletas.

UM PERÍODO DE CONQUISTAS

Os últimos meses foram marcados por desempenhos notáveis de atletas paralímpicos em várias modalidades, com resultados expressivos em competições internacionais. Revisitamos alguns dos momentos mais marcantes deste período.

Badminton

Em maio, Diogo Daniel e Beatriz Monteiro participaram no 6.º Fazza Dubai e no Bahrain Para Badminton International. Nos Emirados Árabes Unidos, Beatriz conquistou a **medalha de ouro** em SU5 e dias depois, em Riffa, arrecadou a **prata** em singulares SU5 e o **bronze** em pares mistos. Neste torneio, Diogo Daniel garantiu a **medalha de bronze** na categoria de singulares SL4.

Boccia

A Seleção Nacional teve um desempenho de excelência no World Boccia Challenger, realizado em maio, em Pajulahti, na Finlândia, ganhando **um total de seis medalhas** nas provas individuais — duas de ouro (David Araújo, BC2; Diogo Castro, BC3),



Norberto Mourão sagrou-se campeão da Europa de 200 metros em VL2

uma de prata (Joana Pereira, BC3) e três de bronze (André Ramos, BC1; Ana Correia, BC2; Carla Oliveira, BC4) — e outras três na competição por equipas (ouro BC1/2 e BC4, bronze em BC3). Não menos brilhante foi o desempenho da Seleção no Campeonato do Mundo Jovem, que decorreu em Curitiba, no Brasil. No Paraná, os jovens talentos portugueses **conquistaram quatro medalhas de ouro** (Francisco Gouveia, BC1; David Araújo, BC2; Diogo Castro, BC3; equipas BC1/2) e **três de bronze** (Alice Moreira, BC3; equipas BC3 e BC4), demonstrando a força da nova geração do boccia.

Canoagem

Norberto Mourão sagrou-se **campeão europeu de 200 metros em VL2** nos Campeonatos da Europa de velocidade, que decorreram em Racice, na República Checa. O canoísta luso já tinha conquistado a **medalha de bronze** na prova de 200 metros VL2 na Taça do Mundo de Velocidade, que decorreu em Poznan, Polónia.

Ciclismo

Telmo Pinão (C2) e Flávio Pacheco (H4) participaram em duas etapas da Taça do Mundo. Na Bélgica, Pinão foi 19.º no contrarrelógio e 11.º na prova de

fundo; Pacheco foi 15.º e 21.º, respetivamente. Em Maniago, Itália, Pinão terminou 15.º no contrarrelógio e 9.º na prova de fundo; Pacheco foi 10.º e 8.º.

Lançamento do Peso

Miguel Monteiro continua a destacar-se no lançamento do peso F40. Em junho, conquistou **ouro no Grand Prix de Paris** com 11,09 metros. Dias depois, **voltou a vencer em Tunis**, com a marca de 10,72 metros.

Natação

Marco Meneses (S11) foi nadar no Para Swimming World Series, em Paris. Na final B dos 100m costas terminou no 2.º lugar, com o tempo de 1:09,82 minutos, a final A dos 400m livres concluiu-a em 7.º lugar, com 4:50,31 minutos. A final B dos 100m livres foi terminada em 1:00,71 minutos, tempo que lhe valeu o 3.º lugar. Já na final B dos 200m estilos ficou no 4.º lugar, com 2:39,00 minutos.

Triatlo

Filipe Marques, da classe PTS5, conquistou **bronze** na 3.ª etapa do Circuito Mundial, em Taranto, com 1:02,37 horas. Em Besançon, **sagrou-se vice-campeão europeu** (1:03,43 h).

LA28 acelera



A pouco mais de três anos dos Jogos Paralímpicos de LA28, a cidade já vive o espírito de superação e inclusão. O Comité Organizador promete uma edição histórica, centrada na sustentabilidade e inovação. As competições decorrerão num raio de 56 km, reduzindo deslocamentos. Todos os atletas ficarão na mesma Vila, localizada no campus da Universidade da Califórnia, promovendo o espírito de comunidade. LA28 deverá contar com 4400 atletas e estabelecerá novos recordes de paridade de género, com 45% das vagas para mulheres - mais 107 do que em Paris. A abertura será a 15 de agosto, no Sofi Stadium, em Inglewood, o encerramento terá lugar no mítico Coliseum a 27 de agosto. Esta será a primeira vez que LA sediará os Jogos Paralímpicos.

CPP anfitrião de ação de formação internacional

O Comité Paralímpico de Portugal (CPP) acolheu, em junho, a formação internacional "Special Sport Vocational Education and Training", parte de um projeto cofinanciado pela União Europeia (Erasmus+ Desporto) e coordenado pelo Governo da Roménia, em parceria, também, com a Agência Nacional do Desporto da Roménia e a alemã TAFISA.

O objetivo da ação visou reforçar as competências de treinadores na área do desporto para pessoas com deficiência,

contribuindo ainda para potenciar programas mais inclusivos e sustentáveis a nível europeu.

"Para o Comité Paralímpico de Portugal, é um privilégio estar envolvido nesta parceria internacional", destacou Sandro Araújo, vice-presidente do CPP.

A formação, ministrada pelo Departamento Desportivo do CPP, abordou temas como os diferentes tipos de deficiência no desporto, acessibilidade, classificação funcional, doping e ética, este módulo apresentado por Sofia Neves, da ADoP. Anita

Stere e Mioara Sincan, docentes do romeno Centro Nacional de Formação e Aperfeiçoamento de Treinadores e formandas nesta ação, elogiaram o "know how" do CPP e a riqueza do programa, salientando o avanço de Portugal nesta área e a importância desta parceria para o desenvolvimento do desporto na Roménia.

Sofia Cachada, docente, entre outras instituições, na Universidade da Maia, especialista em treino com pessoas cegas, realçou a importância da



Anita Sterea, Mioara Sincan, Sandro Araújo, Gaetan García, Sofia Neves e Inês Viegas

capacitação de treinadores para um desporto mais inclusivo.

Com esta iniciativa, o CPP reafirma o seu compromisso com a formação especializada,

a cooperação internacional e o reforço do papel dos treinadores no desenvolvimento de um sistema desportivo mais acessível, profissional e inclusivo.

