



BRINCAR/CRESCER/APRENDER

Bola Amarela

MAIO 2025 - EDIÇÃO Nº25 - DEPÓSITO LEGAL Nº 274256/08



A APAC TEM FUTURO...

“(...) PRETENDEMOS IMPLEMENTAR NOVAS ESTRATÉGIAS PARA RESPONDER AOS DESAFIOS EMERGENTES E ASSEGURAR A SUSTENTABILIDADE DA APAC”

(DESENVOLVIMENTO DAS NOTÍCIAS NAS PÁGINAS 4 E 5)

NESTA EDIÇÃO

O REGRESSO DO BOLA AMARELA

3

A APAC TEM FUTURO

50 anos da APAC

4

UMA NOVA VISÃO

com Paulo Mata

5

OLHAR AS NOSSAS CRIANÇAS

Sofia Antunes

6

MAUS TRATOS NA INFÂNCIA

Carla Pereira

7

SABIAS QUE...

Mário Imperioso

8

CUIDAR PARA RELACIONAR

Vânia de Jesus

9

VIVÊNCIAS NA APAC

Graça Brás

10

UM PERCURSO COMO TANTOS OUTROS

Luísa Caleço

11

INFORMAÇÕES

12





O REGRESSO DO BOLA AMARELA

**ANA LÚCIA GÓIS E ANA FEITICEIRO
(EDUCADORAS DE INFÂNCIA)**

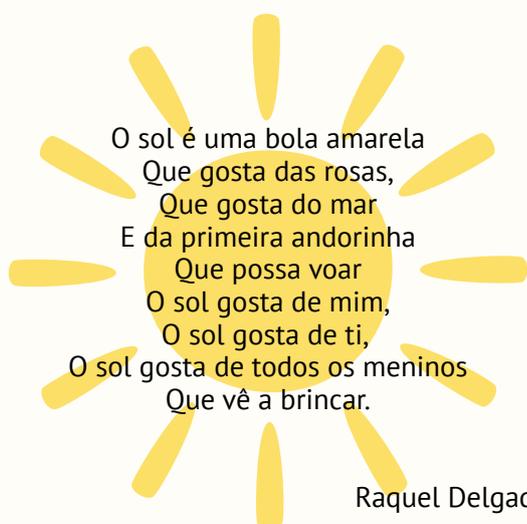
O Bola Amarela é um boletim de informação que retrata as atividades desenvolvidas com os utentes da instituição e aborda temas da área pedagógica e de interesse de toda a comunidade envolvente.

Teve a sua 1ª edição no ano de 2008, em formato físico, distribuído gratuitamente pelos associados e instituições do concelho.

Após uma interrupção na sua publicação, e sendo a APAC uma instituição com mais de 50 anos de experiência na área educativa, dando resposta a um elevado número de utentes, sentiu-se a necessidade de retomar a sua edição.

Regressa com uma nova imagem, apenas em formato digital, a pensar nas novas gerações, com novos conteúdos, contribuindo assim para a formação de opinião e debate de ideias, de forma a abrir as portas da instituição a toda a comunidade.

O “Bola Amarela” voltou! Esperamos que desfrutem e contribuam para o seu sucesso.



O sol é uma bola amarela
Que gosta das rosas,
Que gosta do mar
E da primeira andorinha
Que possa voar
O sol gosta de mim,
O sol gosta de ti,
O sol gosta de todos os meninos
Que vê a brincar.

Raquel Delgado



A APAC TEM FUTURO

A Associação Popular de Apoio à Criança (APAC) comemora no ano de 2024, cinquenta anos de vida.

Uma já longa história a servir com dedicação, entrega e qualidade a população da Póvoa de Santa Iria, em particular as suas crianças, o que a tornou numa das instituições de referência do concelho de Vila Franca de Xira. Tem sabido desde sempre adaptar-se a diversos desafios e contextos, mantendo-se fiel à sua missão de promover um ambiente educativo, seguro e inclusivo.

Na última década, a instituição enfrentou uma série de desafios económicos, sociais e financeiros, com origem fundamentalmente no período da Troika e mais recentemente com a Pandemia da COVID-19, exacerbados por uma combinação de fatores como uma alta inflação, políticas governamentais instáveis, concorrência crescente e crises geopolíticas.

Os efeitos destes acontecimentos foram agravados pelo assumir de alguns princípios e opções de gestão menos adequados a este cenário, os quais, por força das circunstâncias, obrigaram a APAC a prosseguir por um caminho de dificuldades económicas e de desgaste interno.

