

PALHAÇOS ²⁰¹³₂₀₂₃ D'OPITAL



10 ANOS
a espalhar sorrisos



Comemorar as conquistas e sonhar!

Comemorar uma década de existência, é esse o principal objetivo desta revista. E se com a nossa história poderíamos ter avançado com um livro, pensámos que uma revista seria mais divertida, mais colorida e “bem-disposta”, mais parecida com o nosso ADN. Isto de ser Palhaço em contexto hospitalar, arte que levamos muito a sério, como vão perceber enquanto desfolharem a nossa história, as nossas conquistas e desafios, tem muito que se lhe diga. Tudo começou com um sonho, o sonho do Jorge de ser um Doutor d’Opital. Mas, como se costuma dizer, ao lado de um grande Palhaço, está sempre uma grande equipa! E este sonho tem sido conquistado graças ao envolvimento da nossa equipa, padrinhos e embaixadores, hospitais parceiros e profissionais de saúde, investidores sociais... de todos os que têm contribuído para que se torne realidade.

O sonho comanda a vida! O sonho tem comandado a nossa vida!

Por isso, sonhamos com hospitais com mais Humanização, mais Alegria, mais Humor, mais Afetos, de Norte a Sul. Sonhamos com uma sociedade em que os Mais Velhos se sentem mais acarinhados, mais acompanhados, mais valorizados, em que sentimos que vale a pena envelhecer! Ou não estivéssemos todos nós a caminho... A Palhaços d’Opital não é apenas uma organização de artistas que trabalham em ambiente hospitalar. A nossa missão também passa por ações que contribuem para a mudança de mentalidades e para a valorização e dignificação da pessoa Mais Velha.

Pela nossa parte, prometemos continuar a sonhar!
E todos os dias trabalhamos no nosso sonho!

Venham sonhar connosco!
Venham nesta viagem com a vossa Palhaços d’Opital...
Para que o amanhã seja um sonho bonito de se viver!



ISABEL ROSADO

Co-fundadora/Presidente PALHAÇOS D’OPITAL




pág. **30**

pág. **26**

pág. **44**

pág. **54**

pág. **48**

pág. **56**

pág. **52**

pág. **96**

A iniciativa de inovação e empreendedorismo social (IIES) Palhaços d'Opital é financiada pelo Fundo Social Europeu da União Europeia através do PO ISE - Programa Operacional para a Inclusão Social e Emprego do Acordo de Parceria Portugal 2020, no âmbito das Parcerias para o Impacto promovidas pela Estrutura de Missão Portugal Inovação Social, no quadro de um projeto candidatado ao Aviso para Apresentação de Candidaturas n.º POISE-39-2019-11, correspondendo à operação com o código universal POISE-03-4639-FSE-000677.

Cofinanciado por



ÍNDICE

- 06. **10 ANOS EM SORRISOS**
- 11. **AVALIAÇÃO DE IMPACTO**
- 16. **IIES PALHAÇOS D'OPITAL**
- 20. **DOUTORES D'OPITAL**
- 25. **FORMAÇÃO ARTÍSTICA**
- 26. **EFHCO - IVANA BACANOVIC**
- 29. **PADRINHOS & EMBAIXADORES**
- 54. **SNS - FERNANDO ARAÚJO**
- 56. **APAH - XAVIER BARRETO**
- 60. **HOSPITAIS PARCEIROS**
- 71. **INVESTIDORES SOCIAIS**
- 96. **PORTUGAL INOVAÇÃO SOCIAL - FILIPE ALMEIDA**
- 98. **FMAM - RUI PEDROTO**
- 100. **GALA DOS SORRISOS**



PALHAÇOS D'OPITAL

O trabalho da Palhaços d'Opital (PdO) não se mede em anos, mas em sorrisos. E, nos últimos dez anos, orgulhamo-nos de dizer que o nosso trabalho, a nossa missão foi responsável por muitos milhares de sorrisos.

10 ANOS EM SORRISOS

2013

- Fevereiro de 2013**
Fundação da Associação sem fins lucrativos Palhaços d'Opital
- 12 de Fevereiro de 2013**
1ª visita
1º Hospital Parceiro
Centro Hospitalar Baixo Vouga, Aveiro
- Março**
2º Hospital Parceiro - Hospital Distrital da Figueira da Foz, EPE
- 20 de Agosto**
Ruy de Carvalho e Paula Carvalho apadrinham a Palhaços d'Opital

2014

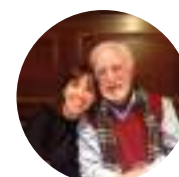
- Agosto**
1º vídeo promocional
- Setembro**
1ª Formação com Sérgio Claramaunt
- Novembro**
3º Hospital Parceiro
Centro Hospitalar Tondela-Viseu (CHTV)

2015

- Gonçalo Diniz acompanha a Palhaços d'Opital em visita ao HAJC e ao CHBV
- Prémio Sapo Solidário



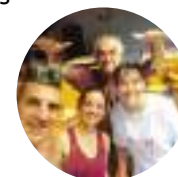
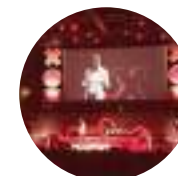
- Participação do Risotto e Belita em "Bem-vindos a Beirais" (episódio 124) "Rir é o melhor remédio"
- 1ª Avaliação de Impacto
- Projeto "Um Sorriso Maior" SCM Coimbra Fundação EDP
- Março**
Pedro Abrunhosa no Hospital Distrital da Figueira da Foz

**8**
HOSPITAIS**895**
VISITAS**4360**
HORAS**785.100**
PESSOAS ALÇAÇADAS**2016**

- Fevereiro**
3º aniversário da Palhaços d'Opital Jantar solidário
- Março**
Doutora Donizete Chiclete/Susana Gonçalves integra a equipa artística
- The Healthcare Clowning International Meeting 2016
- Formação com Olivier Terrault e Rui Paixão
- Junho**
1º Encontro Nacional de Cuidadores Informais de Alzheimer e Demências Similares

2017

- Luís Aleluia - HAJC Cantanhede
- 4º Aniversário Gala "Cantanhede a RIR"
- Prémio Solidariedade Diário As Beiras
- Formação Rodrigo Robleño
- Abril**
Jorge Rosado orador no TedxOporto
- Jorge Rosado e Isabel Rosado Oradores na conferência C2UExpo 2017 Vancouver/Canadá
- Outubro**
4º Hospital Parceiro IPO Coimbra
- Novembro**
Nilton no IPO de Coimbra





2018
César Mourão
CHBV Aveiro



5º aniversário
Café da Manhã
da RFM



Fevereiro
Ruy de
Carvalho
IPO Coimbra



Doutor Caracol/
Luís Semedo
integra a equipa
artística



Healthcare
Clowning
International
Meeting HCIM
Austria



Maio
Evento solidário
de Stand Up Comedy

Novembro
Apresentação no
Parlamento Europeu



2019

Novo logo da Palhaços
d'Opital



Doutora Bem-Haja/
Beatriz Melo integra
a equipa artística



Nilton e
Sónia Santos
Embaixadores



Doutora Milla Nezza/Marta Rosas
integra equipa artística

Setembro
5º Hospital Parceiro
Unidade Local de
Saúde de Matosinhos
(ULSM)



