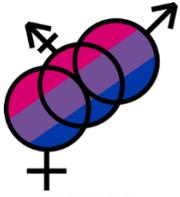




Boletim Trimestral

Auto-Representantes

Julho 2013



A Discriminação na
Homossexualidade
- Vitor Borges



A Caminhada Mágica
- Grupo GAR



Destinos de Viagem -
Madrid
- Vitor Borges, Nuno Cabral,
Nelson Monteiro, Fernando
Afonso



Sugestão de Moda –
Biquinis
- Inês Kwit, Dora Lapa,
Helena Alfaro



Sugestão Musical
- Dora Lapa



Colónias de Férias – Tocha
e Rio Maior
Grupo GAR



Notas de Contacto – OCP e
CERCIOEIRAS
Grupo GAR



Sugestão de Culinária
- José Maria



Editores

Vitor Borges

Nuno Cabral

Inês Kwit

Dora Lapa

Fernando Afonso

Helena Alfaro

Nelson Monteiro

José Maria Cambeiro

Pessoa de Apoio
TO Raquel Pereira



CERCIOEIRAS

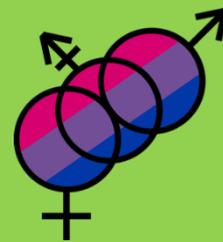
COOPERATIVA DE EDUCAÇÃO E REABILITAÇÃO
DE CIDADÃOS COM INCAPACIDADE, CRL

Impresso com o apoio





A DISCRIMINAÇÃO NA HOMOSSEXUALIDADE



AS PESSOAS HOMOSSEXUAIS DEVEM TER OS MESMO DIREITOS QUE TODOS OS OUTRAS. QUALQUER PESSOA TEM O DIREITO DE ESCOLHER DE QUEM GOSTA E COM QUEM QUER NAMORAR E CASAR. OS CASAIS HOMOSSEXUAIS DEVERIAM PODER ADOTAR CRIANÇAS, PORQUE O QUE INTERESSA É QUE ELAS TENHAM UMA FAMÍLIA QUE GOSTE DELAS, EM VEZ DE ESTAREM EM INSTITUIÇÕES. ACHO ERRADO ALGUÉM SER GOZADO SÓ PORQUE GOSTA DE OUTRA PESSOA DO MESMO SEXO. NÃO VEJO DIFERENÇA ENTRE UM CASAL HOMOSSEXUAL E OS MEUS PAIS, DESDE QUE GOSTEM UM DO OUTRO E NOS TRATEM BEM.

**CADA UM FAZ SUA PRÓPRIA OPÇÃO
E VOCÊ NÃO TEM O DIREITO DE
OPRIMÍ-LA!**



**HOMOFOBIA NÃO SE JUSTIFICA;
SE COMBATE E SE DESTRÓI!
SOMOS TODOS IGUAIS**

Caminhada Mágica

No dia 17 de Maio, a CERCIOEIRAS organizou a V Caminhada Mágica, durante a campanha do Pirlampo Mágico.

Como sempre pudemos contar com a presença de famílias e amigos de outras instituições e parceiros da comunidade.

Apesar do mau tempo, correu muito bem, foi divertido, porque além da caminhada, houve muita dança e muito ritmo.

Gostámos muito de voltar a estar com a Kuka.





Festividades locais

- 15 de maio: San Isidro Labrador
- 13 de junho: San Antonio de la Florida
- 16 de julho-25: Festas de Virgen del Carmen
- 6 de agosto-15: Festas de Virgen de la Paloma
- 7 de agosto: San Cayetano
- 10 de agosto: San Lorenzo
- 9 de novembro: Festas de Virgen de la Almudena

Destinos de viagem

“Bem vindos a Madrid”



É a capital e a maior cidade da Espanha

pode viajar ate madrid de carro, avião, comboio ou de autocarro.

Os invernos são frios com geadas frequentes e neve rara. Os verões são cálidos e secos com temperaturas máximas que muitas vezes superam os 35 °C.



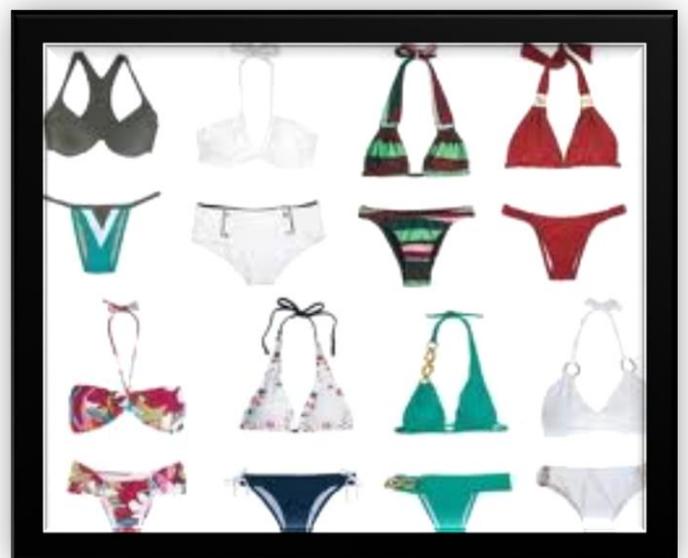
MODA FEMININA

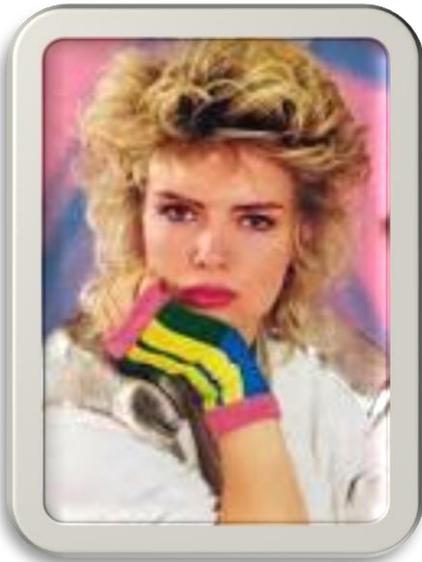
Biquinis

Deixamos aqui algumas sugestões de biquinis para este verão, agora que o bom tempo chegou.