No entanto, como em qualquer organização viva e dinâmica, há momentos em que se torna necessário refletir, ajustar e renovar as práticas, sem nunca perder de vista o objetivo principal: continuar a ser uma referência de qualidade e apoio para todos os que servimos.

UMA NOVA VISÃO

PAULO MATA
(PRESIDENTE DA DIREÇÃO)



No próximo quadriênio, pretendemos dar continuidade ao que até aqui foi bem feito e simultaneamente implementar novas estratégias para responder aos desafios emergentes e assegurar a sustentabilidade da APAC, com foco na inovação, na melhoria contínua e no fortalecimento das nossas parcerias que conduzirá à regeneração e ao inevitável crescimento.

Existe assim a necessidade de nos recentrarmos e assumirmos, através deste plano de ação, o compromisso de trabalhar em equipa: direção, funcionários e pais, aproveitando o conhecimento dos que já cá estão e a energia de quem agora se junta a este desafio.

Estamos certos que a APAC tem futuro, com união, transparência e dedicação e que só desta forma é possível construir esse futuro, honrando o nosso papel na comunidade e reforçando a confiança de todos os que acreditam em nós.



OLHAR AS NOSSAS CRIANÇAS

SOFIA ANTUNES
(VICE-PRESIDENTE DA APAC)

A APAC, símbolo de resiliência, proatividade e sentido de Comunidade, tem desenvolvido a sua ação para e com as crianças, pois acreditamos que, “Não existe revelação mais nítida da alma de uma sociedade do que a forma como esta trata as suas crianças.” [i](sic. Mandela, Nelson)

Assim, o compromisso assumido por Portugal, com a Convenção sobre os direitos das crianças[ii], precipitando as políticas públicas na criação legislativa de atuação e proteção em matérias de infância e juventude, elencou em todos a necessidade de definir modelos de prevenção dos maus-tratos na infância. Este é um compromisso assumido pela APAC, com a implementação de um trabalho articulado e focado na garantia de conforto, aconchego, felicidade, segurança e tranquilidade das nossas crianças.

A nossa ação diária evoca-nos para a criação de uma comunidade educativa familiar, com elevado sentido de compromisso na garantia de um ambiente seguro e promotor do desenvolvimento integral das nossas crianças, promovendo a exploração e criação de um espírito crítico, que construa a consciência do Direito da criança, por essa e por todos os cuidadores.

Conhecer e perceber as nossas crianças é urgente... pois “A infância não se repete, nem na lembrança, nem na imaginação.” (cit. Torga, Miguel).

A todos, Família e Comunidade, temos o Dever de ver com um olhar atento, para e com as nossas crianças, onde assumimos o compromisso, envolvimento e reconhecimento da criança como Ser de Direito, que na sua individualidade precisa do cuidado e atenção de uma flor que só floresce uma vez... não olhar pode implicar ter de reconstruir o que de mais precioso se pode perder... a INFÂNCIA.

Assim, vamos continuar a construir pontes para crianças felizes...

ii] A 20 de novembro de 1959 a Assembleia Geral das Nações Unidas adotou a Declaração dos Direitos da Criança e no mesmo dia, em 1989, a Assembleia adotou por unanimidade a Convenção sobre os Direitos da Criança (CDC). O documento foi ratificado em 1990, inclusive por Portugal.



MAUS TRATOS NA INFÂNCIA

CARLA PEREIRA
(EDUCADORA DE INFÂNCIA)

Os maus tratos na infância violam os direitos fundamentais das crianças.

Toda a criança tem direito à vida, à proteção e ao amor. Porém, nem sempre é o que acontece, muitas sofrem de agressões físicas, psicológicas e negligência no seu ambiente familiar.

Esses abusos comprometem o seu bem estar físico e emocional, deixando marcas profundas para sempre.

A sociedade tem o dever de denunciar e combater qualquer forma de violência na infância.

A escola, a família e o Estado devem agir juntos, de modo a promover um ambiente seguro e acolhedor.

O silêncio perante o abuso, também é uma forma de violência!

SABIA QUE...

Quando falamos de violência contra crianças, não podemos esquecer de falar também da violência online, que acontece enquanto a criança está em frente à tela jogando ou navegando na internet. Muitas vezes os pais subestimam os riscos de violência a que uma criança pode ser submetida online.

Uma criança pode ser sujeita a formas de violência psicológica, como o cyberbullying, que é o bullying que acontece online, através de mensagens, comentários ou imagens.