Fevereiro
8º Hospital Parceiro
Centro Hospitalar de São João
E.P.E. (CHUS)

Gala 10º Aniversário
Coliseu Porto Ageas

Isabel Rosado nomeada na
categoria Solidariedade
dos Prémios ACTIVA Mulheres
Inspiradoras

2023

Rebranding do logo
SUMO Portugal

Março
d'Opital TVL

Regresso às Visitas IPO Coimbra

Julho
1ª minissérie:
"Coimbra dos Amores"



Julho
Estudo "Bioriso"

Setembro
Doutor Amoroso/Guilherme Castro
integra equipa artística



Outubro
Campanha Notoriedade

Dezembro
"Entre Paredes d'Opital"
IPO Coimbra

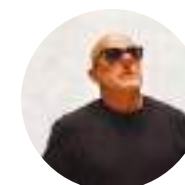
2020

2021

Isabel Rosado Top
100 Mulheres mais
influentes na área
Social na Europa
em 2021



Março
Pedro Abrunhosa
Embaixador



2022

Sofia Cerveira
Embaixadora



Março
integram a equipa
artística Doutora Bem-
Mequer/Estrela Cabral
e Doutora Limonete/
Marta Garcia Cruz

Abril
HCIM 2022

EFHCO
(European Federation
of Hospital Clown
Organizations)
"Associate Member"

10ª Conferência
de Valor APAH

Virtual Healthcare
Clown - Erasmus +

Distinção
pela Comissão
para a Igualdade
no Trabalho
e no Emprego - CITE

Abril
Regresso às visitas presencias

Junho
"Coimbra dos Amores" Mimesis

Prémio Nobre Casa
de Cidadania 2021

2ª minissérie -
"Um prédio do avesso"
Garantir Cultura

TORNA-TE AMIG@ D'OPITAL

E VEM CONNOSCO ENCHER
OS HOSPITAIS DE SORRISOS!



PALHAÇOS
D'OPITAL



O AMIG@ D'OPITAL FAZ DONATIVOS
MENSALIS OU ANUAIS NO VALOR
MÍNIMO DE 60€/ANO



AVALIAÇÃO DE IMPACTO

AVALIAÇÃO DE IMPACTO

Desde a fundação da Palhaços d'Opital que investimos na avaliação do impacto da nossa intervenção, por forma a validar a pertinência da mesma.

E não podíamos estar mais orgulhosos dos resultados alcançados, que validam o que todos os dias sentimos no nosso trabalho!

1ª TESE DE MESTRADO DE ALICE LONGRAS, 2015

Título: O poder analgésico do riso

“Introdução: O riso através do “doutor palhaço” traz inúmeros benefícios ao doente hospitalizado. Para além de humanizar o tratamento, tem poder analgésico. Neste trabalho, procedeu-se à avaliação da intensidade da dor em (...) idosos internados, antes e após a atuação de uma dupla de “doutores palhaços”, com formação específica na área.

Métodos: Estudo longitudinal em que foram incluídos 40 doentes, 20 crianças e 20 idosos, com dor aguda, internados nos serviços de Pediatria e Medicina Interna, respetivamente. O estudo decorreu no Centro Hospitalar do Baixo Vouga, E.P.E. - Aveiro e no Hospital Distrital da Figueira da Foz, E.P.E. Foi aplicada (...) a escala numérica da dor a idosos, antes e depois da atuação da dupla de “doutores palhaços” da Associação “Palhaços d'Opital”. Os dados foram avaliados através do SPSS 20, com um nível de significância de 5%

Resultados: Ocorreu uma diminuição significativa da intensidade da dor após a atuação dos “doutores palhaços” (...) foi encontrada uma maior diferença na intensidade da dor em idosos que se encontravam institucionalizados antes do internamento e naqueles em que a dor era o único sintoma.(...) Após a confirmação

do seu poder analgésico, o riso deve ser reconhecido e instituído como uma terapêutica complementar. Os “doutores palhaços” devem ser integrados na equipa hospitalar, de modo a potencializar e humanizar outras medidas analgésicas aplicadas.”

2ª ANÁLISE DE BIOMARCADORES DE BEM-ESTAR E BIOENERGIA

Título: BioRiso

Este projeto de investigação foi desenvolvido a partir de uma colaboração entre a Associação Palhaços d'Opital e o Laboratório de Biomedicina Mitocondrial e Teranóstica do Centro de Neurociências e Biologia Celular (CNC) da Universidade de Coimbra, com a participação do Instituto Português de Oncologia de Coimbra – IPO de Coimbra e da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra.

“Do ponto de vista qualitativo, os resultados evidenciam um conjunto de reações emocionais e comportamentais positivas, que se compreendem como resultado do envolvimento das pessoas participantes conseguido através da interação dos doutores Palhaço com o seu público. As expressões de testemunho reforçam os dados quantitativos de satisfação com a presença dos doutores d'Opital e realçam claramente a aceitação e a valorização da intervenção como um trabalho que é importante, deve continuar e mesmo alargar-se no tempo e na sua frequência. Dando voz a uma utente: “A gente sabe que tem a doença, mas ultrapassa tudo. É uma alegria, uma felicidade que a gente sente. Parece que não existe doença. É bonito e dá saúde”.

Este é um estudo piloto/exploratório, com um número reduzido de amostras em cada grupo. (...) é possível afirmar que os biomarcadores indicam que a intervenção da Palhaços d'Opital diminui significativamente o stress e sugerem o aumento das capacidades empáticas e a partilha social da felicidade, bem como da bioenergia.”



SÊNIORES

81,7%

DOS SENIORES AUSCULTADOS

Mudança do estado de espírito -
sentimentos de leveza, alegria, animação
e alteração do estado anímico



PROFISSIONAIS

80%

DE CONCORDÂNCIA

(escala de concordo + concordo totalmente)
reportam para a percepção do impacto das atuações
da dupla de Doutores d'Opital



83,6%

os/as seniores
que acompanha
andassem menos
aborrecidos/as

83,6%

os/as seniores
sentem-se mais
animados e com boa
disposição a maior
parte do tempo

85%

os/as seniores
tornam-se mais
comunicativos/as
entre si e com
o ambiente que
os/as rodeia

74,7%

percepcionam que
os/as seniores tem
mais facilidade
em relaxar

74,6%

percepcionam
que os/as seniores
sentem-se menos
dominados pelas
suas preocupações

FAMILIARES E/OU ACOMPANHANTES

70%

de concordância



74,5%

concorda totalmente

Reconhece que a
atuação da dupla
da Palhaços d'Opital
tornou a visita dos
inquiridos ao hospital
mais agradável

85,1%

concorda totalmente

Que o ambiente
do hospital
também beneficia
dessas atuações

3ª AVALIAÇÃO DE IMPACTO
MAGNA CONSULTORES1. AVALIAÇÃO ATRAVÉS DA AUSCULTAÇÃO
AOS SENIORES HOSPITALIZADOS

Verificou-se uma percepção de **MELHORIA DO BEM-ESTAR APÓS A INTERVENÇÃO DAS PERFORMANCES DOS PROFISSIONAIS DA PALHAÇOS D'OPITAL, EM 81,7% DOS SENIORES AUSCULTADOS**. Com destaque para a **mudança do estado de espírito**, reportando a sentimentos de **leveza, alegria, animação e alteração do estado anímico**.