TÓQUIO 2025: PORTUGAL EM CONTAGEM DECRESCENTE



Entre 15 e 26 de novembro de 2025, os olhos do mundo desportivo fixar-se-ão em Tóquio. Desta vez, por causa do talento e da determinação de atletas que competem num palco muito especial: os Jogos Surdolímpicos, o maior evento desportivo internacional destinado a atletas surdos.

A capital japonesa acolhe mais uma edição deste evento multidesportivo, que se realiza desde 1924, e que ao longo do tempo tem vindo a consolidar-se como um espaço fundamental de expressão, inclusão e excelência desportiva. Os Jogos Surdolímpicos são, antes de tudo, uma afirmação de que

o desporto é um território onde todas as vozes, faladas, gestuais ou sentidas, têm lugar. Um palco onde a comunicação ultrapassa barreiras e onde a linguagem universal do movimento e da competição fala mais alto.

Para Portugal, esta será mais do que uma simples participação. Será uma missão conduzida com empenho, rigor e enorme sentido de responsabilidade. **A Missão Portuguesa aos Jogos Surdolímpicos de Tóquio 2025 está em fase final de preparação e integrará atletas que representam o melhor do desporto surdo nacional, em modalidades como o atletismo,**

o ciclismo, o judo, a natação e o tiro.

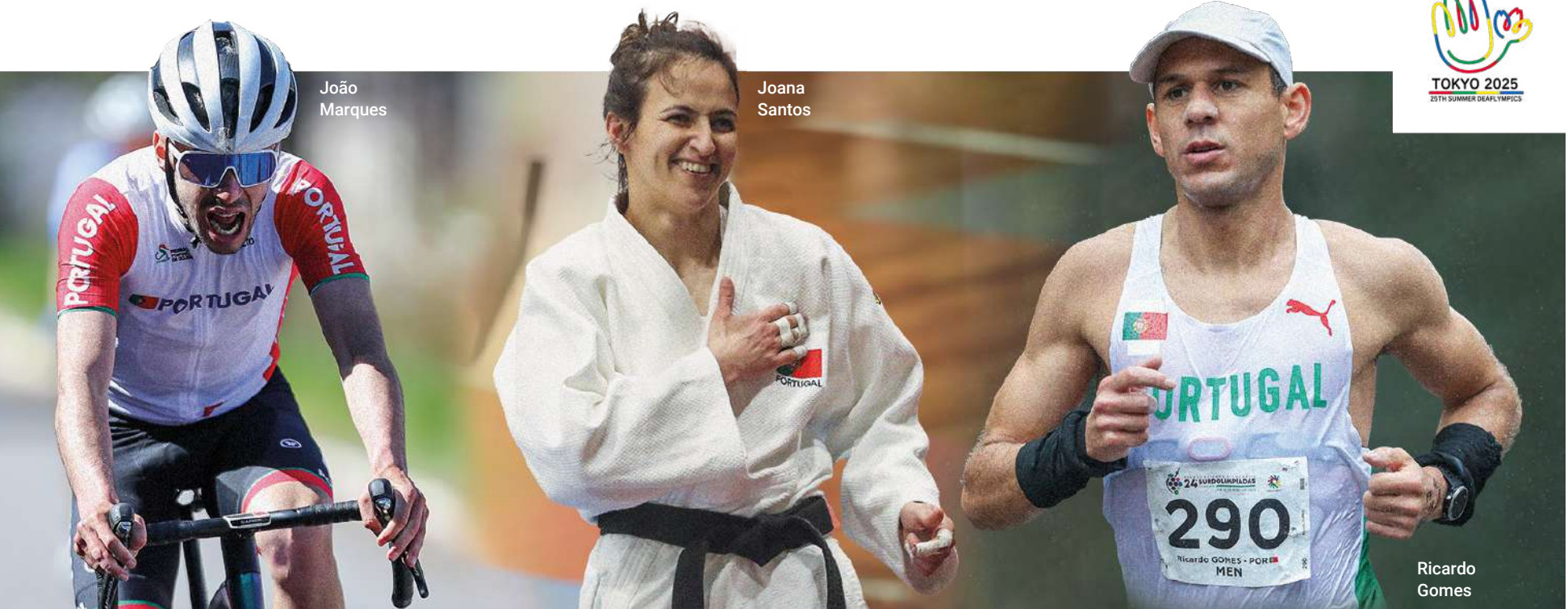
Com um espírito de superação inabalável, os nossos atletas têm vindo a trabalhar arduamente ao longo dos últimos anos, enfrentando não só os desafios do alto rendimento, mas também os obstáculos estruturais que ainda marcam o dia-a-dia do desporto surdolímpico em Portugal. A preparação, invisível ao grande público, tem sido marcada por treinos exigentes, por viagens para estágios e competições nacionais e internacionais, e por um trabalho multidisciplinar que envolve muitos profissionais dedicados.

O Comité Paralímpico de Portugal tem vindo a reforçar o compromisso com uma preparação de excelência, para garantir as melhores condições possíveis para que a Missão Portuguesa possa levar ao Japão uma representação à altura da ambição e do talento dos nossos atletas.

Damos agora início a uma série de reportagens dedicada aos protagonistas desta Missão. Queremos apresentar os atletas, dando a conhecer as suas histórias e as motivações que os movem. Pretendemos não apenas mostrar resultados, mas sobretudo dar voz a quem nem sempre é ouvido. O

desporto surdolímpico é também feito de esforço, de paixão e de excelência. E cada atleta que veste a camisola de Portugal fá-lo com um profundo sentido de missão. São histórias que merecem ser contadas, rostos que merecem ser reconhecidos e conquistas que devem ser celebradas.

Os próximos meses serão, então, de descoberta, de emoção e de orgulho nacional. Porque quando Portugal entra em campo carrega consigo mais do que um símbolo na camisola: carrega uma história de superação que nos une a todos. A história começa agora.



