



REVISTA OFICIAL DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

PARALÍMPICOS

EDIÇÃO SET. a DEZ. 2018



UMA DÉCADA DE CAMPEÕES

A história das 22 medalhas nos Campeonatos da Europa de Atletismo e Natação em 2018, ano em que o Comité Paralímpico de Portugal celebra 10 anos.

GRANDE ENTREVISTA >
Edmundo Martinho,
Provedor SCML

HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO >
O acordar de Luís Costa

MAPEAR A INCLUSÃO >
O que é o mapa de inclusão
desportiva?

DESPORTO À LUPA >
A essência do Boccia

José Carlos Macedo / Rio 2016
A felicidade de quem acaba
de conquistar a medalha de bronze
na classe individual BC3 de Boccia.





Mensagem do Presidente
**Comemorar 10 anos
e olhar o futuro**

Comemoramos em 2018 o nosso décimo aniversário, concretamente a 26 de setembro. São 10 anos de afirmação do Comité Paralímpico de Portugal e de grandes transformações no desporto Paralímpico, a nível nacional e internacional.

Igualdade Inclusão e Excelência Desportiva não é apenas o nosso lema, é o nosso desafio em cada dia que trabalhamos em prol desta apaixonante dimensão desportiva. Comemoramos uma década de muitas conquistas, de significativos avanços em termos organizativos na redefinição das responsabilidades das Federações de modalidade perante o desporto para pessoas com deficiência e, mais importante, nas condições de trabalho que hoje temos para a excelência desportiva. Estes avanços são um estímulo e um legado que nos responsabiliza relativamente ao futuro.

Estamos a menos de dois anos dos Jogos de Tóquio. Os resultados registados em Campeonatos da Europa IPC e outros sobre a égide das respetivas Federações Internacionais de modalidade são muito bons indicadores tendo em vista a nossa missão em terras nipónicas, mas são apenas isso, indicadores, pelo que é determinante continuar o trabalho, aumentar a exigência, redobrar o estímulo.

O futuro a médio prazo tem que se centrar no desenvolvimento desportivo, no aumento da base de recrutamento, na captação de novos talentos e para isso é determinante a criação de cada vez mais e melhores condições para os nossos atletas e restantes agentes desportivos envolvidos. Temos a ambição de contribuir para que mais pessoas com deficiência pratiquem desporto, que novos atletas possam, com o seu desempenho, honrar Portugal pela excelência desportiva. Para tal temos que encontrar as parcerias e os meios necessários que permitam desmistificar, sensibilizar e divulgar a importância e os benefícios da prática desportiva. Queremos que a revista Paralímpicos seja um contributo em

termos de divulgação para dar a conhecer os atletas do presente numa perspetiva mais pessoal e despida de formalidades, desmitificando e esclarecendo em simultâneo algumas das especificidades das mais diversas modalidades, debatendo abertamente problemáticas pertinentes como a classificação desportiva, também através do testemunho e do exemplo.

Podemos falar destes anos sem incluir os nossos parceiros e patrocinadores? É óbvio que não. Neste contexto é fundamental destacar o IPDJ, INR e Câmara Municipal de Loures, parceiros que contribuíram e contribuem de forma decisiva e insubstituível no desenvolvimento do movimento paralímpico em Portugal.

Nestes 10 anos tivemos também empresas que nos privilegiaram com o seu apoio e aqui permitam-me que destaque os dois patrocinadores principais nos diversos ciclos: a Fundação Galp Energia, até 2012, e os Jogos Santa Casa, patrocinador no ciclo do Rio 2016 e que se mantém no ciclo Tóquio 2020, este último com um valor simbólico e de importância determinante, a IGUALDADE, implementada ao nível das bolsas de estudo num precioso contributo para o quebrar de barreiras e para a importância da equidade. Importa também agradecer a todos os parceiros e patrocinadores, muitos deles sem qualquer pedido de retorno ou ativação, todos são imprescindíveis: Vitalis, Joma, Toyota, Angelini, Cision, FCB Lisboa, Initiative, LLorente & Cuenca, Vilt, Junta de Freguesia de Loures, RTP, Lusa, Record, Sport TV e Hotel Dom Pedro. Obrigado a todos.

Encaramos com otimismo o futuro, cientes das dificuldades e do aumento das nossas responsabilidades, mas sabemos que com o empenho e contributo de todos e de cada um vamos vencer os nossos desafios. Venham mais 10!

José Manuel Lourenço
Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

ÍNDICE

09

ROAD TO TOKYO 2020

Participação nos "Open Days"
de Tóquio 2020



Luís Gonçalves

PARALÍMPICOS NAS REDES SOCIAIS

Destaques das redes sociais
dos nossos atletas

10 17

EM FOCO

Uma década de Campeões

EDITORIAL

05 06 14 18

FLASH

Notícias em destaque neste
trimestre

OPINIÃO

Inclusão para o Conhecimento
Maria Fernanda Rollo, Secre-
tária de Estado da Ciência,
Tecnologia e Ensino Superior

GRANDE ENTREVISTA

**"Atletas são exemplos execio-
nais e merecedores de todo o
nosso reconhecimento"**
Edmundo Martinho, Provedor
da Santa Casa da Misericórdia
de Lisboa

22

TALENTOS

O Sonho Aqui tão Perto
Sara e Márcia Araújo, Atletas

24

**HISTÓRIAS
DE SUPERAÇÃO**

Acordar para a Vida
Luís Costa, Atleta

28 32

MAPEAR A INCLUSÃO

O que é o mapa de inclusão
desportiva?

30

A MINHA HISTÓRIA

Com a mira apontada ao Futuro
Bruno Valentim, Atleta

AGENDA

Meses de Alta Competição

34

A FECHAR

O País está mais Adaptado?
Manuel Costa e Oliveira, Secre-
tário-Geral do Comité
Paralímpico de Portugal

26

DESPORTO À LUPA

Boccia



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 **Impressão** Onda Gráfe **Morada do Impressor** Rua da Serra, n.º1 – 2660-202 St.º Antão do Tojal **Tiragem** 1000 exemplares **Periodicidade** Trimestral **Depósito Legal** 445904/18

Distribuição Gratuita - Venda Proibida

Todos os textos desta edição foram escritos segundo o novo Acordo Ortográfico. 2016 © Interditada a reprodução de textos e imagens por quaisquer meios.

FLASH



'Quartos' foram o limite no Mundial de Boccia

Portugal apresentou-se no Campeonato do Mundo de Boccia, em Liverpool, com uma Seleção Nacional de 11 atletas que teve o seu registo máximo nos quartos-de-final alcançados por Cristina Gonçalves, como Individual BC2, e pela Equipa BC1/BC2, composta por António Marques, André Ramos,

Nelson Fernandes, Abílio Valente e Cristina Gonçalves. José Carlos Macedo, Avelino Andrade e Sara Viera, na classe BC3, e Pedro Clara, Nuno Guerreiro e Carla Oliveira, na classe BC4, foram os outros atletas lusos na prova decorrida entre 12 e 18 de agosto.



Campeonato do Mundo de Paracanoagem com cinco portugueses

O Campeonato do Mundo de Velocidade e Paracanoagem realizado em Montemor-o-Velho entre 22 e 26 de agosto com a participação de 1700 atletas de 66 países teve a presença de cinco paracanoístas nacionais. Floriano Jesus obteve o melhor resultado com o sétimo lugar na Final A dos 200 metros KL1, enquanto Norberto Mourão e Hugo Costa foram quarto e oitavo classificados, respetivamente, na Final B dos 200 metros KL2. Francisco Cruz e Abraão Vieira foram os restantes portugueses em prova.



Odivelas acolhe Campeonato do Mundo de Judo

O Pavilhão Multiusos de Odivelas vai receber o Campeonato do Mundo de Judo Adaptado da IBSA, Federação Internacional de Desporto para Cegos. A competição agendada para os dias 16, 17 e 18 de novembro terá como figuras nacionais as Esperanças Paralímpicas Djibrilo Iafa, Magnus Nhanco, Rúben Gonçalves e Miguel Vieira.