Partilha-se, de seguida, algumas narrativas dos seniores hospitalizados, que corroboram os resultados anteriormente descritos

*“São uma lufada de ar fresco.
Para além da alegria, trazem
simpatia, carinho, amor,
uma palavra de conforto”*

*“Em muitas situações de fragilidade,
tornam os dias mais agradáveis e divertidos”*

*“Tornam o dia menos pesado para
quem está internado, mais calmo
e diminuem os pensamentos
negativos que uma ida
ou estadia no hospital
poderá provocar”*

Assim sendo, concluiu-se haver uma **mudança no estado anímico dos seniores** – claramente percecionada pelos próprios – em consequência das *performances* artísticas da Palhaços d'Opital.

2. AVALIAÇÃO DE IMPACTO
JUNTO DOS/ÀS PROFISSIONAIS

A metodologia definida prevê também um outro instrumento de recolha de dados junto do grupo de profissionais de saúde que se encontrava nos serviços (de todas as unidades hospitalares onde ocorreram as visitas/intervenções artísticas), com intuito de se aferir a percepção da utilidade das visitas artísticas e a relação com o estado anímico dos seniores hospitalizados. Aferiu-se que as afirmações que congregaram mais de

80% de concordância (escala de concordo/concordo totalmente), reportam para a percepção do impacto das atuações da dupla de Doutores d'Opital.

Veja-se:

- ✓ os/as seniores que acompanha andassem menos aborrecidos/as (83,6%);
- ✓ os/as seniores sentem-se mais animados e com boa disposição a maior parte do tempo (83,6%);
- ✓ os/as seniores tornam-se mais comunicativos/as entre si e com o ambiente que os/as rodeia (85%);
- ✓ percepcionam que os/as seniores tem mais facilidade em relaxar (74,7%);
- ✓ percepcionam que os/as seniores sentem-se me-nos dominados pelas suas preocupações (74,6%).

Destacaram a **ALEGRIA**, a **ANIMAÇÃO**, a **BOA DISPOSIÇÃO**, a **DESCONTRAÇÃO**, a **HUMANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS** como fatores de diferenciação da intervenção das performances da Palhaços d'Opital.

No que respeita à **percepção dos inquiridos sobre o impacto das atuações das duplas de Doutores d'Opital**, com **74,3% de concordância total**, a dimensão que remete para o **contributo para a humanização dos serviços do hospital**.

*“Nos dias em que estão
no meu serviço, nota-se
uma melhoria no humor,
principalmente
dos utentes”*

*“Problemas e dificuldades encarados e resolvidos
com um espírito de maior leveza e serenidade”*

*“A sua presença traz alegria
a um espaço associado ao sofrimento”*

*“O momento em que estão presentes o tempo
para um bocadinho para esquecer
a realidade dura do hospital
e deixar vir só de cima um sorriso/
/gargalhada genuína que é raro
no dia a dia e faz-nos tão bem
física e mentalmente.”*

*“São uma lufada de ar fresco e alegria
que inundam o serviço, nem que seja
por uns minutos, mas nesses minutos
doentes e profissionais pensam noutras coisas,
sorriem e conseguem abstrair-se
da complexidade do contexto da oncologia”*



Da análise das respostas dos profissionais, ressalta a percepção dos mesmos face à adequabilidade e utilidade das visitas da dupla de Doutores d'Opital e na relação destas com o estado anímico dos/as seniores que acompanham. Mais de 80% das respostas validam que a intervenção alterou a postura dos/as seniores para **MENOS ABORRECIDOS E MAIS ANIMADOS E COMUNICATIVOS**, permitindo um estado anímico **MAIS ALEGRE, DE ENERGIA MAIS POSITIVA**.

Os profissionais percebem, ainda, a importância destas intervenções para além da população sénior, reconhecendo o seu impacto nas suas práticas profissionais e, consequentemente, o seu contributo para a **HUMANIZAÇÃO DOS SERVIÇOS DE SAÚDE**.

3. AVALIAÇÃO DE IMPACTO JUNTO DAS PESSOAS QUE ACOMPANHAM OS SENIORES E PRESENTES NAS SALAS DE ESPERA

Verifica-se que as afirmações congregaram mais de 70% de concordância (escala de concordo/concordo totalmente), reconhecendo que a atuação da dupla da Palhaços d'Opital tornou a visita dos inquiridos ao hospital mais agradável (74,5% concorda totalmente) e que o ambiente do hospital também beneficia dessas atuações (85,1% concorda totalmente).

“Bem-hajam pelo vosso trabalho! Fazem toda a diferença nas visitas que realizam. Vê-se claramente que todos os que são alvo da vossa performance são tocados por ela e reagem positivamente. Vocês são aquela parte do tratamento que vem em forma de alegria

“Pessoas de coração enorme que devolvem a fé e a vontade de sonhar a quem muito sofre na vida e se sente só. Obrigada.”

4. AVALIAÇÃO DE IMPACTO DA PERCEÇÃO JUNTO DAS ADMINISTRAÇÕES HOSPITALARES

De acordo com as Administrações Hospitalares, a intervenção da Palhaços d'Opital permitiu **CUMPRIR COM A MISSÃO DOS HOSPITAIS** ao nível da prestação de cuidados humanizados, que representa parte do seu capital cultural e responde ao Compromisso para a Humanização Hospitalar, assinado em 2019. Desta intervenção, salienta-se o caráter profissional e especializado dos Doutores d'Opital, sendo evidente toda a formação que lhes serve de base e a sua capacidade de adequar o seu trabalho a cada pessoa com quem interagem. A sua presença nos hospitais é de dupla importância: por um lado, **TRANSPORTAM BEM-ESTAR PARA OS DOENTES SENIORES** e, por outro, a sua intervenção tem um **IMPACTO**, ainda que indireto, **JUNTO DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE**.