PORTUGAL NOS JOGOS SURDOLÍMPICOS

8

Participações

7

Medalhas de Ouro

4

Medalhas de Prata

6

Medalhas de Bronze



Hugo Passos

OS ATLETAS MAIS MEDALHADOS					
NOME	MODALIDADE	OURO	PRATA	BRONZE	TOTAL
Hugo Passos	Luta Greco-Romana/Luta Livre	4	1	2	7
Joana Santos	Judo	2	1	1	4
Hugo Lousada	Atletismo	—	2	—	2
Helder Gomes	Taekwondo	—	—	2	2
André Soares	Ciclismo	1	—	1	2

No coração do Alentejo, onde o ciclismo enfrenta desafios únicos, há uma história de superação que vai muito além do esforço físico. André Soares, que aos 20 anos perdeu a audição de forma súbita, encontrou na bicicleta a sua liberdade e a sua voz. Esta é uma história de coragem, paixão e resiliência no ciclismo surdolímpico.

Experimentou várias modalidades e de nenhuma gostou. A paixão pelas bicicletas, essa, nasceu cedo. Mas foi também cedo que André Soares, estremenense de gema, percebeu que muito teria de pedalar para chegar onde sonhava chegar. “No Alentejo, é difícil conseguir vingar no ciclismo. Não existem equipas ou escolas de formação para nos iniciarmos. Temos de nos deslocar para longe”, traça o mapa de uma desertificação que não apenas no desporto afeta o Alto Alentejo. O apoio dos pais foi, então, fundamental – “e, por isso, posso dizer hoje que faço desta modalidade a minha profissão”. Tal como o foi no ano que quase tudo mudou.

Nos primeiros meses de 2020, André, hoje com 26 anos, perdeu completamente a audição de forma súbita. Sem uma explicação lógica. Tinha 20 anos. Voltou a montar a bicicleta que tinha deixado de parte para se dedicar à formação em Eletromecânica, mas logo quis desistir. “Depois de perder a audição tinha tudo praticamente resolvido com as bicicletas, tinha deixado de competir, não queria continuar no ciclismo. Perdi o equilíbrio...”, abre o baú dessa recordação. E o coração. “Os amigos, família, o nosso suporte maior... Não me deixaram desistir, incentivaram-me a voltar a andar de bicicleta, a voltar para a competição e a experimentar o ciclismo para surdos. Se hoje estou onde estou, é a eles que o devo”, diz

ANDRÉ SOARES

“É com a bicicleta que supero todos os meus desafios diários”



O gesto não engana: André é um vencedor

André Soares, que, com um implante coclear, teve de reaprender a ouvir e que a pedalar voltou a sentir-se livre e normal:

“Sim! é. **É com a bicicleta que eu supero todos os meus desafios diários.** Nós, surdos, temos um problema de audição, não é algo perceptível ao olhar. Só comunicando connosco as pessoas percebem as nossas dificuldades, o nosso problema.

A FAMÍLIA TEM SIDO O GRANDE SUPORTE DO CICLISTA NATURAL DE ESTREMOZ

E, no meu caso, é em cima da bicicleta que consigo ultrapassar isso tudo”, partilha, seguro, e certo do que hoje diria ao jovem André, ao André das primeiras pedaladas:

“Se o pudesse encontrar, dir-lhe-ia para nunca desistir dos sonhos dele. Porque, mais cedo ou mais tarde, os sonhos realizam-se sempre.”

O percurso de André Soares, no ciclismo, na vida, é marcado pela coragem e resiliência. O alentejano pode e deve ser uma inspiração, um papel que abraça com o maior dos sorrisos.

“Há uma frase que costumo

Os perigos da estrada

“Não arrisco treinar sem os dois implantes cocleares que tenho, faço a maior parte dos treinos com eles.” Uma frase para que não restem dúvidas, as estradas portuguesas são perigosas para quem anda de bicicleta, mais ainda para quem anda de bicicleta e é surdo. “Não arrisco por causa do perigo que existe hoje nas estradas, há tantos atropelamentos...”, lamenta André Soares, que para comunicar com o seu treinador, Valter Sousa, tem uma estratégia bem definida:

“A comunicação com o treinador é fácil enquanto estou com os implantes cocleares. Em competição e nos treinos em que tenha de retirar os implantes cocleares, porque nos Jogos Surdolímpicos, como muita gente não sabe, temos de correr sem qualquer aparelho auditivo ou implante coclear, temos de os retirar sempre, a nossa estratégia é combinar símbolos, gestos, palavras que eu consiga perceber pelo movimento dos lábios, para acertar a estratégia.”

utilizar muito. Quando perdi a audição, encontrei-a e imediatamente fez todo o sentido. **A vida vai dar-nos sempre limões, nós é que decidimos o que queremos fazer com eles. Ou comemos os limões azedos para o resto da vida ou fazemos uma bela de uma limonada.** É tudo muito simples. Nunca desistam, continuem a tentar”, receita André Soares.

“Acredito que o André vai ser um atleta para o pódio nas quatro provas”

Valter Sousa tem, desde o ano passado, a seu cargo a preparação de André Soares. “Uma experiência enriquecedora”, diz o treinador de 50 anos, rendido à capacidade de trabalho e resiliência do seu atleta. “Só posso dizer-lhe que continue a acreditar nele. Ele gosta do ciclismo, gosta da bicicleta e eu acho que, como

em todas as profissões, quando fazemos o que gostamos isso faz a diferença, neste caso, em relação a outros atletas. É continuar assim”, elogia Valter Sousa, apontando mais virtudes do seu atleta:

“Ele tem uma vantagem em relação a muitos outros ciclistas, é muito evoluído técnica e taticamente. Isso é

fantástico, porque ele, com a melhor condição física, tem todas as condições para vencer. Acredito que, em novembro, ele vai estar bem. Aliás, deram-nos condições, o Comité Paralímpico e a Federação de Ciclismo, para ele estar bem. O André parte como um favorito e acredito que vai ser um atleta para o pódio nas quatro provas.”



Valter Sousa confiante no sucesso do seu atleta

“O meu objetivo principal em Tóquio é revalidar a medalha de ouro”

Os 25.ºs Jogos Surdolímpicos vão realizar-se em Tóquio, entre 15 e 26 de novembro. André Soares é um dos atletas que vai integrar a Missão Portuguesa, assumindo-se como candidato a discutir as medalhas. Em 2022, em Caxias do Sul, o ciclista natural de Estremoz conquistou a medalha de ouro na prova por pontos e o bronze no contrarrelógio. Ele que, em 2024, na sua primeira participação em Mundiais, sagrou-se campeão do mundo na prova por pontos, somando a essa medalha de ouro a prata na corrida de fundo, o bronze na velocidade e um 5.º lugar no contrarrelógio.