Taça do Mundo de Tiro com participação portuguesa

Adelino Rocha e Bruno Valentim são os representantes nacionais na Taça do Mundo de Tiro Adaptado World Shooting Para Sport a decorrer em Châteaufort, França, entre os dias 24 e 29 de setembro. A competição é válida para a contabilização de mínimos para Tóquio 2020.

Presidente da República felicita Seleção de Atletismo

Marcelo Rebelo de Sousa emitiu uma mensagem na página oficial da Presidência da República a felicitar a Seleção Nacional de Atletismo pela "conquista notável" das 17 medalhas alcançadas no Campeonato da Europa de Berlim.

"Mais do que acessibilidade: valor" apresentado a 2 de outubro

O livro "Mais do que acessibilidade: valor" da autoria da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa em colaboração com o Comité Paralímpico de Portugal terá a sua apresentação formal a 2 de outubro no Centro de Medicina e Reabilitação de Alcoitão, a par do Dia Paralímpico a realizar na mesma data e local. A sessão tem prevista a participação dos atletas paralímpicos Miguel Vieira e Sara Duarte, também protagonistas da obra.

Portugal brilha nos primeiros Jogos Europeus INAS

Portugal nos primeiros Jogos Europeus INAS realizados em Paris, França, no mês de julho. A competição exclusiva para atletas com deficiência intelectual deu a Portugal cinco medalhas de ouro, 13 de prata e oito de bronze, num total de 26 subidas ao pódio alcançadas nas modalidades de Atletismo, Remo Indoor, Parahóquei e Basquetebol.



Classificação de paracanoagem em formação

O Centro de Alto Rendimento de Montemor-o-Velho acolheu uma sessão de formação de paracanoagem promovida pela Federação Internacional de Canoagem. O evento decorreu a par do Campeonato do Mundo de Velocidade e Paracanoagem e contou com a participação dos formadores internacionais John Edwards e Fátima Fernandes, para além da presença da Vice-Presidente do Comité Paralímpico de Portugal, Leila Marques Mota.

Recorde-se que o Contrato-Programa assinado a 27 de março de 2018 pelo Instituto Português do Desporto e Juventude e pelo Comité Paralímpico de Portugal prevê o desenvolvimento de formações de classificadores desportivos para profissionais que cumpram os requisitos e tenham interesse em seguir esta área. Os interessados deverão em primeira instância contactar as federações de modalidade para obterem mais informações.

FLASH



Campeões da Europa homenageados

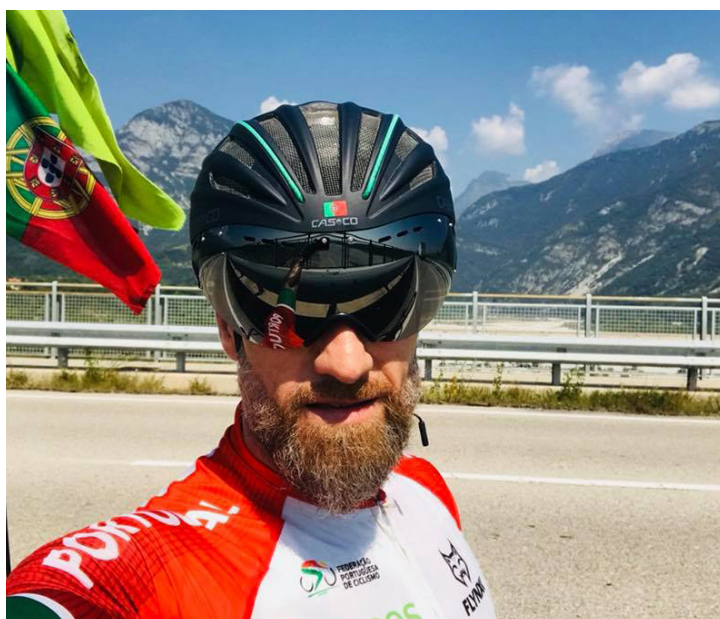
Quatro dos recém-consagrados Campeões da Europa de Atletismo foram homenageados pelas notáveis conquistas na competição que decorreu no em Maniago, Itália, de 2 a 5 de agosto. Carina Paim (ouro aos 400 metros T20), Carolina Duarte (ouro nos 400 metros T13 e prata nos 200 metros e nos 100 metros) e Luís Gonçalves (ouro nos 200 metros T12, prata nos 400 metros e bronze nos 100 metros) foram

ovacionados pelo público em pleno Estádio de Alvalade no intervalo do jogo entre Sporting CP e Feirense.

Mário Trindade também viu os seus êxitos serem reconhecidos pela Câmara Municipal de Viseu ao ser recebido pelo Presidente da autarquia, António Almeida Henriques, que sublinhou que o município viseense se "orgulha de ter contribuído para o sucesso" do velocista português.

Medalha de ouro dos 100 metros T52 e prata nos 400 metros da mesma classe, Mário Trindade agradeceu a homenagem e prometeu "trabalhar para retribuir da melhor forma" todo o apoio que tem recebido.

Os campeões da Europa preparam já nova época desportiva que tem como ponto alto o Campeonato do Mundo no Dubai em Novembro de 2019.



Luís Costa à beira do pódio no Mundial de Paraciclismo

Luís Costa (H5) foi a grande figura portuguesa no Campeonato do Mundo de Estrada de Paraciclismo decorrido em Maniago, Itália. O paraciclista ficou em quarto lugar na prova em linha de 68 km, depois de ter concluído o contrarrelógio no nono posto da classificação. Telmo Pinão (C2) foi oitavo na prova em linha e 19.º no contrarrelógio, enquanto o estreante Flávio Pacheco (H4) concluiu as mesmas especialidades no 15.º e 13.º lugares, respetivamente.

Portugal dá os primeiros passos no Paratriatlo

Filipe Marques e Emanuel Gonçalves protagonizaram este verão a estreia portuguesa em Campeonatos da Europa de Paratriatlo na competição realizada em Tartu, na Estónia. Filipe Marques foi sétimo na classe PTS5 e Emanuel Gonçalves terminou em 12.º em PTS4. De acrescentar que o Funchal será palco da Taça do Mundo de Paratriatlo a 28 de outubro de 2018.

Participação nos "Open Days" de Tóquio 2020



Por Luís Figueiredo, Vice-Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

Tive o prazer de participar, na companhia do Presidente José Manuel Lourenço, nos "2nd Open Days" em Tóquio, decorridos de 28 a 30 de Agosto. O evento organizado pelo Comité Organizador dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 teve a presença de 19 países num total de 44 delegados e visou apresentar as várias valências existentes para a competição.

Na agenda dos trabalhos constava uma retrospectiva das várias áreas da organização, nomeadamente os serviços disponíveis para os NPC's, a preparação dos Jogos Paralímpicos para as modalidades presentes, os vários processos de acreditação, alojamento, serviços médicos, bilhetes, locais de treino, transportes (de e para os locais de competição), logística, chegadas e partidas das delegações. Da agenda também fazia parte a visita aos vários locais de competição, com destaque para o Estádio Paralímpico e a Aldeia Paralímpica, e em todos eles foi possível constatar o avançado estado dos trabalhos.

Para além da grandiosidade e previsível qualidade de todas as instalações visitadas, é de registar o rigor com que a organização dos Jogos vai cumprindo todas as etapas na evolução dos trabalhos, salientando-se também que no primeiro semestre de 2019 a maioria das instalações estarão prontas para a realização dos eventos de teste, os quais serão realizados no decorrer do segundo e terceiro trimestres de 2019. Serão criadas seis novas instalações para as modalidades, sendo que quatro são provisórias.