“Ajudam-nos a cumprir a nossa missão. Um dos valores que faz parte do capital cultural do hospital é a humanização de cuidados e, com a intervenção lúdica que fazem de modo profissional e especializado, conseguem melhorar o estado anímico dos doentes e da comunidade hospitalar. Se tivesse de destacar um aspeto, é o de nos ajudarem a cumprir a nossa missão que é prestar cuidados”

As Administrações Hospitalares validam igualmente a intervenção da Dupla de Palhaços na mudança do estado anímico dos doentes denotada, diretamente, através da observação das interações e indiretamente através do *feedback* dos profissionais de saúde. A atenção dada a este público em específico **TORNA A PALHAÇOS D'OPITAL UM PROJETO DIFERENCIADOR E QUE, COM EXCELÊNCIA, CUMPRE A SUA MISSÃO DE DIGNIFICAR OS SÊNIORES**.



“Havia uma cumplicidade muito grande entre os Palhaços d'Opital e os profissionais da instituição. Nós percebíamos que naquele bocadinho em que estavam connosco, o dia tornava-se mais salutar, mesmo que o turno estivesse a ser difícil, mesmo que tivéssemos situações complicadas. Havia sempre um espaço de alegria.”

Fruto da forte integração dos Palhaços d'Opital nas unidades hospitalares, os profissionais de saúde percebem **ESTE TRABALHO COMO MULTIDISCIPLINAR**, encarando este projeto como mais um serviço de que o hospital dispõe, sendo um complemento à prestação de cuidados.

CONCLUSÃO

É RECONHECIDA A ADEQUABILIDADE E UTILIDADE DA PALHAÇOS D'OPITAL EM CONTEXTO HOSPITALAR, percebendo-se o impacto positivo junto dos profissionais de saúde, na contribuição para a humanização dos serviços e na melhoria no estado anímico dos doentes.

A METODOLOGIA DE INTERVENÇÃO DA PALHAÇOS D'OPITAL É INOVADORA E DISRUPTIVA por ter sido criada de raiz para trabalhar com e para os seniores hospitalizados. É implementada através da visita dos profissionais da Palhaços d'Opital, que levam a alegria, afetos e boa disposição aos utentes (com foco essencial no sénior), cuidadores formais e informais, familiares e profissionais de saúde.

Face ao exposto, concluiu-se que tanto na visão dos **profissionais**, como na das Administrações Hospitalares, é reconhecido que as intervenções artísticas **têm impacto no ambiente hospitalar** e contribuem para a **humanização dos serviços de saúde, validando a intervenção** através da arte da Palhaços d'Opital, promovida pela Palhaços d'Opital. Percebendo o impacto junto dos profissionais de saúde, reconhecem a sua **adequabilidade e utilidade em contexto hospitalar, contribuindo para a humanização dos serviços** e reconhecem ainda o impacto positivo no estado anímico dos doentes, contribuindo para a **valorização e dignificação do papel da população sénior**. ●





PALHAÇOS D'OPITAL

uma iniciativa de referência
na Humanização hospitalar

O problema social identificado, e que originou a IIES Palhaços d'Opital, foi a falta de cuidados emocionais à população sénior em contexto hospitalar, a pouca humanização dos serviços hospitalares e um cada vez maior tempo de permanência neste meio desta população, sendo que a maioria destas pessoas estão afastadas dos seus locais de residência, sentindo-se sozinhas e desacompanhadas. Estas condições, quando aliadas ao ambiente pesado e negativo que normalmente aí se encontra, conduzem a um estado anímico generalizado de tristeza/depressão que condiciona negativamente, muitas vezes de forma irreversível, a recuperação dos pacientes. A Palhaços d'Opital é a única IIES existente, em território nacional, focada no público sénior hospitalizado. Segundo estatísticas existentes a população sénior em Portugal representa hoje cerca de 23% da população do país (Censos 2022), com uma clara tendência para aumentar nos próximos anos, concluindo-se assim que será cada vez mais necessária, e fundamental, a continuação da implementação da IIES Palhaços d'Opital.

AS NECESSIDADES DA PALHAÇOS D'OPITAL

Aquando da candidatura ao programa Capacitação e ao Parcerias para o Impacto, a Palhaços d'Opital não dispunha de capacidade financeira que permitisse a profissionalização dos elementos da equipa bem como de formação em áreas específicas. Dada a complexidade do ambiente em que as suas atividades decorrem, a integração de artista-voluntários nunca se apresentou como uma solução viável. A ausência de um plano de financiamento não permitia uma planificação estruturada e capaz de responder às crescentes solicitações por parte dos hospitais parceiros.

OS BENEFÍCIOS DO FINANCIAMENTO

A capacitação financeira permitiu a definição de um plano a 36 meses o qual depois se alargou para 42 meses, o que tem um enorme impacto na gestão da associação. Impacto ao nível da sua organização e respetiva profissionalização das várias áreas que compõem a Palhaços d'Opital.

OS OUTCOMES

Em termos de resultados obtidos, podemos destacar os seguintes:

- › reconhecimento da Associação por diferentes entidades como a EFHCO, a APAH e o Portugal Inovação Social;
- › Atribuição de prémios, dos quais podemos destacar: Prémio Nobre Casa de Cidadania; Isabel – TOP 100 mulheres empreendedoras na área social, da rede Euclid em 2021; lista das mulheres mais influentes na área solidariedade, da Revista Activa; convite para ser oradora em vários eventos nacionais e internacionais; Jorge Rosado: convite para ser orador em vários eventos nacionais e internacionais; embaixador TedX Porto).
- › Parcerias com Investidores sociais.

DESAFIOS FUTUROS

Continuar a ser um agente ativo para a mudança de políticas públicas para a valorização da pessoa mais velha. Contribuir para uma otimização da humanização em contexto hospitalar.



CAPACITAÇÃO

32

horas de Formação com
formador estrangeiro

180

horas de Mentoria

670

horas de Consultoria

Caderno 1 - Análise do modelo de criação e valor
e clarificação do modelo de negócio

Caderno 2 - Análise de biomarcadores de bem-estar
e bioenergia *ver capítulo Avaliação de impacto

Caderno 3 - Comunicação com o exterior
Plano de marketing e gestão das redes sociais

Caderno 4 - Qualificação específica da equipa da IIES
na metodologia do “Doutor Palhaço”

PRODUTOS DESENVOLVIDOS

- › Relatório necessidades de capacitação da IIES
para a geração de impacto e investimento social
- › Relatório-metodologia de intervenção da IIES,
modelo de criação de valor e análise económica
- › Plano de marketing
- › Relatório de análise e boas práticas na gestão
das redes sociais

PARCERIAS PARA O IMPACTO

42

meses de financiamento

6

hospitais parceiros na região centro

453

visitas presenciais aos hospitais parceiros

49

em 2020

119

em 2021

192

em 2022

93

em 2023

2.265

horas em ambiente hospitalar

+31.700

peçoas alcançadas diretamente

+317.000

peçoas alcançadas indiretamente

875

horas de formação (4 formações externas
com formadores de referência)

154

vídeos produzidos

COLAR SOLIDÁRIO UMA JÓIA MIL SORRISOS

Na compra deste colar, parte do valor da compra reverte
para a instituição Palhaços D'Opital.

Vamos levar sorrisos aos hospitais de Portugal.