“Estas medalhas têm representado todo o trabalho que temos feito desde Caxias do Sul, um trabalho árduo e longo para provar que os resultados conseguidos no Brasil não foram mera sorte, mas sim resultado de trabalho e também da crença dos nossos treinadores e de todas



Forte concorrência não assusta ciclista alentejano

as pessoas com que nos temos cruzado”, destaca André Soares, já com a meta, no Japão, bem centrada no olhar:

“O meu objetivo principal em Tóquio é revalidar a medalha de ouro na corrida por pontos. É, assumo, a minha corrida de eleição, aquela que mais gosto de fazer, à que melhor as minhas características se adaptam. E vou tentar melhorar o

meu resultado do Campeonato do Mundo no contrarrelógio, tentar, pelo menos, conseguir fazer igual ao que fiz nos Jogos. O contrarrelógio ainda é o meu calcanhar de Aquiles? Agora já não! Tenho melhorado muito os tempos e acredito que posso conseguir um bom resultado em Tóquio. **Entro sempre em qualquer corrida para vencer!**”

No país do Sol Nascente,

**ANDRÉ SOARES
DESTACA QUE AS
CONQUISTAS NÃO SÃO
RESULTADO
DA SORTE, MAS SIM
FRUTO DE MUITO
E ÁRDUO TRABALHO**

porém, André Soares sabe que enfrentará acérrimos adversários.

“Todos os adversários são bons. E o nível aumenta de ano para ano! Deixámos Caxias do Sul com um nível de competição e quando chegámos ao Campeonato do Mundo o nível de competitividade já era superior. Todos nós nos vamos superando diariamente. **Há seleções mais fortes do que outras, mas penso que temos condições e possibilidades de estarmos entre as melhores.** Temos de aprender, claro, sobretudo perceber como eles correm, estudá-los e fazer o nosso melhor”, explica um muito confiante André Soares.

BI

André Soares

Data de nascimento
22 de abril de 1999 (26 anos)

Naturalidade
Estremoz

Equipa
Matos Cheirinhos

Palmarés

Jogos Surdolímpicos
Caxias do Sul 2022

Ouro
Prova por pontos

Bronze
Contrarrelógio

Mundial 2024
Swietokrzyskie (Polónia)

Ouro
Prova por pontos

Prata
Corrida de fundo

Bronze
Velocidade

5.º lugar
Contrarrelógio

Jogos Surdolímpicos 2025
Vai participar nas provas de velocidade, por pontos e de fundo e no contrarrelógio

Pogacar é inspiração

Tadej Pogacar é um dos nomes maiores do ciclismo mundial e é no esloveno de 26 anos, já com três vitórias no Tour e uma no Giro d'Italia, que André Soares também se inspira. «Todos queremos sempre como ele. Ganha tudo! É um atleta de excelência. Também como ser humano. É o meu ídolo e tento fazer igual», conta o estremocense que representa a Matos Cheirinhos, equipa do concelho de Cascais e onde, antes de perder a audição, também foi massagista, uma arte que lhe foi passada pela mãe, a sua grande heroína.



FRANCISCO LARANJEIRA

Atleta alentejano
vai estreiar-se,
em Tóquio,
nos Jogos
Surdolímpicos

“Hoje, estou mais forte”

Francisco Laranjeira é, na sua simplicidade, exemplo de grandeza. Natural de Elvas, deixou a raia para abraçar todos os sonhos do mundo que nele habitavam. Viu o destino roubar-lhe os Jogos Surdolímpicos de Caxias do Sul, mas desistir é verbo que não faz parte do seu léxico. E regressou para vencer. Dentro e fora das pistas.

Francisco Laranjeira, um nome que soa a superação, descobriu o atletismo aos 16 anos. Foi um amigo que o desafiou a tentar. “Já gostava de correr e ele reparou nisso. Disse-me para experimentar o atletismo. Inscrevi-me no clube e nunca mais parei”, conta com um sorriso. Hoje, é um dos maiores nomes do desporto surdo português, exemplo de resiliência, talento e visão. Mas o caminho não tem sido linear.

A 11 de abril de 2022,

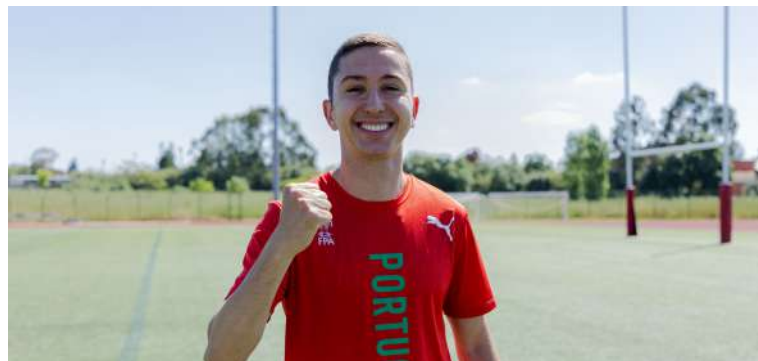
um acidente quase lhe roubou os sonhos. “Fui atropelado à saída do treino [em plena passada, à porta do Complexo Desportivo de Évora], quando estava a preparar os Jogos Surdolímpicos de Caxias do Sul”, recorda. “Não foi fácil... estava a trabalhar muito para isso e de repente tive de começar tudo do zero”, acrescenta.

O condutor abandonou o local. A lesão, uma fratura do perónio da perna direita, afastou-o dos Jogos. Mas Francisco não parou. “Trabalhei psicologicamente para estar forte. Hoje estou mais forte do que antes. **Tive apoios da família, que nunca me deixou faltar nada, dos amigos e foi aí que eu também consegui encontrar a minha força para continuar**”, relata o fundista alentejano.