O conceito básico do Comité Organizador passa pela maximização do uso dos locais de competição já existentes, tanto

Fotografia 1 Centro Olímpico de Ginástica **Fotografia 2** Aldeia Paralímpica de Tóquio **Imagem 1** Logomarca dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020 **Imagem 2** Someity Mascote de Tóquio 2020

pela intenção de a distância dos locais de competição à Aldeia Olímpica não ultrapassar os 30 minutos de deslocação como pela edificação de instalações que sejam usadas pelas vertentes Olímpica e Paralímpica.

Registámos também que existe da parte da organização uma preocupação para com os transportes para os locais de algumas competições, dada a forte intensidade de tráfego em Tóquio. A solução passa por criar vias de transporte dedicadas à mobilidade das delegações e a transmissão de alertas constantes para que o público utilize os eficientes transportes públicos. Podemos ainda acrescentar algumas curiosidades acerca dos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. Os Jogos Paralímpicos vão ter 22 modalidades, num total de 540 eventos com atribuição de medalhas. O número de atletas presentes será de cerca de 4.400 sendo que destes 1.800 serão mulheres. Das 22 modalidades presentes salienta-se a inclusão de duas novas: Badminton e Taekwondo.

Tóquio 2020 está a ser preparado por um Comité Organizador metódico, profissional e sempre preocupado com o cumprimento dos prazos estabelecidos, o que nos leva a prever o futuro sucesso daquele que é o segundo evento multidesportivo mais mediático do mundo. E Portugal lá estará representado por atletas empenhados em fazer o melhor possível pelo país.





EM FOCO

UMA DÉCADA DE CAMPEÕES

A história das 22 medalhas nos Campeonatos da Europa de Atletismo e Natação em 2018, ano em que o Comité Paralímpico de Portugal celebra uma década de vida.



Seleção Nacional no Campeonato da Europa de Natação Dublin 2018

O verão de 2018 trouxe consigo grandes vitórias e outros tantos motivos para celebrar. Os nossos atletas conquistaram 22 medalhas nos Campeonatos da Europa IPC de Atletismo e Natação e honraram da melhor forma o ano em que o Comité Paralímpico de Portugal celebra 10 anos de existência. Uma década marcada pela atribuição de tantas alegrias aos portugueses, com destaque para os 16 pódios conquistados com garra em duas edições de Jogos Paralímpicos e três de Surdolímpicos, para além das inúmeras medalhas alcançadas em competições internacionais por verdadeiros campeões que se superam a cada dia em prol de uma grande paixão.

A meio do ciclo para Tóquio 2020, é justo dizer que muito trabalho conjunto tem sido feito com qualidade e critério, mas muito há ainda por fazer. »



Ivo Rocha

Sempre com olhos postos no futuro, o CPP chega à década de existência na companhia de todos os seus membros, atletas e parceiros com o foco em fazer cada vez mais pelo desenvolvimento do movimento paralímpico em Portugal.

As vitórias desportivas, essas, são objetivos claros e sempre presentes, personificados por uma geração de super-desportistas que promete.

Francisco Teófilo, membro da Comissão Executiva do CPP e Chefe de Missão ao Europeu de Atletismo, afirma com certezas: "A união, solidariedade, empenho e dedicação são sinais vitais para o sucesso presente e futuro destes atletas".

Fatores que proporcionaram a elevação da bandeira nacional por 17 ocasiões nesta competição, sete das quais no lugar mais alto do pódio. Este foi, nas palavras do triplo medalhado Luís Gonçalves, um "campeonato muito positivo" em que as "expectativas foram superadas". Luís fala por si, mas o balanço adequa-se à globalidade da participação portuguesa em Berlim.

Os 23 atletas portugueses abrilhantaram a capital alemã com a ambição de conquista que permitiu transformar o

sonho em realidade. O sonho de uma época inteira de treinos, de esforço, de suor e sacrifício, transposto para a pista com o objetivo de chegar ao topo da Europa, de acelerar para o ouro em intensos segundos de intensidade máxima pela glória que fica marcada na história. "Mais vale ser rei uma vez do que príncipe a vida toda", conta-nos Mário Trindade a propósito da sua especialização recente nos 100 metros. E o trono chegou

mesmo para Mário, numa corrida disputada ao milímetro, ao centésimo.

Carina Paim foi outra das figuras deste Campeonato da Europa, rainha dos 400 metros após meses de "treino duro" que terminaram numa

"felicidade sem explicação". O abismo para as adversárias foi tão significativo que Carina trouxe para Portugal o Recorde da Europa com a ambição de "melhorar cada vez mais" as suas marcas. O céu foi o limite também para Carolina Duarte, velocista que confessa ter mostrado em Berlim "tudo aquilo que ambicionava para a época". Agora, diz Carolina, "é sempre a subir" na escalada para a conquista de "cada vez mais medalhas douradas".

Um orgulho sem limites

Fazendo uma retrospectiva ainda recente, não havia de

facto melhor forma de assinalar o 10.º aniversário do CPP do que com tantas conquistas. A Natação não foi exceção e no Campeonato da Europa de Dublin nadou a toda a velocidade para a conquista de duas medalhas de prata e três de bronze. Daniel Videira foi uma das grandes figuras ao se sagrar vice-campeão da Europa de 400 metros livres e terceiro classificado nos 100 metros livres numa prestação que classificou como "fantástica". Daniel teve desde o início a força de "acreditar que era possível", numa notável persistência que acompanhou também Susana Veiga capaz de a levar à prata nos 50 metros livres. "As adversárias eram muito fortes", conta Susana, revelando que foi "apanhada de surpresa" quando tirou a cabeça de água e viu "toda a delegação portuguesa a festejar". A jovem nadadora ficou "boquiaberta" pelo resultado, naquele que foi o primeiro capítulo de uma carreira ainda curta mas com margem para dar muitas mais alegrias aos portugueses.

O sonho comanda a vida de atletas que, nestas e em tantas outras modalidades, alimentam a aspiração maior de marcar presença nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020. Assim tem sido ao longo dos dez primeiros anos de vida do Comité Paralímpico de Portugal e assim continuará a ser, no desenrolar de um processo integrado de continuidade que tem por base a inclusão, a igualdade e a excelência desportiva e que só conhece limites para que os possa superar.

Os Campeonatos da Europa IPC de 2018 deram a Portugal um total de 17 medalhas no Atletismo e 5 na Natacão.



CAMPEONATO DA EUROPA DE ATLETISMO BERLIM 2018

Ouro

- Mário Trindade - 100 metros T52
- Cristiano Pereira - 1500 metros T20
- Luís Gonçalves - 200 metros T12
- Sandro Baessa - 400 metros T20
- Sandro Baessa - 800 metros T20
- Carolina Duarte - 400 metros T13
- Carina Paim - 400 metros T20

Prata

- Mário Trindade - 400 metros T52
- Carolina Duarte - 100 metros T13
- Miguel Monteiro - Lançamento do Peso F40
- Carolina Duarte - 200 metros T13
- Érica Gomes - Salto em Comprimento T20
- Maria Odete Fiúza - 1500 metros T11
- Luís Gonçalves - 400 metros T12

Bronze

- Luís Gonçalves - 100 metros T12
- Carlos Freitas - 400 metros T20
- Maria Graça Fernandes - 400 metros T38

CAMPEONATO DA EUROPA DE NATAÇÃO DUBLIN 2018

Prata

- Daniel Videira - 400 metros livres S6
- Susana Veiga - 50 metros livres S9

Bronze

- Ivo Rocha - 100 metros bruços (SB5)
- Marco Meneses - 100 metros costas (S11)
- Daniel Videira - 100 metros livres (S6)

**"A união,
solidariedade,
empenho
e dedicação são
vitais para o sucesso"**

Francisco Teófilo

Luís Gonçalves

Carolina Duarte



OPINIÃO

Inclusão para o conhecimento

Por Maria Fernanda Rollo, Secretária de Estado da Ciência, Tecnologia e Ensino Superior

A formação, nomeadamente de nível superior, a par da atividade científica, desenvolve-se numa sociedade cada vez mais exigente relativamente à responsabilidade das políticas, das instituições, dos seus responsáveis e de todos quanto frequentam o que podemos designar ecossistema do conhecimento, compreendendo as instituições de ensino superior (IES) e de ciência e tecnologia.

