



Editorial



Mais um verão que passou... e estamos novamente no Outono... o cair das folhas...o tempo mais húmido... as manhãs mais frescas. Ao chegar novembro, temos, contudo, uma sugestão que vai poder «aquecer-nos» e unir-nos num espírito solidário.

No dia 18 de novembro, pelas 21h00, no Auditório Municipal Augusto Cabrita, participe no nosso próximo evento de angariação de fundos, protagonizado por 'Enzo Lopez & Convidados'! Para tal, convidamos os nossos parceiros, utentes, familiares, sócios, trabalhadores e até amigos a juntarem-se à nossa causa. Esta é também uma forma de comunicarmos e de cultivarmos a boa imagem da "NÓS".

Um bem-haja a todos!

Pedro Santos, Membro da Direção da NÓS

Espetáculo de Angariação de Fundos

*Espetáculo Solidário
pela Associação NÓS*

**ENZO LOPEZ
&
Convidados**

HANAH RAMOS



CHICO MORENO



TONY DA COSTA



BILHETES: 5 Abraços Solidários
• Crianças até 6 anos: 2 abraços

**Venda: AMAC e Posto de Turismo
do Barreiro**

Reservas: Sede da NÓS (Casquilhos)

+ INFO: Tlm 93 055 74 93

Apoios:



AMAC | 21H00

18 NOV. 2016

**Parque da Cidade
do Barreiro**

Organização:



**'Enzo Lopez & Convidados' sobem ao palco
do AMAC a 18 novembro**

Se ainda não tem muitos planos para novembro, reserve o próximo dia 18 para participar no espetáculo solidário que o cantor **Enzo Lopez** vai dinamizar no Auditório Municipal Augusto Cabrita (AMAC) e deixe-se contagiar pelo estilo musical que este jovem angolano vai trazer ao Parque da Cidade do Barreiro com o álbum 'Saudade', na companhia dos seus amigos **Chico Moreno, Hanah Ramos e Tony da Costa**. O concerto inicia-se pelas 21h00 e tem como principal objetivo angariar fundos para a dinamização de vários projetos da Associação NÓS.

Ao participar neste evento, além de passar uma noite agradável e com boa música, estará a apoiar a Associação NÓS e a ajudar esta instituição a cumprir a sua missão: promover a inclusão de pessoas com deficiência e em situação de desvantagem social.

Os bilhetes estão à venda no AMAC e no Posto de Turismo do Barreiro e têm o valor de 5 Abraços Solidários; os bilhetes de crianças até 6 anos têm o valor somente de 2 Abraços Solidários. A compra direta em ambos os locais é a forma mais fácil de adquirir o seu bilhete; na sede da NÓS – Rua Aquiles de Almeida, Nº1, Santo André (Casquilhos), 2830-226 Barreiro – poderá, contudo, fazer a reserva do mesmo mediante pagamento.

Para a organização deste evento dinamizado pela Equipa de Angariação de Fundos da NÓS, a

Associação conta com o apoio da Câmara Municipal do Barreiro, da União de Freguesias do Barreiro e Lavradio, da União de Freguesias de Alto do Seixalinho, Santo André e Verderena, da Digital Music e do Salão Nina Cabeleireiros.



Atividades na NÓS



Sessões quinzenais de 'Yoga para NÓS' - utentes e familiares cuidadores

As sessões de Yoga quinzenais e gratuitas destinadas a familiares cuidadores de pessoas com deficiência previstas para as terças-feiras, no ginásio da nossa sede, estão a ter lugar às sextas-feiras (das 10h00 às 11h00), em sessões conjuntas com os NOSs Utentes! Dinamizadas por Rita Carneiro e Sofia Coelho, estas sessões de Yoga da [ACRSI, Associação Raiar do Sol Interior](#) são uma mais-valia para pais e filhos, fruto da parceria existente entre a Associação NÓS e esta Associação amiga. A próxima sessão é já no dia 18 de novembro!

Notícias da NÓS

Paula Teixeira é a nova Madrinha da Associação NÓS

Paula Teixeira, cantora portuguesa e intérprete de Língua Gestual, é desde o início de outubro de 2016, Madrinha da NÓS. A mais recente figura pública Amiga desta instituição aceitou o convite da respetiva Direção e Equipa Angariação de Fundos e juntou-se a Isabel Angelino, aos Anjos e a Ricardo Pereira para levarem o nome da NÓS mais longe e a mais gente.

Em visita à sede da Associação NÓS, a 3 de outubro, Paula Teixeira conviveu com os Utentes do Centro de Atividades Ocupacionais e das Residências Autónomas e espalhou sorrisos entre abraços com os seus novos Amigos, aos quais prometeu voltar mais vezes. Junto da Direção e da Equipa de Angariação de Fundos da NÓS, Paula Teixeira deu a conhecer um pouco do seu percurso de ligação a instituições como esta desde os seus 12 anos de idade, em prol das quais tem dedicado parte da sua vida num contexto de valores como a solidariedade, a cooperação e a integração.

Valores como estes têm já vindo a ser transmitidos às crianças e aos jovens do concelho do Barreiro no âmbito de algumas atividades realizadas pela NÓS baseadas no livro 'O Som das Cores' de Paula Teixeira. "Esse é um exemplo de como já estávamos ligados à Paula Teixeira mesmo antes de ser nossa Madrinha e temos muito gosto em que represente também a nossa instituição", refere Elisabete Guinote, membro da Direção da NÓS.



Leia mais na [Secção de Notícias](#) do nosso site.

Academia do Korpo e Centro Técnico Dentário Luso são novos parceiros da NÓS



A NÓS formalizou, no final de outubro, a sua parceria com a Academia do Korpo e com o Centro Técnico Dentário Luso, Lda.. "Trabalhar em comum em prol da comunidade" é o objetivo destas três entidades.

Com a colaboração da Academia do Korpo, os trabalhadores, sócios e voluntários da NÓS vão beneficiar da oferta da inscrição neste ginásio, bem como de um livre-trânsito especial que reduz a mensalidade para quem beneficia de

Protocolos com Entidades. Jorge Santos, proprietário da Academia do Korpo, admite que as portas deste ginásio "estão abertas para abraçar projetos e parcerias, relacionados com Exercício e Saúde". A articulação com o Centro Técnico Dentário Luso possibilita, por sua vez, a todos os utentes da Associação NÓS e respetivos familiares diretos, bem como a trabalhadores, sócios e voluntários da instituição usufruir de um desconto de 25% em todos os serviços das áreas de Medicina Dentária, Laboratório de Prótese, Osteopatia, Terapia da Fala, Psicologia e Psicoterapia neste centro. Ana Luísa Silva, administradora do Centro Técnico Dentário Luso, corrobora que a parceria com a NÓS será, desta forma, "uma aprendizagem mútua, ou seja, uma partilha de conhecimentos e um trabalho em prol da comunidade".



Ligue **760 300 444** e **AJUDE-NOS A AJUDAR!**

Linha de Valor Acrescentado (custo de 0,60€+IVA revertendo 0,48€ para a Associação NÓS)