Francisco reconstruiu o corpo e o espírito. E voltou em força: foi prata nos 5000 e 10000 metros nos Europeus de surdolímpicos

apenas um ano depois de o infortúnio lhe ter batido à porta. A receita? “Muito e árduo trabalho, dedicação, escutar o corpo, perceber até onde podia ir. Trabalhar os detalhes, as técnicas, a mobilidade, que também é muito importante para evitar lesões. Tudo conta”, partilha o atleta que representa o Grupo Desportivo Diana.

Os Jogos Surdolímpicos voltam a estar-lhe no horizonte. Serão em Tóquio, no próximo mês de novembro. Com a cabeça focada, os pés na pista e o coração cheio de sonhos, Francisco Laranjeira corre — sempre em frente. A meta está traçada. **“O meu objetivo será sempre dar o meu melhor, representar bem Portugal.** Espero conseguir ter um bom desempenho e conseguir um lugar no pódio», projeta Francisco Laranjeira, que no Japão vai correr os 5000 e os 10000 metros.



BI

Francisco Laranjeira

Data de nascimento
26 de agosto de 1998
(26 anos)

Naturalidade
Elvas

Equipa
Grupo Desportivo Diana

Palmarés

Europeu 2023
Szczecin (Polónia)

Prata
5000m

Prata
10000m

Mundial 2024
Taipé Chinês

4.º lugar
5000m

Jogos Surdolímpicos 2025
Vai estreiar-se em Tóquio. Participará nas provas de 5000 e 10000 metros.

Comunicação nunca foi problema

Francisco Laranjeira enfrenta múltiplos desafios diários. Mas a comunicação, apesar das barreiras auditivas, flui. “Treino sem aparelhos, pelo que tivemos de arranjar algumas técnicas, também alguns sinais, e língua gestual para poder comunicar bem durante os treinos”, explica o atleta, complementado pelo seu treinador que também teve de se adaptar à

surdez do atleta: “Com o tempo, fomos desenvolvendo sinais

próprios. Nas provas, sem aparelhos, tenho de usar gestos. Mas ele entende tudo perfeitamente. A comunicação nunca foi um problema real.”

João Ferrão reconhece que trabalhar com Francisco o transformou. “É um desafio. Cada atleta é. Mas o Francisco, pela sua história, pela surdez, é um desafio maior. E uma inspiração.”

Francisco só tem olhos para o futuro, mas por momentos recua uma mão cheia de anos para recordar um momento difícil. “Durante a pandemia foi difícil por causa das máscaras, porque estou habituado a fazer leitura labial e não a podia fazer. As pessoas tinham de tirar a máscara para eu as perceber”, conta.

“Lutem pelos vossos sonhos”

A surdez nunca foi um impedimento para Francisco Laranjeira. Muito pelo contrário. “O facto de pertencer à comunidade surda e ser atleta de alto rendimento é bom para que as pessoas percebam que, embora sejamos surdos, somos capazes de fazer tudo tal como as outras pessoas. Na minha opinião, é tudo muito simples, todos devemos poder fazer as coisas com que sonhamos e sentir que não há barreiras. Lutem, arrisquem e, se trabalharem para isso,

conseguem”, arranca Francisco Laranjeira as palavras ao coração, abraçando com força, e sem ponta de receio, a ideia de poder ser um exemplo para os mais novos:

“Acho que sou exemplo para as pessoas surdas. A mensagem que lhes quero transmitir é esta: não tenham medo de sair da caixa, lutem pelos vossos sonhos, não se preocupem com o que as pessoas possam dizer. Lutem, façam o que gostam e trabalhem. É dessa forma que vão conseguir os vossos objetivos.”

Francisco Laranjeira é treinado por João Ferrão. Mais do que um técnico, tem sido um companheiro de percurso. Mas também mentor, estratega e confidente. “Ele preocupa-se comigo dentro e fora da pista. É bom amigo, é ótimo trabalhar com ele. Os seus conselhos notam-se nos meus resultados”, elogia Francisco Laranjeira.

João Ferrão trabalha com atletas há décadas, mas admite que Francisco Laranjeira é um caso especial. “Conhecia-o das competições que vamos fazendo por aqui, nomeadamente as provas interassociações. Quando ele veio estudar para a Universidade de Évora começou a treinar comigo. Aí vi o seu potencial”, recorda o treinador.

O primeiro ano não foi fácil. A mudança de cidade, o novo ambiente, o ritmo universitário... tudo contribuiu para um início tímido. “Embora se lhe reconhecessem qualidades, não as demonstrou imediatamente. Mas **quando ele me perguntou se podia atingir as marcas de qualificação, eu disse-lhe: ‘Se trabalhares como deve ser e te comprometeres, conseguimos.’ E conseguimos.** Na primeira prova, fez logo marca de qualificação”, recorda João Ferrão.

A parceria foi crescendo. Mas em 2022, o inesperado aconteceu, um atropelamento à saída do treino a poucos dias de um estágio decisivo. “Foi devastador. Estava tudo a correr bem, ele estava bem fisicamente e emocionalmente. A lesão tirou-lhe os Jogos, a bolsa, a

“Vai chegar aos Jogos em forma”



Cumplicidade entre Francisco Laranjeira e o seu treinador João Ferrão é evidente e um dos segredos do êxito

confiança. Foi uma fase muito dura, sobretudo para ele, para mim também, para a família. Houve um momento em que duvidei se ele iria continuar no atletismo”, não nega João Ferrão.

Mas Francisco voltou. E voltou mais forte. “Foi um processo difícil. Mas o segredo foi apoiarmo-nos mutuamente. Eu tentava sempre transmitir-lhe que aquela fase passaria

**RELAÇÃO DE
CONFIANÇA ENTRE
FRANCISCO E JOÃO
FERRÃO TEM SIDO
DETERMINANTE
NO PERCURSO
DO ATLETA
ALENTEJANO**

e que forçosamente viria um momento melhor. Havia que trabalhar e não baixar os braços”, recupera o técnico o processo de recuperação.