Num ambiente de crescentes expectativas, embora esteja ainda por cumprir uma meta satisfatória quanto à percentagem de recursos humanos com qualificação superior em Portugal, a sociedade em geral e cada um de nós, deposita na formação e na ciência um futuro com mais desenvolvimento e, assim o acredito, mais bem-estar e maior justiça social, a que se soma a justa e necessária ambição de uma maior democratização de acesso e fruição ao ensino su-

perior e ao conhecimento. Por outro lado, intensifica-se um contexto de acentuada vigilância pública, nomeadamente em matéria de supervisão da utilização de recursos públicos e da universalidade da sua fruição e utilização por parte dos cidadãos, que se acentua quando nos reportamos a políticas e instituições públicas. A consciência da indispensabilidade da formação e da contribuição do conhecimento para o devir, deve fazer-se acompanhar do propósito da universalidade, imperativa e inalienável, do direito à educação e do acesso ao conhecimento. Como é por demais evidente, sendo esse o desígnio que inspira a nossa atuação, trata-se de um direito para todos, inexoravelmente inclusivo, imperativamente passível de acolher todos quanto o procurem, nomeadamente as pessoas com deficiência.

A promoção da acessibilidade dos cidadãos com necessidades especiais ao ensino superior e ao sistema nacional de ciência e tecnologia é assumido como um objetivo nuclear, considerando constituir um meio imprescindível para o exercício dos direitos que são conferidos a qualquer membro de uma sociedade democrática e inclusiva.

Assumido esse propósito, criámos, com a Direção-Geral do Ensino Superior (DGES) e a Fundação para a Ciência e a Tecnologia (FCT), e em articulação com outras áreas governativas e diversas entidades, uma dinâmica especificamente dedicada à promoção da acessibilidade e da inclusão das

peças com deficiência no contexto de um programa designado Inclusão para o Conhecimento e organizámos um grupo de trabalho, envolvendo um largo conjunto de entidades, visando produzir um diagnóstico da situação e desenhar um plano de ação dedicado a promover a existência das condições adequadas à inclusão de pessoas com deficiência em termos de formação, desempenho de atividades docentes, não docentes e de investigação, de participação ativa na vida académica, social, desportiva e cultural, e acesso geral ao conhecimento no contexto das instituições de ensino superior e do Sistema Científico e Tecnológico Nacional (SCTN).

A observação da realidade que caracteriza o sistema de ensino superior e de ciência e tecnologia, nomeadamente considerando os dados respeitantes às pessoas com deficiência que frequentam/concluem o ensino secundário, suscita a maior atenção e uma atuação responsável e concertada. Evocando apenas alguns dados recentemente publicados pela Direção-Geral de Estatísticas da Educação e Ciência (DGEEC), resultantes do inquérito às necessidades educativas especiais no Ensino Superior – 2017/2018, existem 1 644 alunos com deficiência no ensino superior, 91,5% no ensino público (1 504) e 8,5% no ensino privado (140), refletindo, embora a relativa modéstia dos números, o crescimento do número de alunos com necessidades especiais a frequentar o 12.º ano. Quanto ao assunto que ocupa esta publicação, refira-se a existência de 13 instituições de ensino superior (11,6% do total de IES) com infraestruturas desportivas adaptadas aos alunos com necessidades educativas especiais e a de um conjunto de 12 instituições de ensino superior (10,7%) e 22 unidades orgânicas (8,3%) que oferecem diversas modalidades desportivas adequadas a alunos com deficiência como, por exemplo, andebol, atletismo adaptado, basquetebol, boccia, futsal ou voleibol. A modéstia dos valores compagina com a muito diminuta percentagem de estudantes do ensino superior que pratica atividade física, realidade que compõe matéria de reflexão e atuação pública.

A presença de cidadãos com deficiência, integrados nas IES e no SCTN, deve ser reflexo da adoção e implementação de políticas públicas inclusivas, beneficiando igualmente da assunção de mecanismos de responsabilidade social por parte das entidades deste ecossistema e de outras estruturas de caráter formal ou informal, como seja o Grupo de Trabalho para o Apoio a Estudantes com Deficiência no Ensino Superior, promovendo, em conjunto, uma estratégia e desenvolvendo um trabalho vincadamente colaborativo acertando o desenho de um plano de ação que se encontra em implementação.

Salientam-se, entre outras, pelo seu significado e impacto as seguintes ações já implementadas:

- a extensão do contingente especial para candidatos com deficiência física e sensorial à 2ª fase do Concurso Nacional

de Acesso e o aumento das vagas para 4% na 1ª fase e 2% na 2ª fase;

- a atribuição de bolsas de estudo, correspondente ao valor da propina efetivamente paga, para os estudantes com incapacidade igual ou superior a 60%
- a criação do Balcão IncluIES, lançado em 2016, através da DGES, compreendendo uma plataforma digital, reunindo num único sítio conteúdos sobre apoio à deficiência no âmbito do sistema de ciência, tecnologia e ensino superior, e o apoio a essa comunidade através dos serviços da DGES;
- a aplicação de um inquérito, pela DGES, a todas as IES sobre as condições das mesmas no apoio aos estudantes com Necessidades Educativas Especiais.

Por sua vez, as instituições de ensino superior e as ligadas ao sistema científico e tecnológico, têm pela frente desafios exigentes, no exercício da sua autonomia e em desejável sintonia com a dinâmica nacional. Concentrando-se nos seus objetivos essenciais, de formação e criação de conhecimento, confrontam-se e assumem a inexorável necessidade de criar contextos de inclusão (até na produção do conhecimento), de equidade de acesso, mas também de igualdade de fruição, promovendo a partilha do conhecimento, garantindo a formação de pessoas, com sentido humanista, observando com prudência e responsabilidade os equilíbrios necessários (até em termos de balanço tecnológico), inspirando-se nos bons princípios e práticas de investigação responsável. Não perdendo, acima de tudo, como propósito essencial, a contribuição para uma sociedade mais justa e com maior bem-estar e um mundo mais sustentável.



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

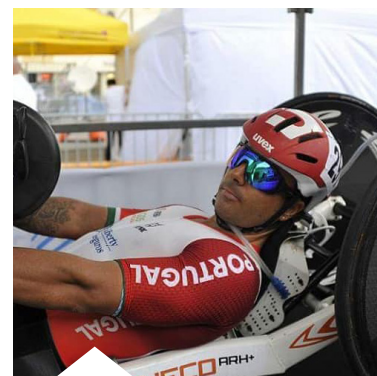
*Levamos para casa
5 medalhas,
muitas finais
e vários recordes
nacionais.
Fantástico. Que lindo
Europeu
para Portugal!*

Ivo Rocha
[fb.me/Ivo-](https://www.facebook.com/ivo-rocha)
[Rocha-136066539805326](https://www.facebook.com/Ivo-Rocha-136066539805326)



*Não poderia estar
mais feliz.
Agradecida,
sortuda
e abençoada.
Ter as pessoas
certas comigo
torna-me forte!*

Carolina Duarte
[fb.me/carolinaduarteatleta](https://www.facebook.com/carolinaduarteatleta)



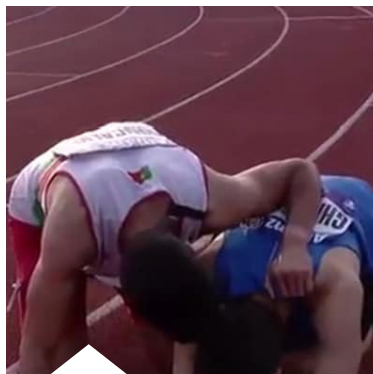
*A agressividade
e a audácia são
fundamentais para
o sucesso
no desporto.*