Além disso, as crianças podem ser vítimas de tentativas de sedução por parte de adultos, que podem se disfarçar como colegas de idade ou amigos online.

A exposição a conteúdos violentos ou inapropriados também é uma forma de violência online que pode afetar negativamente as crianças. O sexting é a prática de compartilhar conteúdo explícito sem consentimento ou coerção, o que pode ter consequências graves para as crianças envolvidas. O grooming é o processo de seduzir e manipular uma criança por parte de um adulto, com o objetivo de abusar.

O assédio online é a prática de enviar mensagens ou comentários ofensivos ou ameaçadores para alguém online. O doxing é a prática de publicar informações pessoais ou privadas de alguém online sem consentimento, muitas vezes com o objetivo de humilhar ou ameaçar a vítima. A criação de perfis falsos online também é uma forma de violência online, pois pode ser usada para enganar ou manipular as pessoas.

Esses exemplos mostram que há formas de violência online que deixam marcas nas crianças e não podem ser subestimadas. Um pai deve garantir que a criança se aproxime da vida online apenas na idade certa e com uma presença constante ou com mecanismos de controle como o controle parental.

MÁRIO IMPERIOSO

DOUTORANDO NA "ÁREA DA GEOGRAFIA HUMANA/ PERCEPÇÃO E O COMPORTAMENTO DAS CRIANÇAS NA REALIDADE VIRTUAL"
(VOLUNTÁRIO DO CATL DA APAC)



CUIDAR PARA RELACIONAR

As relações pedagógicas referem-se ao vínculo estabelecido entre os educadores (em sentido lato, profissionais e família) e as crianças nos seus respectivos contextos educativos, englobando componentes afetivas, comportamentais e sociais.

Estas relações devem ser de qualidade e basearem-se no cuidado pelo outro – numa educação pelo amor e com amor, integradas num sistema de ensino-aprendizagem justo, onde impera o humanismo e a generosidade.

A expressão de sentimentos positivos com as crianças, criados na demonstração de amor e carinho, são “inputs” para as suas autoestimas. Daí advém o reforço das suas competências e uma maior estruturação das suas personalidades futuras.

O ambiente onde as crianças estão inseridas deve ser, sobretudo, humano e psicológico, onde as famílias/cuidadores falem a linguagem do amor ... do amor que educa, que ensina e que mostra a existência de limites. É assim fundamental educar e mimar as crianças, mas também estabelecer limites – é um ato de amá-las!

Uma relação pedagógica de qualidade não se impõe, cultiva-se! Ela nasce também da escuta atenta e da empatia e toca no que é profundamente emocional! É quando o educador compreende que educar é, antes de tudo, um ato de amor – firme e orientador, mas nunca opressor.

Estes são os fatores essenciais para uma relação pais/filhos e/ou cuidadores /crianças eficaz, de cuidado e de qualidade – onde se constroem pontes, em vez de distâncias ou barreiras e onde se acolhe...

E, assim, entre palavras e silêncios, descobertas e conquistas, birras e abraços, lágrimas e sorrisos, vai-se construindo algo maior: um vínculo que forma não apenas o intelecto, mas também o coração!!

VÂNIA DE JESUS
(PSICÓLOGA EDUCACIONAL)

VIVÊNCIAS NA APAC

GRAÇA BRÁS
(AUXILIAR DE EDUCAÇÃO)

Ao longo destes 43 anos em que a APAC foi a minha segunda casa (ou muitas vezes a primeira), deparei-me com inúmeros desafios.

A forma como a educação é encarada actualmente não é a mesma como quando iniciei aqui o meu percurso profissional. As prioridades nas aprendizagens, a forma de actuar, as abordagens e intervenções junto das famílias e até as próprias brincadeiras eram diferentes, que eram mais espontâneas e livres.

Essas mesmas alterações obrigam-nos a ir atrás de mais formação e de um envolvimento grande para que as possamos acompanhar e agir de acordo com os novos tempos, com as ferramentas adequadas aos tempos que correm.

Mas como se diz na gíria, quem corre por gosto não cansa, e eu não me canso de todos os dias dar um bocadinho de mim a todos os que por mim passam, sejam eles crianças, colegas ou pais. Espero que quando sair da APAC me levem na memória e no coração, como levarei certamente, todos eles.