Hoje, a preparação segue com os olhos postos em Tóquio. “Recuperou de uma tendinite, esteve três meses parado. Agora está a treinar bem. **Acredito que a trabalhar com este foco, com esta resiliência, a acreditar nas capacidades**

CR7 é grande inspiração

Francisco Laranjeira inspira-se em dois gigantes, dois campeões: Jakob Ingebrigtsen e Cristiano Ronaldo. O norueguês de 24 anos é um dos maiores atletas da atualidade, um colecionador de medalhas de ouro, campeão olímpico dos 1500 e dos 5000 metros, bicampeão mundial dos 5000 metros, tricampeão europeu nas duas distâncias. O avançado de 40 anos, capitão da Seleção Nacional, esse, confunde-se com a história do futebol.

“Gosto muito do Jakob Ingebrigtsen pela sua resiliência, pela capacidade de trabalho que tem demonstrado. O Cristiano... Admiro-o muitíssimo pela atitude que tem, pela sua mentalidade, pela forma como gere a sua vida e a sua carreira. Nunca se deixa abater pelas coisas negativas que acontecem à volta dele, é uma inspiração”, elogia o alentejano de 26 anos sem esconder, com os olhos a cintilar, um desejo: “Sim, um dia gostaria de conversar pessoalmente com o Cristiano Ronaldo.” Fica, então, o repto, Cristiano!

dele, vai chegar lá em forma”, promete.

O orgulho é evidente. “A relação de confiança entre nós é fundamental. Em qualquer desporto individual, a confiança entre treinador e atleta é tudo. E o Francisco tem isso. Ele acredita. Eu também”, diz João Ferrão, a comandar nos bastidores para que Francisco possa ser protagonista no palco de Tóquio.

Um exemplo na pista e na Academia

Francisco Laranjeira é um exemplo maior quando se falam em carreiras duais. O atleta que em agosto completará 27 anos licenciou-se em Sociologia pela Universidade de Évora e concluiu entretanto o mestrado em Gestão de Recursos Humanos. Um percurso nem sempre feito a direito – “Não foi fácil. No início desleixei-me um pouco”, conta o atleta –, mas concluído com mérito. E êxito.

“Com o tempo consegui conciliar as duas coisas. É uma questão de ter disciplina, gerir os horários e corre tudo bem. Aposentei na carreira académica também porque sei que o atletismo

não vai durar para sempre. E como sempre gostei de recursos humanos, de perceber os comportamentos das pessoas, em sociedade e nas empresas, apostei nessas áreas», relata o elvense.

Mas como é que funcionam as pessoas, Francisco?

“Depende das pessoas **[sorrisos]**. Individualmente funcionam de uma maneira e em grupo podem funcionar de outra. Também depende das motivações de cada pessoa. Vai comportar-se de uma maneira ou de se outra consoante os objetivos que tem definidos”, dá a sua visão o mestre Laranjeira.



Francisco Laranjeira já mestre em Gestão de Recursos Humanos

BOLSAS DE EDUCAÇÃO JOGOS SANTA CASA COM FUTURO ASSEGURADO

A cerimónia de entrega das bolsas Jogos Santa Casa realizou-se no passado dia 14 de maio na Sala de Extrações da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa. O local está intimamente ligado à sorte, que, porém, não tem lugar aqui. Trata-se de competência, resiliência, dedicação e muito, muito trabalho.

O Programa IMPULSO, nascido em 2013 e já na 12.ª edição, tem como objetivo maior incentivar e ajudar os atletas a conciliar a carreira académica com a desportiva e, assim, evitar o abandono prematuro do desporto de alto rendimento. Desde a 1.ª edição já atribuiu 521 bolsas a 256 atletas de 28 modalidades, ascendendo o apoio financeiro a mais de 1,4 milhões de euros. Este ano, foram distribuídas 51 bolsas com um valor total de 140 mil euros, 24,5 mil euros referentes a nove atletas dos Projetos de Preparação Paralímpica e de Esperanças Paralímpicas e a um do Projeto de Preparação Surdolímpica.

Recuando a 2014/2015, ano letivo em que o Comité Paralímpico de Portugal se associou ao programa, os atletas/estudantes das dimensões paralímpica e surdolímpica receberam 106 bolsas, cujo valor totaliza 286,8 mil euros, “um apoio muito significativo”, como fez questão de referir José Manuel Lourenço.

“Este é mesmo um programa



Foto SCML

Arenas de competição LA 2028

que faz a diferença para muitos. A Santa Casa da Misericórdia de Lisboa, através dele, está, com certeza, a contribuir para que todos tenhamos um futuro mais justo e inclusivo. Espero que o mantenha no futuro e se possível o reforce, porque se o fizer está a investir no futuro de muita gente”, assinalou o presidente do Comité Paralímpico de Portugal. Desejo que encontrou eco nas palavras do Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.

“É nosso propósito não só continuar, como também desenvolver este programa. Que não haja dúvidas, continuam a contar

**ESTE ANO,
SÃO BOLSEIROS
NOVE ATLETAS DOS
PROJETOS PARALÍMPICO
E DE ESPERANÇAS
PARALÍMPICAS
E UM DO PROJETO
SURDOLÍMPICO**

com o nosso apoio”, prometeu Paulo Sousa.

O nadador Daniel Videira, mestre em Ciências Farmacêuticas e a frequentar uma pós-graduação em Direito do Desporto, destacou a importância das bolsas:

“Para qualquer atleta que tenha uma carreira dual, e penso que todos os atletas a devem ter, porque o desporto não dura para sempre, este tipo de apoio é fundamental.”

O atirador Nuno Esteves, para quem participar nos Jogos Surdolímpicos, em Tóquio, será “sonho tornado realidade”, olha para este apoio como ajuda fundamental para terminar a sua licenciatura em Design, compatibilizá-la com o Tiro, um “desporto muito solitário e que exige muita força de vontade”, e poder desbravar outros caminhos no futuro.



João Mota de Sousa está a fazer o doutoramento em Madrid



Foto D. R.