REVERTE
50€





DOUTOR RISOTTO Jorge Rosado

O **Doutor Risotto** é um conceituado Palermologista. É um otimista estupidamente feliz. Vê o mundo em cor de rosa. É alegre, sonhador e um palerma assumido e detentor de conhecimentos extraordinários de coisas sem relevância alguma. Nascido em Moçambique e apaixonado por chocolate. Tem uma voz e sentido rítmico que deveriam ser estudados pela Associação Nacional dos Maus Cantantes (ANMC).

JORGE ROSADO

Iniciou o seu percurso como palhaço em 2002 e em 2004 começa a trabalhar como Palhaço voluntário no Pediátrico de Coimbra a convite da Associação Acreditar (Coimbra). Desde essa data que tem investido na melhoria da qualidade do seu trabalho, com diversas formações na área do *Clown* e do *Clown Doctor*, tais como: Alex Navarro, Pedro Fabião, Pedro Tochas, Frasier Hooper, Nanny Cogorno, Jango Edwards, Olivier Hughes Terrault, Ami Hattab, Rodrigo Malvar, Eva Ribeiro, entre outros. Em 2012 cria com Janela Magalhães o Clown Laboratori Porto; fez formação em teatro com encenador Junior Sampaio (Ermesinde, Júnior Sampaio, 6 meses); formação e Estágio no Ospedale Pediatrico Bambino Gesù (Roma); formação e observação no Hospital Haifa (Jerusalém); intervenção no Hospital do Sal (Cabo Verde); apresentação da Palhaços d'Opital no Parlamento Europeu (Bruxelas, Vancouver; Canadá e Viena; Áustria); orador Tedx Porto, Coimbra, Tedx Universidade de Coimbra e Tedx Escola, Ignite e outros. Em 2013 Co-fundou a Palhaços d'Opital e, desde aí, desempenha as funções de Clown Doctor (Doutor Risotto) e de Diretor Artístico. É embaixador TEDX Porto, SOGA e U-Dream. ●

DOUTORA DONIZETE CHICLETE Susana Gonçalves

Com apenas meio metro de altura, a **Doutora Donizete Chiclete** enche qualquer sala de alegria tanto com a sua voz de rouxinol, como com as suas rabugices. É muito dona da sua razão e aí de quem teime com ela, mas se por acaso a vir num lugar perto de si, não se esqueça de lhe dar um bom dia repleto de alegria. Atenção! Atenção! Detentora de um sorriso mágico, derrete qualquer coração, sobretudo nas suas serenatas de *ukulelaria*. É (muito) rabugenta mas (quase) sempre doce como uma chiclete.

SUSANA GONÇALVES

Nasceu em Viseu, em 1990. Concluiu a sua licenciatura em Teatro e Educação na Escola Superior de Educação de Coimbra em 2012, tendo tido como professores estruturantes do curso António Fonseca, António Mercado e Clovis Levi. Colaborou com o Teatro Molinum e a Companhia de Teatro Baal 17, participando como atriz residente em várias produções. Nesta companhia desenvolveu também o trabalho de formadora e de assistente de produção. Ao longo do seu percurso fez diversas formações na área com Rafaela Santos; Graemme Pulleyn; Associação "Os Filhos de Lumière"; Patrícia Pires; João Pico; Pedro Fiúza. Trabalhou, também, como formadora, em grupos de teatro informais e como professora de Expressão Dramática a alunos do 1º Ciclo. Fez, também, várias formações na área do *Clown*, nomeadamente com Pedro Fabião, Rui Paixão, Olivier Hughes-Terrault, Rodrigo Robleño, Alex Navarro e Caroline Dream, Ami Hattab, Rodrigo Malvar, Eva Ribeiro. Desde 2016, integra a equipa da Palhaços d'Opital, como Palhaça d'Opital (Doutora Donizete) e, desde aí, vem também desenvolvendo trabalho na gestão e formação de equipas. ●





DOUTORA BEM-HAJA

Beatriz Melo

A **Bem Haja** é impaciente e desconfiada e muito dificilmente deixa que a enganem. Está sempre cheia de ideias, umas geniais, outras que de geniais têm muito pouco. É formada em estupidez humana e adora ouvir histórias estupidificantes. É apaixonada por *pizza* e sonha um dia poder comer *pizza* em todas as refeições. O seu passatempo favorito é retribuir todas as coisas boas que lhe dão de forma multiplicada e sempre com um bem-haja na ponta da língua.

BEATRIZ MELO

Tem 29 anos e é natural de Coimbra. Licenciou-se em Teatro e Educação pela Escola Superior de Educação de Coimbra e fez uma pós-graduação na ESMAE em Dramaturgia e Argumento.

Participou em diversas peças de teatro tais como “A Caravana da ilusão” de Alcione Araújo e “As Histórias do Sr. Ninguém” de Bertold Brecht.

Desde então, continuou a sua formação profissional na área com Miguel Castro Caldas em colaboração com Sara Franqueiro no contexto do END’19, Festival de Encontro de Novas Dramaturgias, Cláudia Lázaro, Clara Haddad, Ricardo Neves-Neves e Maria João Brilhante, Pedro Fabião, Alex Navarro e Caroline Dream, Ami Hattab, Rodrigo Malvar e Eva Ribeiro. Participou no Laboratório de Escrita para Teatro “Dramaturgias Políticas Contemporâneas - Memória e Resistência” coordenado por Ricardo Correia, de onde resultou o texto “Arma ao ombro”.

No âmbito da Pós-Graduação em Dramatugia escreveu a peça “Simão na Antártida” que foi transformado numa peça de teatro para televisão pela RTP2. Teve ainda uma leitura encenada por Nuno M. Cardoso no Mosteiro de São Bento da Vitória e no Teatrão por Isabel Craveiro.

Desde 2019, trabalha como Palhaça d’Opital na Associação Palhaços d’Opital onde escreveu vários guiões para o canal de *Youtube* d’Opital TV. ●



DOUTORA BEM-MEQUER

Estrela Cabral

A **Doutora Bem-Mequer** é descendente de uma rainha francesa *très chic*! É muito vaidosa! Tem um lado Parisiense muito vincado, bem como o seu grau exageradamente exagerado de dar uns passitos de dança enquanto caminha. Gosta de ensinar coisas novas aos outros e é viciada em corrigir os erros gramaticais e ortográficos. Contudo, a maneira de ensinar as coisas aos outros é tão trapalhona como a maneira de entrar com o pé direito em algum sítio porque, na maioria das vezes, não sabe distinguir o lado direito do esquerdo, e, quando se perde nos sítios, fica completamente descompensada.

ESTRELA CABRAL

Ana Rute Cabral da Costa, de nome artístico Estrela Cabral, nasceu a 31 de agosto de 1992 e é natural de Pombal.

Desde cedo, sempre soube que queria ser atriz e que a sua vida passaria muito pela arte de representar.