FOTO: REPORTAGEM RTP À APAC EM JANEIRO DE 2010

UM PERCURSO COMO TANTOS OUTROS

LUÍSA GALEÇO
(EDUCADORA DE INFÂNCIA)

Comecei a trabalhar na APAC em outubro de 1996, como educadora de infância. O início decorreu no regime de substituições de educadoras ausentes temporariamente. A primeira oportunidade surgiu no ATL (ainda a funcionar em salas do Palácio da Quinta da Piedade), passando depois para a educação pré-escolar, quer na Sede quer na Delegação dos Caniços.

Após terminar este ciclo de substituições, no início do ano letivo 1997-1998, fui chamada para integrar a equipa do ATL, desta vez com vínculo efetivo.

De acordo com a formação profissional adquirida e identidade pessoal, sempre considerei que o mais importante no meu desempenho devia ser a dedicação, sensibilidade e um grande compromisso com o desenvolvimento integral das crianças.

Em 2001, fui convidada para coordenar o sector do ATL, convite que aceitei, não por ambição, mas por sentir que era um desafio ao meu alcance.

Foi um percurso que mantive até mudar para a coordenação do sector da educação pré-escolar, a partir de 01 de setembro de 2022.

Todos estes momentos, em contextos diversificados, formas de comunicar, diálogos, reflexões, concordâncias e discordâncias, entre outros, contribuíram para consolidar o meu desempenho profissional durante 28 anos e 8 meses.

Como em tudo na vida, a caminhada faz-se com pequenos passos, mais apressados ou mais lentos, subordinados ao ritmo de todos os intervenientes.

Olhando para trás, num contexto de caminhada profissional, só posso concluir que beneficieei de uma grande aprendizagem, na minha passagem pela APAC.

Agora que chegou o momento de pausa nas responsabilidades profissionais, ficam os tempos de reflexão e apreço pelo desenvolvimento pessoal alcançado.

É tempo de parar, descansar e reunir nova energia para outra etapa da vida.

INFORMAÇÕES



Associação Popular de Apoio à Criança

RESOLVA O JANTAR NUM PASSO: VENHA À APAC!



A PARTIR DO DIA 5 DE MAIO, TEMOS DISPONÍVEL UM SERVIÇO QUE ABRANGE TODOS OS ASSOCIADOS DA INSTITUIÇÃO

- EMENTA PUBLICADA MENSALMENTE.
- A RESERVA PODE SER FEITA PARA [TAKEAWAY@APAC.PT](mailto:takeaway@apac.pt), POR ESTE MEIO É OBRIGATÓRIO VALIDAR O SEU E-MAIL JUNTO DOS SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS OU NA CHILDIARY.
- RESERVAS FEITAS ATÉ 4ºF, ÀS 15H PARA A SEMANA SEGUINTE
- HORÁRIO DE ENTREGA, DE 2ºF A 6ºF, ENTRE AS 16H30 E AS 18H30
- POSSIBILIDADE DE LEVAR SÓ A SOPA POR 1,50€
- PARA MAIS INFORMAÇÕES DIRIJA-SE A UMA DAS NOSSAS SECRETARIAS

A REFEIÇÃO É COMPOSTA POR:

- PÃO
- SOPA
- PRATO PRINCIPAL
- FRUTA OU SOBREMESA

VALOR: 6,50€ (APLICADO IVA À TAXA LEGAL)

A DIREÇÃO

FÉRIAS DE VERÃO NA APAC
JULHO E AGOSTO
DOS 6 AOS 15 ANOS

Consultar programa na secretaria, CATL e site oficial da Apac

INSCRIÇÕES ABERTAS PARA: APAC, CAFs e EXTERNOS!

ARRAIAL APAC

27/06/2025

Bola Amarela

Propriedade: APAC - Associação Popular de Apoio à Criança
Fundadores: Rosa Macedo - Paulo Mata - Luísa Caleço
Coordenação: Rosa Macedo
Edição/Paginação: Rosa Macedo - Fábio Cirilo
Colaboradores Permanentes: Maria Rodrigues, Paula Carapinha, Vânia de Jesus, Tânia Fidalgo, Cristina Paula, Lúcia Góis, Estela Letra

Contactos

Sede:
Tel: 219 592 507 Fax: 219 564 885 Tlm: 925 700 620
Delegação Caniços:
Tel: 219 593 689 - Fax: 219 540 459
Delegação Quinta da Piedade:
Tel: 219 540 450 - Tlm: 925 493 643
www.apac.pt apac@apac.pt [@apacoficial74](https://www.instagram.com/apacoficial74)