João Mota de Sousa é exemplo na história das bolsas

João Miguel Mota de Sousa é nome para sempre ligado à história do Programa IMPULSO. No ano letivo 2021/2022, já mestre em Fisioterapia do Sistema Musculoesquelético, **tornou-se no primeiro, e ainda único**, estudante de doutoramento a receber uma bolsa de educação Jogos Santa Casa. Hoje com 29 anos e a residir em Espanha, onde leciona na Escola Universitária de Fisioterapia de la ONCE, integrada na Universidade Autónoma de Madrid, João continua a praticar goalball, modalidade que atualmente não integra o Projeto Paralímpico, ao serviço do Sporting e a perseguir o grau de doutor. “As coisas nem sempre acontecem com o ritmo desejável. Talvez dentro de dois anos”, conta João Mota de Sousa. A a tese, que versará sobre uma comparação entre duas intervenções de exercício em pacientes com dor lombar crónica, essa, está já na fase de recolha dos necessários dados estatísticos.

Na sua intervenção durante a cerimónia de entrega das bolsas referentes ao corrente ano letivo, o presidente do Comité Paralímpico de Portugal lançou mão do exemplo deste bem-sucedido atleta/estudante cego para sublinhar a relevância do programa IMPULSO, quer no que respeita ao incentivo moral, quer, não menos importante, no plano financeiro. **As palavras de José Manuel Lourenço chegaram à capital espanhola, onde**

João Mota de Sousa se mostrou também ele orgulhoso pelo facto de o seu nome ter sido lembrado.

“Fico feliz por ser exemplo, tento fazer o melhor possível. Se o meu percurso servir para motivar alguém a conseguir, ótimo, mas sempre com os pés bem assentes na terra”, disse-nos João Mota de Sousa, que, convidado a deixar uma mensagem aos que agora estão na encruzilhada de ter de escolher, foi claro: “Sobretudo, tranquilidade. Que não seja uma pressão. Nem todos temos de chegar aqui, nem todos temos de ter um doutoramento, nem todos temos de ser atletas de alta competição. Mas é perfeitamente possível conciliar a vida académica com a vida desportiva. Não podemos dizer que não o é por falta de tempo. O tempo arranja-se, só temos de aprender a encontrar ou a organizar melhor o tempo. E dizer, também, que **há valores da vida desportiva, da carreira de atleta, que servem para a vida académica e para a vida laboral.** Uma coisa pode inclusivamente ajudar a outra. Há muitas coisas que eu utilizo na minha vida laboral e na minha vida académica que trouxe do desporto.”

Ainda que entenda muito haver para fazer em matéria de apoios, João Mota de Sousa olha para o Programa Impulso e para as bolsas de educação Jogos Santa Casa como um importante e motivador reconhecimento para quem consegue compatibilizar as duas carreiras, destacando ser um privilégio receber uma bolsa com a chancela prestigiosa dos Jogos Santa Casa e do Comité Paralímpico de Portugal.

Atletas paralímpicos e surdolímpicos bolseiros no ano letivo 2024/2025

Cristiano Silva Pereira

Atletismo



Curso Profissional em Redes e Sistemas Informáticos

Beatriz Monteiro

Badminton



Licenciatura em Treino Desportivo

Catarina Monteiro

Boccia



Curso Profissional de Técnico de Multimédia

David Araújo

Boccia



Licenciatura em Direito

Diogo Castro

Boccia



Licenciatura em Engenharia Informática e Computação

Francisco Gouveia

Boccia



Licenciatura em Engenharia Informática

Daniel Videira

Natação



Pós-graduação em Direito do Desporto

João Fidalgo

Natação



Licenciatura em Engenharia Civil

Tomás Cordeiro

Natação



Licenciatura em Psicologia

Nuno Esteves

Tiro



Licenciatura em Design Geral

Atletas olímpicos bolseiros no ano letivo 2024/2025

Atletismo: Francisco Belo, Inês Mendes, João Coelho, João Fernandes, Lourenço Rodrigues e Mariana Pestana.

Canoagem: Ana Brito, Ana Margarida Rodrigues, Beatriz Fernandes, Duarte Cerdeira, Gustavo Gonçalves, Iago Bebião, Inês Penetra, João Casinha, João Castro Silva, Maria Francisca Gomes, Maria Regina Oliveira e Ricardo Gonçalves.

Esgrima: Maria Alvim.

Ginástica: Miguel Marianito.

Judo: Catarina Costa, Diogo Luís, Mafalda Silva, Raquel Brito, Rochele Nunes e Taís Pina.

Natação: Angélica André, Camila Rebelo, Kevins Apseniece e Miguel Nascimento.

Patinagem de Velocidade no Gelo: Jéssica Rodrigues.

Remo: André Pinto.

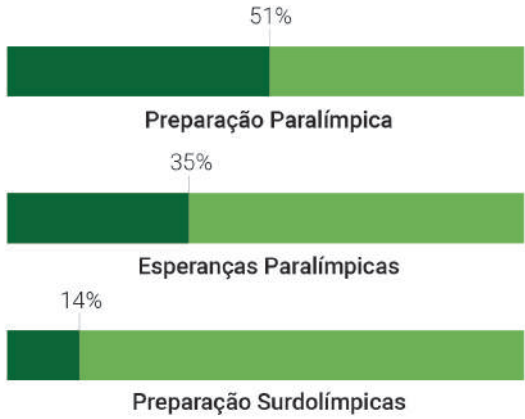
Ténis de Mesa: Matilde Pinto.

Tiro com Armas de Caça: Inês Barros.

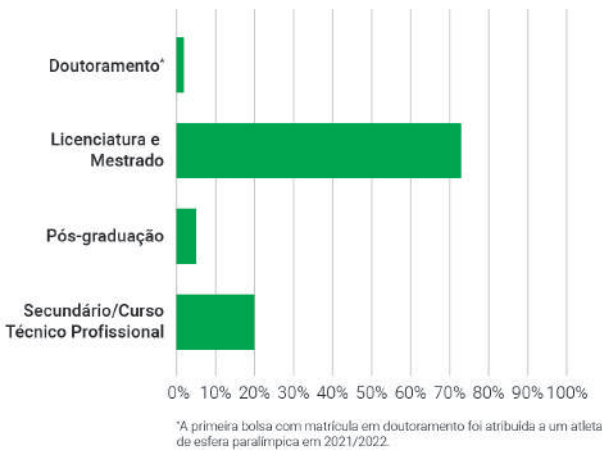
Triatlo: João Nuno Batista e Maria Tomé.

Vela: Beatriz Gago, Carolina João, Diogo Costa, Eduardo Marques e Francisco Uva Sancho.