José Carlos Macedo
[fb.me/carlos.macedo.50746](https://www.facebook.com/carlos.macedo.50746)



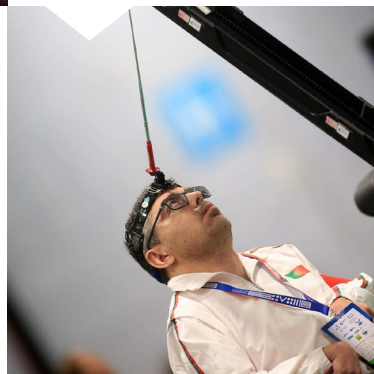
*Algumas fotos
da minha primeira
prova mundial!
Contrarrelógio!*

Flávio Pacheco
[fb.me/flaviopacheco.](https://www.facebook.com/flaviopacheco.handcycle)
[handcycle](https://www.facebook.com/flaviopacheco.handcycle)



*Vitória nos Europeus
2018, Final 200m T12.
Respeito pelo próximo
e pelo
adversário, sempre!*

Luís Gonçalves
[fb.me/luisgoncalvesfanpage](https://www.facebook.com/luisgoncalvesfanpage)



*Um dos momentos
mais emocionantes
da minha vida.
O abraço sentido
ao Floriano
Jesus pelo excelente
resultado obtido
no Mundial
de Paracanoagem.*

Norberto Mourão
[fb.me/norberto.mourao](https://www.facebook.com/norberto.mourao)



GRANDE ENTREVISTA

“Atletas são exemplos excepcionais e merecedores de todo o nosso reconhecimento”

Edmundo Martinho

Avalia de forma muito positiva a parceria do CPP com os Jogos Santa Casa e não hesita em reconhecer o valor dos nossos atletas. Mostra-se confiante para Tóquio 2020 e realça a importância das carreiras duais no desporto de alto rendimento. Estivemos à conversa com Edmundo Martinho, Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa.



A parceria entre os Jogos Santa Casa (JSC) e o Comité Paralímpico de Portugal (CPP) teve início em 2014. Como Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa (SCML) desde novembro de 2017 e estando ligado à instituição desde março de 2016 no cargo no Vice-Provedor com o pelouro dos jogos sociais, tem acompanhado de perto os frutos desta aliança. Como avalia o sucesso desta parceria?

A avaliação deve ser feita em dois sentidos diferentes. Primeiro, a avaliação que a Santa Casa faz da sua própria participação. Neste ponto, todos os indicadores que dispomos nos dizem que esta é uma aposta de sucesso e ganhadora que para a Santa Casa significa também cumprir uma missão sua, não só estatutária mas também genética. Depois há uma outra perspetiva de avaliação que é a dos atletas e dos agentes desportivos que é altamente positiva. Chega-nos

um conjunto de informações que apontam para que esta parceria da SCML com o Comité Paralímpico de Portugal (CPP) tem dado excelentes frutos e tem sido um contributo importante para o sucesso desportivo, que é fundamental, mas também para o fomento da participação na atividade desportiva e da capacidade inclusiva que o desporto possui. É uma das áreas que a Santa Casa se orgulha muito de fazer parte.

O CPP tem como missão a promoção do movimento paralímpico e surdolímpico através dos valores essenciais da igualdade, inclusão e excelência desportiva. Em que medida estes valores vão ao encontro da SCML e, em particular, dos JSC?

Tem tudo a ver. Os JSC possuem uma dimensão de natureza comercial e financeira mas têm na sua génese um princípio fundador relativo à forma como os jogos são colocados à disposição das pessoas e sobretudo no que concerne à responsabilidade de como são utilizados os recursos que geram. A Santa Casa tem a responsabilidade primordial de ser um fator de inclusão, proximidade, igualdade e equidade no acesso e naturalmente que a questão do desporto, com esta relação tão estreita com os jogos sociais do Estado, acaba por ser uma questão central em todo este processo. A SCML comunga plenamente destes princípios e é por esse motivo que esta parceria existe.

Em 2016, nos Jogos Paralímpicos do Rio, era Vice-Provedor da Santa Casa. Ficou mais atento ao movimento paralímpico nessa altura ou já era habitual seguidor desta dimensão desportiva?

Já era seguidor mas digamos que agora acompanho esta dimensão com uma intensidade diferente. Primeiro porque o conhecimento que se passa a ter, mais detalhado, dos resultados, das dificuldades, das vitórias, tudo isso nos ajuda a conhecer melhor a realidade. Não há dúvida nenhuma que o facto de estar aqui na Santa Casa e acompanhar de perto esta área dos jogos sociais do Estado e, em particular, estas dimensões de parceria e patrocínios de apoio da Santa Casa ao movimento desportivo traz um conhecimento maior. Fica-se mais desperto para esta problemática e sobretudo mais disponível para o apoio que seja necessário dar ao nível institucional mas também em termos pessoais da relação com os resultados e com os sucessos, não só dos resultados desportivos mas também relativos aos níveis de participação e à dupla dimensão dos atletas que podem conciliar a prática desportiva com a dimensão académica dos seus estudos. Todas estas questões dão-nos cada vez mais convicção naquilo que fazemos.

Esta dimensão desportiva tem sempre associada valores como a superação, a garra e o esforço de atletas que se empenham a fundo na atividade desportiva. Como é que vê o trabalho destes atletas?

Este é talvez um dos aspetos mais exaltantes do trabalho desenvolvido pelo CPP, federações e clubes envolvidos nesta área. Se de uma forma geral a atividade desportiva de alto nível é muito exigente no que diz respeito à disciplina e esforço diários, nestas circunstâncias essa exigência é muito mais acrescida. Tem um valor ainda mais relevante, ou seja, alguém que tem limitações de algum tipo e que ainda assim as supera conseguindo resultados, uma participação plena e motivar-se para isso acho que é merecedor de um grande relevo, representando um grau de exigência muito superior e uma capacidade de superação ainda maior. De facto é preciso combinar variadas dimensões da vida como o convívio com as limitações, a vontade de ir mais além, de avançar, de crescer e no fundo de dar um testemunho de que toda a gente pode ter uma participação ativa no desporto e que o desporto pode, por essa via, ser um grande fator de inclusão. Estes atletas são exemplos excecionais para nós e merecedores de todo o nosso reconhecimento e apoio.

A parceria entre os JSC e o CPP poderá também ser uma via para aumentar o conhecimento e o reconhecimento públicos do movimento paralímpico?

Não tenho dúvidas disso e, aliás, creio que isso acontece sobretudo quando há eventos com alguma dimensão mediática. É preciso perceber que os meios de comunicação têm um papel importante a desempenhar. Cabe a todos os agentes, e a Santa Casa também se considera um agente deste processo de crescimento do desporto paralímpico e do desporto para pessoas com limitações de algum tipo, dar esse contributo para que tudo se torne mais visível e mais presente na sociedade desportiva, dando nota do exemplo extraordinário de vida destas pessoas e do que elas representam para o país. É algo que todos nós temos obrigação de contribuir para que possa crescer, incluindo os meios de comunicação, as federações desportivas, o Comité, a Santa Casa e os próprios atletas.

No que concerne à dimensão académica, o apoio dos JSC ao CPP também se consubstancia ao nível das bolsas atribuídas aos atletas. Foram 26 bolsas de estudo atribuídas entre 2014 e 2017, é este um aspeto que a SCML e os JSC privilegiam?

Não há dúvida nenhuma. A Santa Casa e os jogos sociais do Estado não se podem entender como meros patrocinadores.

Este é um financiamento com um sentido, o de compatibilizar os valores de que falámos e contribuir para que os atletas possam simultaneamente, nesse tal esforço de superação, fazer o seu percurso desportivo tão bem sucedido quanto possível e ao mesmo tempo irem construído a sua carreira profissional e académica. Esse para nós é um aspeto essencial.

E é importante também que os atletas tomem consciência da importância desta dimensão...