Em 2011, ingressou no curso de Teatro e Educação na Escola Superior de Educação de Coimbra, com destaque para o desenvolvimento e coordenação de Expressão dramática, teatro, finalizando o curso no ano de 2014. Ainda em 2014, parte à descoberta para a Escola Superior de Teatro e Cinema (ESTC) em Lisboa, concluindo o grau de Pós-Graduação com destaque para o desenvolvimento da *performance* integrada no Mestrado do curso de Artes Performativas. Durante a sua passagem e estudos por Lisboa, participou em algumas mostras de Teatro em Évora e Lisboa. Desempenhou outros trabalhos como Auxiliar de Educação Infantil em Lisboa e Pombal e foi dinamizadora de Atividades de Expressão Dramática, monitora e coordenadora de vários ATL’s de Verão. Realizou

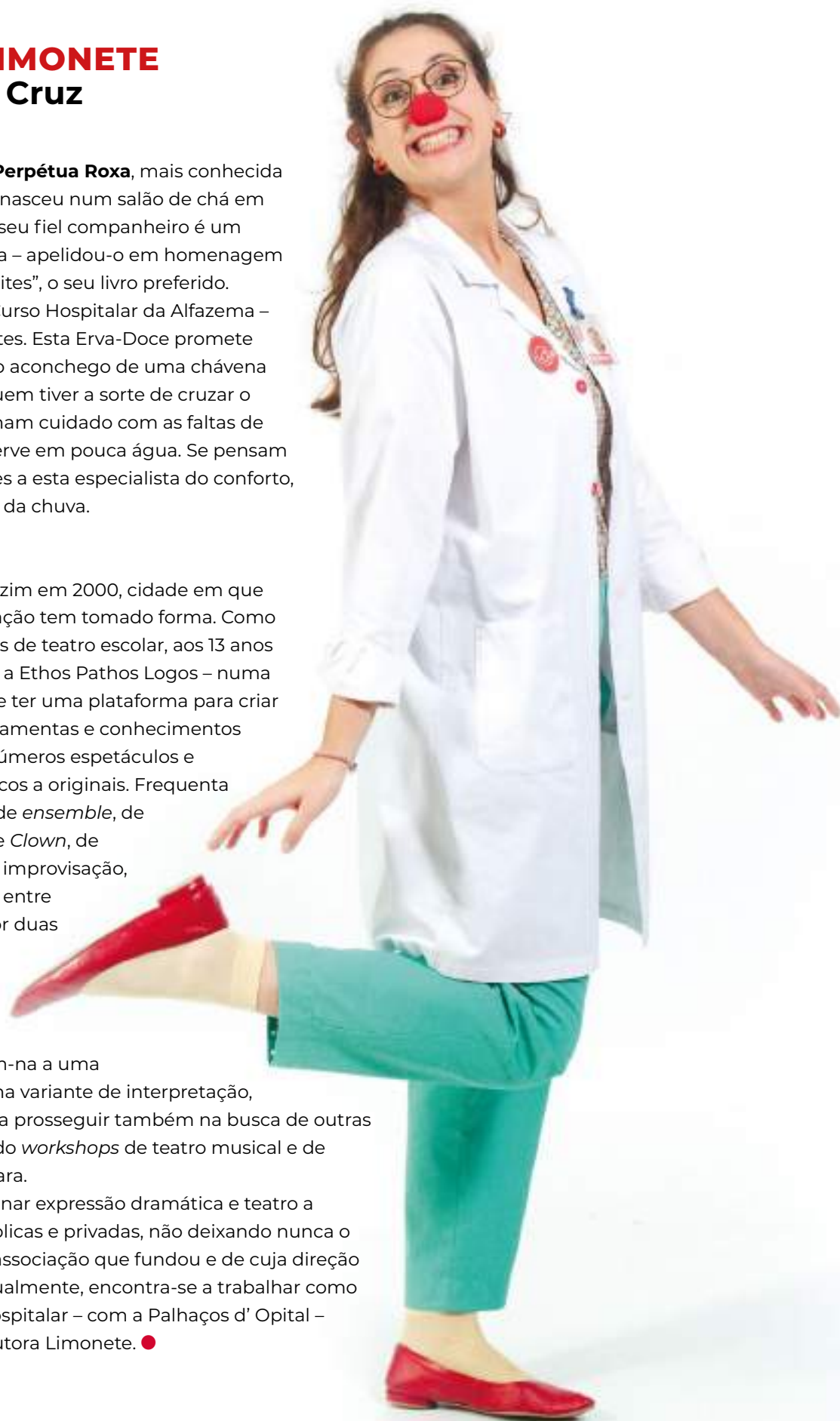
alguns trabalhos e *workshops* na área do teatro para o público infantil e foi professora/Técnica de Expressão Dramática. Tem um projeto de teatro com crianças onde escreve, encena e realiza peças de teatro da sua autoria. Fez formações com Sofia de Portugal, na Escola Superior de Teatro e Cinema; formação em Teatro Musical pela Companhia de Teatro Filipe La Féria; com Rodrigo Malvar, Rui Paixão e Eva Ribeiro. Neste momento, é atriz na Associação Palhaços d’Opital e professora de Teatro Infantil no espaço “A Fábrica das Festas”, em Pombal. ●

DOUTORA LIMONETE Marta Garcia Cruz

Limonete Lavanda da Perpétua Roxa, mais conhecida por **Doutora Limonete**, nasceu num salão de chá em Vila Nova de Cidreira. O seu fiel companheiro é um *yorkcháire*, o Cãomomila – apelidou-o em homenagem às “Camomila e uma Noites”, o seu livro preferido. É formada em C.H.A. – Curso Hospitalar da Alfazema – variante Efeitos Calmantes. Esta Erva-Doce promete oferecer o quentinho e o aconchego de uma chávena de chá num dia frio a quem tiver a sorte de cruzar o seu caminho – mas tenham cuidado com as faltas de chá, que esta Doutora ferve em pouca água. Se pensam que vão ficar indiferentes a esta especialista do conforto, podem tirar a Cavalinha da chuva.