Nós adoramos ir às compras de biquinis.

Meninas metam-se em forma!





Sugestão Musical

Regresso aos Anos 80

Samantha Fox e Kim Wilde

Eu gosto da Samanta Fox, porque ela é bonita e tem o cabelo bonito. Uma das minhas músicas preferidas é Thouch me, touch me now.

Adoro a música da Kim Wilde, especialmente a The Kids in America.

Apesar de já terem passado muitos anos, as músicas delas ainda



Colónia de Férias Rio Maior

24 a 28 Junho de 2013

Este ano fomos a um sítio novo em Rio Maior.

Foi muito giro! Fizemos muitas atividades, como ir à praia, nadar no rio, fazer caminhadas e fomos a uma gruta. Que tinha morcegos....

Fizemos uma visita às salinas, onde ficámos a conhecer como se formava o sal.

Gostámos também de ir ao Bar da escola de surf.

As pessoas foram muito simpáticas e gostámos muito do hotel onde ficámos.

À noite podíamos ver a lua cheia e durante o dia desfrutar da paisagem, que era muito bonita.

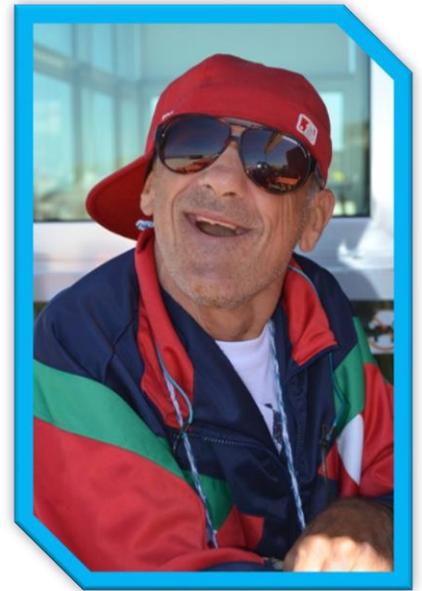
Esperamos voltar a repetir para o próximo ano.

Colónia de Férias – Tocha

17 a 21 de Junho 2013

Gostamos de ir à Tocha, porque temos piscina, praia, bar, discoteca e muito espaço para nos divertirmos.

Fomos dar passeios e apesar do mau tempo, nos últimos dias o sol lá apareceu!





NOTAS DE
CONTATO
OCP E
CERCIOEIRAS
18 DE JULHO 2013



ESTÁVAMOS MUITO NERVOSOS PELA NOSSA PRIMEIRA APRESENTAÇÃO. CORREU MUITO BEM E AS NOSSAS FAMILIAS E AMIGOS GOSTARAM MUITO. TEM SIDO MUITO INTERESSANTE APRENDER A TOCAR OS VÁRIOS INSTRUMENTOS.

ACHO QUE ESTIVEMOS DE PARABÉNS POR ESTE PEQUENO CONCERTO E ESPERAMOS NO PRÓXIMO JÁ TER MELHORADO.





O Chef José Maria Cambeiro, sugere para menu:

Entrada: Folhado de salsichas

Prato Principal: Massa com cogumelos e natas

Sobremesa: Bolinhos de canela

Entrada - Folhados de salchicha

Ingredientes:

1 lata de salsichas cocktail



100 gr de queijo ralado



400 g de massa folhada



1 ovo para pincelar



Modo de preparação:

1. Ligar o forno a 180 °C.
2. Forrar o tabuleiro com papel vegetal
3. Estender a massa
4. Cortar a massa aos quadrados pequenos.
5. Cobrir a massa com queijo e enrolar uma salsicha e cada quadrado
6. Pincelar com o ovo
7. Levar ao forno cerca de 30 a 35 minutos



Prato Principal – Massa com cogumelos e natas

Ingredientes:

Cogumelos



Natas



Bacon



Massa



Modo de preparação:

1. Num tacho ponha uma colher de margarina e junte os cogumelos e o bacon e deixe refogar.
2. Acrescente as natas, tempere de sal e pimenta e deixe o molho engrossar.
3. Coza a massa em água temperada com sal, escorra e misture tudo.



Sobremesa – Bolinhos de canela

Ingredientes:

300 g de farinha



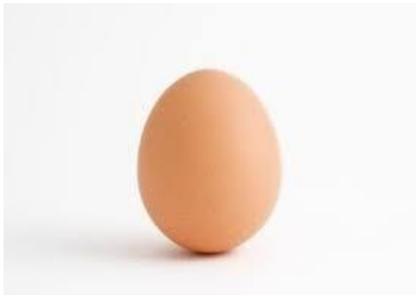
125 g de manteiga amolecida



100 g de açúcar



1 ovo



Canela em pó



Modo de preparação:

1. Misturar bem todos os ingredientes, sem a canela;
2. Faça pequenas bolinhas com as mãos
3. Passe as bolinhas por canela
4. Coloque as bolinhas num tabuleiro forrado com papel vegetal
5. Levar ao forno a 180°C a 200°C, durante 25 minutos