Todos os testemunhos que vamos recebendo de atletas que foram bolseiros da Santa Casa vão exatamente nesse sentido. No sentido do darem o seu incentivo a outros atletas ao transmitirem que não será por razões financeiras que devem deixar de completar os seus percursos académicos em simultâneo com os desportivos. Isto tem que ser utilizado também como uma forma de estímulo para a transmissão aos jovens atletas que a atividade desportiva por si só não é suficiente e que é importante que sejam capazes de compatibilizar as duas áreas, sendo que nós estamos por cá para ajudar no que for possível.

Já em novembro deste ano decorrerá mais uma cerimónia de atribuição destas bolsas. Será mais um momento para transmitir esta mensagem e para divulgar o movimento paralímpico para o público em geral?

É essa a nossa intenção. A Santa Casa tem um conjunto de projetos nessa área, em tudo o que tem que ver com a inclusão e a criação de condições para todas as pessoas, independentemente da sua condição. Aproveitamos todos os momentos para sinalizar a importância do trabalho e do exemplo destes atletas e os momentos da formalização da atribuição das bolsas são sempre muito importantes e permitem-nos dar voz e vida a este tipo de iniciativas e àquilo que é o desporto paralímpico.

Os atletas que usufruem das bolsas estão enquadrados no Projeto Paralímpico, alguns enquanto Esperanças, e todos eles estão já a trabalhar para os Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020. Como perspetiva a participação portuguesa nesta competição?

Se olharmos para o percurso histórico da nossa participação e para os sinais que vamos recebendo dia-a-dia só podemos chegar à conclusão que a nossa participação é cada vez mais vasta, com mais modalidades e mais atletas, e sobretudo mais qualificada, com melhores resultados e uma participação mais plena. Creio que não será diferente nos próximos Jogos Paralímpicos. A nossa participação será com certeza

maior que a de 2016 e seguramente com melhores resultados. O trabalho que tem vindo a ser feito nos Centros de Alto Rendimento pelas federações e pelo CPP é um trabalho muito qualificado que só pode dar bons resultados a prazo. Estamos no caminho certo.

Já que falamos no futuro, podemos dizer que é intenção da SCML e dos JSC dar continuidade a esta parceria para além da linha temporal de Tóquio 2020?

Do lado da SCML esta é uma parceria de inegável sucesso no que corresponde aos objetivos para com o Comité e também para com os próprios atletas. Portanto tudo aponta e tudo nos diz que só pode continuar e aprofundar-se cada vez mais. Esta é uma relação muito importante para nós, que pretendemos não só manter mas também fazer crescer.





Fotografia 1 Edmundo Martinho, Provedor da Santa Casa da Misericórdia de Lisboa **Fotografia 2** Atribuição de Bolsas de Estudo JSC 2017 com atletas e entidades envolvidas **Fotografia 3** Dia Paralímpico na Empresa – JSC na modalidade de Boccia **Fotografia 4** Dia Paralímpico na Empresa – JSC na modalidade de Goalball **Fotografia 5** Representantes das principais entidades envolvidas na atribuição de Bolsas de Estudo JSC 2017





TALENTOS

O SONHO AQUI TÃO PERTO

Sara e Márcia Araújo são principiantes numa aventura que tem tudo para conhecer a glória. Portadoras de uma doença que lhes retirou quase a totalidade da visão, as gémeas de 17 anos veem muito para além das suas limitações e garantem que nada as impede de sonhar muito alto no mundo do atletismo. Uma história inspiradora capaz de acelerar a pulsação de quem alguma vez pensou em desistir.

Tudo começou quando Sara e Márcia Araújo tinham apenas 12 anos. As provas escolares de corta-mato motivaram as primeiras corridas e, com elas, as primeiras medalhas. O “bichinho da corrida”, como carinhosamente se referem ao atletismo, cresceu desde esse primeiro contacto com a modalidade e daí à competição foi um pequeno passo.

Tiveram a felicidade de conhecer, por acaso, uma rapariga que as convidou a experimentar correr numa pista. “Será que vou conseguir?”, recorda Sara ter pensado naquele

momento. Conseguiu. Dias depois estavam no Estádio 1.º de Maio, em Braga, envolvidas no ambiente que passaria a ser o seu local de treino diário.

“O primeiro dia foi muito emocionante, não tínhamos noção do que era uma pista. O sentimento foi instantâneo: desde que experimentámos nunca mais quisemos largar. Acabámos por ter a felicidade de seguir num desporto, ultrapassámos a barreira da limitação e colocámo-nos no desafio de competir. Isso é simplesmente maravilhoso.”, afirma Márcia.

Voar além-fronteiras

Iniciou-se passo a passo um “percurso incrível”, tal como descreve Sara Araújo, que conta já com três internacionalizações no “verdadeiro orgulho que é representar as cores da bandeira nacional”. A estreia foi em 2017 com o Campeonato do Mundo de Júniores em Notwill, Suíça, e no mesmo ano os Jogos Europeus da Juventude em Génova, Itália, trouxeram a



Márcia e Sara Araújo com a treinadora Ana Paula Pimentel

primeira medalha. Márcia Araújo foi bronze nos 100m (T12) e a irmã Sara seguiu-a na quarta posição. O brilhantismo do percurso das irmãs bracarenses prosseguiu já em 2018 nos Jogos da CPLP, com Márcia a trazer para Portugal duas medalhas de prata nos 100 e 200m e bronze nos 400m, acompanhada de perto por Sara com o bronze nos 200m.

“Ultrapassámos a barreira da limitação e colocámo-nos no desafio de competir. Isso é simplesmente maravilhoso”

Márcia Araújo

O objetivo máximo passa pelos Jogos Paralímpicos de Tóquio 2020, numa etapa decisiva de um sonho que “não tem limites”. Márcia diz já se ter imaginado num “estádio cheio de pessoas que apoiam o desporto adaptado”, sempre com a

maturidade de que “só o trabalho árduo diário poderá levar à concretização desse objetivo”.

Todo o esforço empenhado no dia-a-dia, com cinco treinos semanais, viaja muito além da meta das medalhas, numa verdadeira mensagem de superação inspiradora por natureza. “Um dos meus objetivos de vida é mostrar que uma pequena limitação não nos pode impedir de sonhar e de fazermos o que mais gostamos. Há muitos jovens que não aceitam as limitações que têm e por esse motivo não se envolvem na atividade desportiva, sem terem a consciência de que o desporto é fundamental para nos envolvermos com o planeta. O pensamento é só um: se nós queremos, lutamos e conseguimos”, conclui Márcia Araújo.

HISTÓRIAS DE SUPERAÇÃO

ACORDAR PARA A VIDA

Luís Costa

Teve um acidente de mota quando ia a caminho da sua própria festa de aniversário. Acordou cinco dias mais tarde com uma notícia ingrata: "Vamos ter que lhe cortar a perna". Passou por uma fase de revolta, superou-a, e encontrou uma nova vida no desporto. Hoje está no topo do paraciclismo internacional, parte integrante de um mundo que agora é o seu.



O dia 10 de junho de 2003 mudou para sempre a vida de Luís Costa. Era a data do seu aniversário, mas quando se dirigia de mota para a celebração entre familiares o inesperado aconteceu.

Recordações do momento, nenhuma. Apenas a memória, amarga, do momento em que percebeu que estava vivo.

"Fazia 30 anos naquele dia. Despistei-me não sei como, fui cuspidor contra um sinal de trânsito e esmaqueei uma das principais artérias da perna direita. Acordei cinco dias mais tarde no hospital, sem qualquer recordação do acidente nem do que se

tinha passado desde então. Estava em coma induzido, reduziram-me naquele momento a sedação e acordei rodeado de médicos. Um deles disse-me: vamos ter que lhe cortar a perna.", relata Luís Costa.