MARTA GARCIA CRUZ

Nasceu na Póvoa de Varzim em 2000, cidade em que grande parte da sua criação tem tomado forma. Como evolução natural de anos de teatro escolar, aos 13 anos funda uma associação – a Ethos Pathos Logos – numa busca com os amigos de ter uma plataforma para criar e para adquirir mais ferramentas e conhecimentos teatrais. Participa em inúmeros espetáculos e animações, desde clássicos a originais. Frequenta *workshops* de trabalho de *ensemble*, de contador de histórias, de *Clown*, de *Commedia Dell'arte*, de improvisação, de voz cantada e falada, entre outros. É selecionada por duas vezes como animadora ambulante na Viagem Medieval em Terra de Santa Maria. Estas experiências levam-na a uma licenciatura em Teatro, na variante de interpretação, na ESMAE (2018-2021) e a prosseguir também na busca de outras apetências, frequentando *workshops* de teatro musical e de interpretação para câmara. Em 2021, começa a lecionar expressão dramática e teatro a crianças em escolas públicas e privadas, não deixando nunca o trabalho como atriz na associação que fundou e de cuja direção faz entretanto parte. Atualmente, encontra-se a trabalhar como Palhaça em contexto hospitalar – com a Palhaços d’ Opital – onde se empresta à Doutora Limonete. ●



PALHAÇOS D’OPITAL • FORMAÇÃO • 250h/ANO

A equipa artística da **Palhaços d’Opital** faz mais de 250 horas por ano de Formação Interna e Externa. A Formação Interna, ocorre todas 4ª feiras e é composta por 2 áreas:

● **Manhã** - Academia de Música de Coimbra, aulas desde 2019:
aula de Ukulele, Professor José Rebola, aula de Canto/Voz, Professora Mafalda Camilo

● **Tarde** - Sede da Palhaços d’Opital, a preparar as dinâmicas e as visitas seguintes. Nesta formação são analisadas as visitas e o trabalho da semana anterior, são partilhadas experiências: o que funcionou ou o que precisa de ser otimizado. São pensadas, desenhadas, preparadas e ensaiadas as dinâmicas antigas e as novas. Normalmente as dinâmicas que apresentamos nos hospitais demoram entre 3 a 6 meses a serem preparadas, ensaiadas e estarem prontas para serem apresentadas. Todos os anos a equipa artística faz uma ou duas Formações Externas.

Fizemos **formação na área artística** com os seguintes formadores nacionais e internacionais: Alex Navarro, Pedro Fabião, Olivier Hughes-Terrault, Ami Hattab, Rodrigo Malvar, Eva Ribeiro, Sergio Claramunt, etc.

Outras formações: Enfermeira Joana Ferreira (Demência e Longevidade), Enfermeira Cátia Ferreira (Cuidar nos Paliativos e Cuidados Terminais), Dra. Margarida Lima (Como lidar com as emoções em ambiente hospitalar), etc. ●





IVANA BACANOVIC

CEO EFHCO - FEDERAÇÃO EUROPEIA DE ORGANIZAÇÕES
DE PALHAÇOS DO SISTEMA DE SAÚDE

O QUE É EFHCO?

Ao abrigo da EFHCO, “European Federation of Healthcare Clown Organizations” (Federação Europeia de Organizações de Palhaços do Sistema de Saúde), houve 22 organizações europeias de palhaços, do sistema de saúde de 15 países europeus, que se juntaram. Ivana Bacanovic, presidente do Board da EFHCO e diretora-executiva da ROTE NASEN Austria, apresenta-nos uma perspetiva das atividades da federação.

A EFHCO foi fundada em 2011. As oito organizações fundadores estão sedeadas na Alemanha, França, Itália, Países Baixos, Escócia, Suíça, Espanha e Áustria, e são, ainda hoje, muito ativas dentro desta entidade em crescimento.

A EFHCO tem como objetivo desenvolver normas comuns de competência e boas práticas, no âmbito da prestação de serviços de palhaços do sistema de saúde. O seu objetivo assenta na partilha de informação, aprendizagem mútua, definição conjunta do futuro da prestação de serviços de palhaços do sistema de saúde, designadamente no que respeita a tópicos relativos à arte dos palhaços, gestão e angariação de fundos. O tópico mais recente é a investigação, o qual está a assumir uma importância crescente na Europa.

Muitos dos membros estão vivamente interessados em implementar e em afirmar a prestação de serviços de palhaços do sistema de saúde, na sociedade e no próprio sistema de saúde. Para tal, entendemos ser necessário informar e convencer os decisores internacionais do

What is EFHCO?

22 European healthcare clown organisations from 15 European countries have come together under the umbrella of EFHCO, the “European Federation of Healthcare Clown Organizations”. The chairperson of EFHCO board, Ivana Bacanovic, the managing director of the organisation ROTE NASEN Austria (RED NOSES), gives us an insight into what the federation actually does.

Efhco was established in 2011. The eight founding organisations came from Germany, France, Italy, the Netherlands, Scotland, Switzerland, Spain and Austria, and are still very active within this growing entity.

The European federation aims to develop common standards on competence and good practice within healthcare clowning. Its goal is exchange, learning from each other, shaping the future of healthcare clowning together, especially on topics related to art of clowning, management and fundraising. The most recent topic is research, which is becoming increasingly important throughout Europe.

Many members are very interested in anchoring healthcare clowning in society and in the healthcare system. For this, we see the need to inform and convince national and international decision-makers of our work's impact, so that they in turn create the conditions and an environment that enable us to achieve our goal.

Furthermore, we strive to expand our contacts to organisations globally to learn and exchange. Currently, our network (not the Federation) includes almost 200 healthcare clown organisations worldwide. Corresponding





impacto do nosso trabalho, de modo a que estes, por seu turno, sejam capazes de criar as condições e o ambiente que nos permitam alcançar os nossos objetivos. Adicionalmente, desejamos também expandir os nossos contatos a outras organizações à escala global, de modo a permitir a aprendizagem e a partilha. Atualmente, a nossa rede (não a Federação) inclui quase 200 organizações de palhaços do sistema de saúde de todo o mundo, correspondendo ao lema “juntos somos mais fortes”. No que respeita a organizações de menor dimensão, a EFHCO dedica-se a dar mais eco às suas vozes e a aumentar a visibilidade das mesmas; no que toca a organizações de maior dimensão, a federação funciona como um parceiro de formação; a todos os membros é dada a oportunidade de inovação, de desenvolvimento e de trabalho, em conjunto e de modo árduo, numa missão comum – a prestação de serviços de palhaços do sistema de saúde. Conjuntamente com a administração, a Assembleia geral constitui o órgão mais importante da EFHCO. A totalidade dos seus 22 membros encontra-se representada, através de 15 membros titulares, detentores de direito de voto, e 7 membros associados, os quais são potenciais membros titulares – congratulamo-nos pelo facto de a Palhaços d’Opital fazer parte deste último grupo. Todas as decisões importantes são tomadas em conjunto. Uma vez por ano, orgulhamo-nos de poder, pessoalmente, dar as boas-vindas ao nosso membro honorário, Michael Christensen, cuja ideia original deu início a todo o movimento de palhaços do sistema de saúde. Acima de tudo, cada organização se encontra comprometida com os padrões de elevada qualidade acordados pelos membros – o “EFHCO Quality Label/ Selo de Qualidade FEOPS”. O seu objetivo é o de ser mesmo uma referência, profissionalmente reconhecida, de padrões de qualidade, definidos nos estatutos da Federação e concretizados através de um processo regular e exigente de monitorização. Este constitui a “fasquia” para cada organização que pretenda tornar-se membro titular, bem como a norma a seguir e que deverá ser atingida por cada membro titular, num prazo de 5 anos. Olhando para o futuro, a minha visão pessoal é a de que a EFHCO irá, em conjunto com os decisores, moldar o sistema de saúde – no sentido de o tornar mais humano e compassivo, de levar a nossa experiência e as nossas competências aos beneficiários com necessidades especiais, de tornar acessível, ao máximo número possível de pessoas, o impacto dos serviços de palhaços do sistema de saúde. Sempre e quando precisarem. Face a esta visão, sinto que estar com a EFHCO é estar na melhor companhia! ●