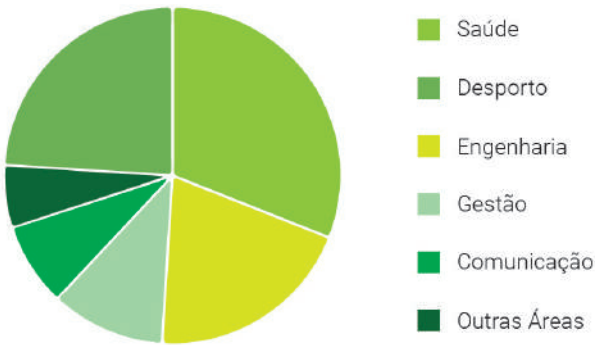
Distribuição das bolsas por projeto



Distribuição por grau académico



Distribuição por área de estudo



PUBLICIDADE

BOLSAS DE EDUCAÇÃO

JOGOS SANTACASA

O Programa Impulso | Bolsas de Educação Jogos Santa Casa visa apoiar a formação de atletas olímpicos, paralímpicos e surdolímpicos, dando-lhes o impulso necessário para conjugarem a sua exigente prática desportiva com o percurso académico e, assim, prepará-los para as conquistas do futuro.

+ 521 +	+1.4 MILHÕES	256	28 +
BOLSAS ATRIBUÍDAS	EUROS DISTRIBUÍDOS	ATLETAS APOIADOS	MODALIDADES

JUNTAMOS A EDUCAÇÃO À AMBIÇÃO DESPORTIVA

Saiba mais em impulso.jogossantacasa.pt

DIA PARALÍMPICO JOVEM 2025

MATOSINHOS PREPARA-SE PARA ACOLHER A CELEBRAÇÃO DO TALENTO E DA SUPERAÇÃO

Matosinhos será, no próximo dia 11 de outubro, o epicentro da celebração do desporto e da inclusão, ao acolher mais uma edição do Dia Paralímpico Jovem. **Num evento que pretende ser uma referência no calendário desportivo nacional**, centenas de jovens com deficiência reunir-se-ão para, de forma entusiástica, experimentar modalidades paralímpicas, quebrar barreiras e inspirar pelo exemplo.

Esta iniciativa, organizada pelo Comité Paralímpico de Portugal (CPP) e este ano em parceria com a Câmara Municipal de Matosinhos, tem como público-alvo os jovens com deficiência motora, visual e intelectual, paralisia cerebral e surdez entre os 9 e os 24 anos – mas sem excluir outras faixas etárias –, procurando não apenas estimular a prática desportiva, como igualmente criar dinâmicas potenciadoras da captação de novos talentos que possam vir a representar Portugal nos Jogos Paralímpicos e Surdolímpicos.

Um legado de inspiração

O Dia Paralímpico Jovem é muito mais do que um evento desportivo, é uma plataforma para a construção de futuros, permitindo que os jovens com deficiência descubram talentos que desconhecem, se superem e, acima de tudo, se sintam parte de algo maior. O legado que esta importante iniciativa pretende deixar.



Oportunidade para experimentar várias modalidades

A escolha de Matosinhos para acolher o evento em 2025 reflete o reconhecimento do trabalho que o município tem desenvolvido na área do desporto e da acessibilidade. A cidade, conhecida pela sua dinâmica e infraestruturas, oferece as condições ideais para a realização de um evento desta magnitude.

Ao longo do dia, os jovens terão a oportunidade de experimentar as diversas modalidades paralímpicas e surdolímpicas, com o objetivo de sensibilizar para a

importância da inclusão e da não discriminação.

O Dia Paralímpico Jovem 2025 em Matosinhos não é apenas um evento desportivo, é uma celebração da diversidade, do talento e da resiliência. É um dia que promete deixar uma marca duradoura na vida dos jovens participantes e inspirar toda a comunidade a abraçar a verdadeira essência da inclusão. A cidade de Matosinhos já brilha como um farol de esperança e oportunidade para o desporto paralímpico português.

AGENDA

Eventos em destaque

JULHO

08 - 16

Campeonato da Europa de Boccia
Zagreb, Croácia

11

Apresentação do Livro
'As melhores imagens da participação portuguesa'
Paris 24
18h30 - FNAC Alegro Alfragide

21 - 28

Jogos Europeus Paralímpicos da Juventude
Istambul, Turquia

AGOSTO

20 - 24

Campeonato do Mundo de Canoagem
Milão, Itália

28 - 31

Campeonato do Mundo de Ciclismo de Estrada
Ronse, Bélgica

SETEMBRO

21-27

Campeonato do Mundo de Natação
Singapura

21/09-05/10

Campeonato do Mundo de Atletismo
Nova Deli, Índia

26

17.º Aniversário do Comité Paralímpico de Portugal

27 - 28

Campeonato da Europa de Judo
Tbilisi, Geórgia

28/09-06/10

Campeonato da Europa de Goalball
Lahti, Finlândia

OUTUBRO

11

Dia Paralímpico Jovem
Matosinhos

15 - 19

Campeonato do Mundo de Triatlo
Wollongong, Austrália

16 - 19

Campeonato do Mundo de Ciclismo de Pista
Rio de Janeiro, Brasil

25/10 - 05/11

Taça do Mundo de Tiro
Al Ain,
Emirados Árabes Unidos

NOVEMBRO

15 - 26

25.ª edição dos Jogos Surdolímpicos
Tóquio, Japão



Patrocinadores Principais



Parceiros Institucionais



Parceiros Pro Bono



Parceiros



Media



Ficha Técnica

Diretor **José Manuel Lourenço** Diretor Adjunto **Sandro D. Araújo** Textos **Nuno Saraiva Santos** Fotografia **Luís Franco** Paginação **Inês Filipe** Revisão **Bruno Antão** Propriedade **Comité Paralímpico de Portugal** NIPC do Proprietário **507 805 259**
Sede do Editor e da Redação **Rua do Sacramento, 4, R/C - 2670-372 Loures** Periodicidade **Bimestral** Depósito Legal **445904/18** Registo **ERC 127209**

Estatuto Editorial

A **Paralímpicos** é a revista oficial do Comité Paralímpico de Portugal, com caráter 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