Só voltou a acordar depois da amputação parcial da perna direita, pouco acima do joelho. A reação que se sucedeu foi de revolta, de pensar que "aquilo não podia ter acontecido", de achar que "já não estava cá a fazer nada". Mas essa sensação "passou rápido", confessa Luís, e no dia seguinte a sair do hospital já estava no ginásio, pronto para uma nova vida. O bolo do aniversário,

que tinha sido congelado, "comeu-se por essa altura", já com a esperança de um futuro ainda desconhecido mas seguramente risonho.

Uma inspiração que veio por acaso

Foi ao assistir aos Jogos Paralímpicos de Londres 2012 que se iniciou, por acaso, a ligação ao paraciclismo. Luís apercebeu-se do mediatismo que envolvia o ex-piloto de Fórmula 1 Alessandro Zanardi e pensou: "Ele é amputado como eu, isto pode ter interesse para mim!". A modalidade era ainda desconhecida, mas a sua determinação desencadeou um processo que acelerou a toda a velocidade até à competição.



**PALMARÉS**

Oitavo Classificado nos Jogos Paralímpicos Rio 2016;
Bronze no Contrarrelógio do Campeonato do Mundo de 2017;
Terceiro lugar na final da Taça do Mundo 2017;
Número 3 do ranking mundial UCI em 2017.

"Foi tudo muito rápido. Fiz algumas pesquisas na internet, em pouco tempo já tinha a minha hand-bike e quando dei por mim apenas quatro meses depois já estava numa Taça do Mundo a competir contra o próprio Alessandro Zanardi", explica.

A partir daí, a história já é por muitos conhecida. Luís chegou rapidamente ao topo mundial da classe H5 de paraciclismo, participou no Jogos Paralímpicos do Rio 2016, foi medalha de bronze no contrarrelógio do Campeonato do Mundo de 2017 e terminou esse ano no terceiro lugar do ranking mundial.

Um percurso de glória que quer ver a sua página mais dourada em Toquio 2020 mas que, mesmo que terminasse hoje, já tinha valido a pena. Luís não tem dúvidas: "o acidente deu-me a oportunidade de descobrir um estilo de vida que amo, um mundo em que me sinto como peixe na água". Teve a coragem de transformar o negativo no positivo, a incapacidade na esperança, sempre com a ideia de que "se estamos vivos, há maneiras de viver". Só temos que nos saber adaptar.



1

MODALIDADE

- Modalidade Paralímpica desde 1984
- Destinado na sua maioria a atletas com paralisia cerebral.
- Praticado em espaço interior entre duas partes.
- Seis bolas vermelhas para um lado, seis bolas azuis para o adversário.
- Objetivo de lançar as bolas da respetiva cor para mais próximo possível da bola-alvo de cor branca, a primeira a ser arremessada.
- Lançamento das bolas pode ser feito com as mãos, pés ou com o auxílio de calhas para as deficiências motoras mais profundas.
- Jogado num campo de 12,5m de comprimento e 6m de largura.
- Jogadores podem-se mover apenas nos limites das 'casas' onde estão inseridos.
- A contagem dos pontos é feita após o lançamento de todas as bolas, vence quem estiver mais próximo da bola-alvo.
- O jogo é disputado em quatro parciais nas vertentes Individual e Pares e em seis parciais na vertente por Equipas.
- A competição existe nas vertentes individual (BC1, BC2, BC3, BC4), Pares BC3, Pares BC4 e Equipas BC1-BC2.
- Modalidade que já deu 26 medalhas a Portugal em Jogos Paralímpicos.

DESPORTO À LUPA

BOCCIA

Fotografia 1 Cristina Gonçalves

Fotografia 2 Abílio Valente

Fotografia 3 José Carlos Macedo



CLASSIFICAÇÃO

♦ **BC1** Atletas com limitações severas ao nível dos braços, pernas e tronco, capazes de lançar a bola de forma autónoma mas limitada. Podem competir com o auxílio de assistentes, que apenas podem ajustar a cadeira de rodas do jogador e entregar as bolas ao atleta se necessário. Permitido o lançamento da bola com o pé.

♦ **BC2** Jogadores com maior controlo do tronco e braços que os das classes BC1 e BC3. O superior controlo dos braços permite aos atletas atirar a bola de formas distintas.

♦ **BC3** Jogadores com características funcionais mais limitadas por não conseguirem arremessar a bola. Para o lançamento das bolas, os atletas utilizam calhas e capacetes com ponteiros e são sempre auxiliados por um acompanhante, que deve manter-se sempre de costas para a área de jogo.

♦ **BC4** Jogadores com muito fraca função das pernas e tronco, mas com capacidade para agarrar e lançar a bola. Abrange atletas com deficiências não cerebrais causadores de perda de força e/ou coordenação muscular.

MAPEAR A INCLUSÃO

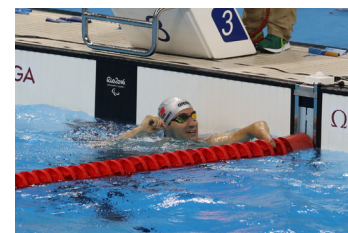


O Mapa de Inclusão Desportiva é um projeto do Comité Paralímpico de Portugal que visa aumentar a acessibilidade à prática de desporto por pessoas com deficiência através de uma plataforma que permite identificar por zona geográfica, modalidade e clube desportivo a oferta desportiva disponível.

A plataforma presente no site oficial do CPP reúne todas as informações relevantes dos mais de 80 clubes e 20 modalidades adaptadas espalhados por toda a extensão de Portugal Continental, Madeira e Açores e abertos à integração de novos atletas com as mais variadas tipologias de deficiência, disponibilizando os contactos dos clubes envolvidos.

Fotografia 1 Ricardo Soares
Fotografia 2 Ricardo Soares, Daniel Videira, David Grachat e o treinador Carlos Mota
Fotografia 3 Gino Caetano

Daniel Videira conquistou uma medalha de prata e uma de bronze no Campeonato da Europa de Natação de 2018 de Dublin nas vertentes de 400 metros livres e 100 metros livres, respetivamente, na classe S6.



David Grachat sagrou-se vice-campeão mundial em 2017 no Campeonato do Mundo de Natação realizado no México. Foi também medalha de bronze nos Europeus de 2014 e 2016 e no Mundial de 2015, sempre nos 400 metros livres (S9).

MAPEAR A INCLUSÃO

O que é o Mapa de Inclusão Desportiva?



A MINHA HISTÓRIA

COM A MIRA
APONTADA
AO FUTURO

Bruno Valentim

Era o miúdo que corria mais na sua rua. Praticava andebol, futebol, atletismo, natação até que aos 14 anos o “super-choque” de uma doença neuromuscular mudou para sempre a sua vida. O “deserto” de década e meia foi superado e aos 29 anos decidiu regressar ao desporto, a sua grande paixão. Conquistou três medalhas paralímpicas no Boccia e hoje dedica-se ao Tiro, sempre a treinar “para o topo”.



Bruno Valentim era uma criança como tantas outras. Corria, pulava, nadava, desde cedo apaixonado pelo desporto. O futebol, andebol, atletismo, equitação e natação pré-competitiva, faziam parte do quotidiano do rapaz que “era o mais rápido” da sua rua, mas aos 14 anos de idade a vida pregou-lhe uma rasteira. “Talvez devido ao excesso de carga física”, confessa Bruno, uma doença neuromuscular hereditária acentuou-se no seu corpo e condicionou para sempre o seu futuro.

“Comecei o meu 9.º ano a correr e saí a andar. Tive nessa altura o meu primeiro super-choque. Estabeleci as relações e vi o que me ia acontecer na vida. Parei tudo, fiquei 15 anos sem praticar desporto, um deserto muito grande. Naquela altura não existia grande divulgação das modalidades adaptadas e pensei que em termos desportivos tinha acabado”, confessa Bruno Valentim.

PALMARÉS

Na classe BC4 de Boccia, Bruno Valentim foi três vezes Campeão do Mundo Individual (1998, 2002 e 2006), uma vez Campeão Europeu Individual (2005), duas vezes Campeão do Mundo de Pares (2002 e 2006) e uma vez Campeão do Europeu de Pares (2001). Conquistou duas medalhas de prata em Atenas 2004 nas vertentes Individual e Pares e outra em Pequim 2008 em Pares.

Da intenção à prática num instante

Mas não acabou. Um dia viu na televisão “uns tipos italianos” com doenças neuromusculares a mergulhar e pensou: “Doa a quem doer, eu vou fazer aquilo”. Passado pouco tempo aventurou-se no mergulho desportivo em águas geladas que não ajudavam, mas a experiência serviu para abrir horizontes no mundo do desporto adaptado. Aos 29 anos, traçou então mais três desportos que queria praticar: o Boccia, a Vela e o Tiro.



A evolução foi rápida. Em meados do ano de 1996 estreou-se no mundo do Boccia e dois anos mais tarde já era Campeão do Mundo da classe BC4, dando início a um percurso recheado de sucessos na modalidade. O destaque vai, claro está, para as três medalhas de prata conquistadas nos Jogos Paralímpicos de Atenas 2004 e Pequim 2008, em outros tantos títulos de vice-campeão paralímpico em ambientes que o marcaram para sempre.

“Tive muitos sucessos no Boccia, fui três vezes Campeão do Mundo Individual. Não guardo amargura alguma por não ter chegado ao ouro nos Jogos, isso nunca me deixou desapontado. Participar nuns Jogos Paralímpicos já é a cereja no topo do bolo. Viver aquele momento é incrível, algo que o comum dos cidadãos não vive. A grande vitória do cidadão comum pode ser ficar rico e a sua medalha ser ter muitos milhões no banco, mas aqueles momentos pertencem aos



pessoas que lá estão. Ali vê-se o mundo à frente dos nossos olhos, é a experiência mais extraordinária que há”, descreve Bruno.

Num tom que mistura a nostalgia e a esperança de lá voltar, Bruno Valentim empolga-se a falar das sensações de viver uns Jogos Paralímpicos. Ele que gostava de “ir para a cantina paralímpica só para ver passar pessoas”, deixou o Boccia em 2009 e já depois da desejada passagem pela Vela abraçou um novo desafio: o Tiro.

Uma nova aventura

Sempre com a convicção de “não ficar órfão de desporto”, foi a Espanha por iniciativa própria para sentir o pulso a uma prova e efetuar a sua classificação funcional. Em Portugal a sua intenção era novidade já que “de repente, apareceu um tipo que não consegue segurar numa arma e que quer ter uma licença federativa”. O processo foi lento e complexo, mas Bruno não desistiu e acabou por conseguir começar a participar em competições nacionais de tiro e, “com muitos tiros na parede”, os resultados começaram a aparecer.

Em 2011 foi convidado para um estágio da Seleção Nacional e teve a oportunidade de conhecer Miguel Soares, o seu atual treinador, e a partir daí deu início ao seu verdadeiro processo evolutivo. Passados oito anos desde o seu início nesta nova modalidade, Bruno sente agora estar novamente em “condições para ingressar nos Jogos Paralímpicos”, quem sabe já em Tóquio 2020.

Os dados estão lançados e se o treino prosseguir com os níveis atuais “tudo pode acontecer” no Japão. Até lá, continua em empenhado em “andar para a frente, levar a vida com normalidade, correr mundo, conhecer gente, praticar desporto”, sempre com a mira apontada para o topo.

AGENDA

MESES DE ALTA COMPETIÇÃO

O último trimestre de 2018 traz consigo várias competições internacionais onde os nossos atletas vão dar tudo para honrar o país que representam. O final do ano é tempo ainda para o regresso do Dia Paralímpico e o festejo do 10.º aniversário do CPP.



SETEMBRO 2018

11 - 23

Jogos Equestres Mundiais
Tryon, USA

18 - 23

Future de Ténis em Cadeira
de Rodas
Porto, Portugal

22 - 30

Campeonato da Europa
de Goalball (B)
Cracóvia, Polónia

24 - 29

Taça do Mundo de Tiro
Adaptado
Châteauroux, França

26

10.º Aniversário do CPP
Monsanto, Lisboa

OUTUBRO 2018

02

Dia Paralímpico de Alcoitão
Alcoitão, Cascais

Apresentação "Mais do que
acessibilidade: valor"
Alcoitão, Cascais

19 - 22

Campeonato do Mundo de Meia
Maratona de Atletismo INAS
Coimbra, Portugal

28

Taça do Mundo de Paratriatlo
Funchal, Madeira

NOVEMBRO 2018

03

Campeonato Nacional de Cegos
e Baixa Visão de Judo
Odivelas, Portugal

21

Dia Paralímpico na Universida-
de – UTAD
Trás-os-Montes, Portugal

14 - 21

Open Mundial de Boccia BISFed
Dubai, EAU

DEZEMBRO 2018

03

Dia Paralímpico Municipal
Braga, Portugal



NOVEMBRO 2018

16 - 18

Campeonato do Mundo de Judo
IBSA

Odivelas, Portugal

A FECHAR

O PAÍS ESTÁ MAIS ADAPTADO?



Por Manuel Costa e Oliveira, Secretário-Geral do Comité Paralímpico de Portugal

Com o presente título, numa abordagem ao desporto adaptado e paralímpico, pretende-se perguntar ao nosso país se os portugueses estão mais adaptados, mais conscientes e participativos, face a esta vertente do desporto nacional.

Em resposta, diria que sim por um lado, perante todos e tão grandes acontecimentos que decorreram ao longo destes últimos anos, mas por outro não hesito em dizer que não, perante o longo caminho que todos ainda temos de percorrer. Trata-se, sem dúvida, de uma questão cultural, na qual uma maior perceção do que se passa

nesta realidade, por parte de todos e cada um, que temos de saber promover e incentivar.

Expliquemos um pouco melhor. O acesso ao desporto adaptado e também paralímpico é reconhecido na Lei portuguesa, felizmente. Portanto, por aqui, todo e qualquer indivíduo, seja com que deficiência for, tem acesso à atividade desportiva, em perfeito pé de igualdade e sintonia com qualquer outro cidadão, mesmo qualquer outro.

Mas pensemos bem, será isto que já se passa entre nós? Pensamos que não.

De facto, por razões de ordem cultural, social, económica e outras, muito português com deficiência não tem acesso ao desporto, sendo importante percorrer o caminho antes referido, com a tomada de consciência coletiva que também apontámos. Trata-se, assim, de uma questão que tem que ser muito trabalhada, desde as instâncias oficiais, passando pelo Comité Paralímpico de Portugal, Federações, Associações, Clubes, Autarquias e todos os demais chamados a participar no processo.

Mas reconheçamos que um certo percurso já se fez.

Um bom exemplo disso foram as recentes medidas legislativas, que equiparam (ou tendem a equiparar, em alguns casos) os apoios a atribuir ao desporto paralímpico, em comparação com a vertente olímpica. Outros exemplos se aguardam, nomeadamente ao nível de outros protagonistas, nos quais as Autarquias também serão um grande exemplo, de quem muito se espera. O CPP - Comité Paralímpico de Portugal - está disponível para liderar este processo, com todas as medidas que já está a implementar e outras que se venham a mostrar oportunas.



**Dos
primeiros
obstáculos
às grandes
Conquistas**

O Desporto Adaptado tem todo o nosso apoio.

Os Jogos Santa Casa são o principal Patrocinador do Comité Paralímpico de Portugal e da Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência. São também Parceiros no desenvolvimento e na dinamização do Desporto adaptado junto das Federações de Basquetebol, Canoagem, Ciclismo, Judo, Remo e Ténis de Mesa.

 **JOGOS**
SANTACASA
uma boa aposta

www.jogossantacasa.pt

PARALÍMPICOS

10 ANOS SEM PENA E COM MUITAS CONQUISTAS



Patrocinador Principal



Parceiros



Parceiros Institucionais



Patrocinadores Oficiais



Parceiros Pro Bono



Media



Hotel Oficial