*to the motto “together we are strong”.
For small organisations efhco amplifies voice and visibility;
for large organisations it functions as a sparring partner;
for all members it provides the opportunity to innovate,
develop and together work hard for the common mission –
healthcare clowning.
Besides the board, the general assembly is the most
important body of EFHCO. All 22 members are
represented, 15 full members with voting rights and 7
associate members – we’re happy that Palhaços d’Opital
is one of them – who are potential full members. All
important decisions are taken together. Once a year we
are proud to be able to personally welcome our honorary
member Michael Christensen, whose original idea has
started the whole healthcare clown movement, to the
general assembly.
Above all, each organisation is committed to the high-
quality standard that the members have agreed upon – the
“EFHCO Quality Label”. It’s aim is to be a professionally
recognized mark of quality standards, outlined in the
statutes of the Federation and achieved by a regular and
stringent monitoring process. It is the “barrier” for each
organisation that wants to become a full member, and also
a standard that needs to be met by each full member every
5 years.
Looking into the future, my personal vision is that efhco will
shape the healthcare system together with decision makers
– to make it more humane and compassionate, to bring our
experience and expertise to beneficiaries with special needs,
to make the impact of healthcare clowning accessible to as
many people as possible. Wherever and whenever they need
it. With this vision, I feel I am in the best company
at EFHCO!*

tradução Royal School of Languages



PADRINHOS & EMBAIXADORES

A Palhaços d’Opital conta com o apoio, aconselhamento e carinho de **Padrinhos e Embaixadores**. Estes, não só ajudam a trazer visibilidade para o trabalho e Missão da Palhaços d’Opital, como contribuem, ativamente, para a mesma. Além dos Embaixadores Mediáticos que vos vamos dar a conhecer nas próximas páginas, entrevistados pelas nossas Doutoradas d’Opital, temos ainda os Embaixadores Empresariais, responsáveis por marcos importantes da nossa história. Graças ao **Rui Amorim**, conseguiu-se financiamento para 60% do valor de aquisição de uma nova viatura em 2018. A **SUMO Portugal** abraçou a Palhaços d’Opital graças à nossa **Maria Valente**, parceria essa que já deu vários frutos, de destacar a Campanha de Notoriedade “Já fez alguém sorrir hoje?”. Com o apoio da **Sandra Jorge**, conseguiu-se o financiamento para o concurso “Entre paredes d’Opital”, que levou Arte, Alegria e Cor a 4 paredes do IPO Coimbra. Para a **Gala dos 10º Aniversário da Palhaços d’Opital**, foi fundamental a angariação de fundos junto de empresas da nossa **Ana Corte-Real**! Para eles a nossa GRATIDÃO!



RUY DE CARVALHO

ATOR | PADRINHO PALHAÇOS D'OPITAL

Querido Padrinho, Ruy de Carvalho
Recordo com muito carinho o dia em que o conheci, no Hotel Ibis, em Coimbra, a 19 de Outubro de 2013, aquando da sua participação no Ted X Coimbra, onde falou sobre o seu Sonho. Recomendamos a todos ver esta sua inspiradora talk, infelizmente em alguns aspetos ainda mais “atual” agora do que há 10 anos! Disse na altura “O meu sonho é um desejo... É um sonho, mas espero que se realize.” Disse ainda “O sonho de uns poucos não corresponde ao sonho de todos”. Se tivesse de falar agora sobre este assunto, sobre o seu sonho para o mundo, mudaria alguma coisa? Se sim, estariam essas mudanças ou ajustes relacionados com o fato de ter mais 10 anos de vida?

Creio que não mudava nada do que disse e, por isso, o meu Sonho continua a ser o mesmo. Acabar com a pobreza como arma de destruição maciça, acabar com a forma como os Estados gerem a nossa independência,

o fim das guerras. Tudo aquilo que faria os povos mais felizes e a viver, de pleno direito num planeta que é de todos e não apenas de alguns, como continua a acontecer.

O que mais me marcou neste nosso primeiro encontro foi a sua simplicidade, a sua generosidade e o seu Espírito! Voltados quase 10 anos de convívio, em diversas e diferentes situações e circunstâncias, desde visitas a unidades hospitalares, eventos com centenas de pessoas ou momentos mais “familiares”, percebemos como o Ruy é sempre igual a si próprio! Qual o segredo?
Devo a minha formação a duas pessoas especiais. Os meus pais. Foram eles que me ensinaram a ser assim, com os seus ensinamentos e com a sua postura na vida. A minha mãe era uma artista, uma pianista maravilhosa, que por várias circunstâncias da vida acabou por desistir de um sonho, para se dedicar à família e aos seus alunos. O meu pai era militar, mas que soube sempre aliar a disciplina ao amor pelos filhos, transmitindo-lhes que o Amor e o



O invólucro está gasto, mas o interior continua jovem e capaz para dizer o que pensa e o que deseja para o mundo e para si e todos os que ama.

Respeito pelo próximo são essenciais para a nossa vida. Depois tive a sorte de ter tido uma mulher extraordinária, que ao longo da nossa vida, quer em namorados por 9 anos, quer no casamento, de 53, nunca deixou de me recordar tudo aquilo que é importante para alcançarmos o nosso sonho sem preterir ninguém, sem “incomodar” a liberdade dos outros. Acho que foi esse o principal segredo.

No prefácio do seu livro “Os anjos não têm asas”, da autoria da sua muito querida Ruth, ela escreveu, “Mas o destino é mais forte do que a nossa vontade e venceu o preconceito da época em que os artistas eram pessoas diferentes e boémias. O Homem põe e Deus dispõe,... Se tivemos dificuldades? Bastantes”. Acha que o destino lhe trocou as voltas muitas vezes? Foi fácil “fazer as pazes” com essas “trocas”? Que lições é que tirou delas?

Felizmente o destino quase nunca me trocou as voltas. Fiz tudo o que sonhei, tive tudo o que quis e não voltava atrás para mudar nada. Talvez gostasse de repetir algumas das coisas que fiz, quer na vida, quer na profissão. Era bom recuar uns anos e poder fazer isso. Creio que agora ainda tentaria fazer melhor do que fiz, pois aprendi muito depois disso. No aprender do dia a dia, conseguimos sempre melhorar o que fazemos e estou certo que agora ia dar de novo o meu melhor.

Numa entrevista sua fez uma reflexão que me leva à seguinte questão: será o segredo para nos sentirmos sempre novos não nos olharmos ao espelho?
Eu olho para o espelho e gostava de poder ver uma pessoa com mais capacidades físicas, como já tive, mas a nossa cabeça e vontade devem mandar mais que o corpo, se

ele deixar claro. Eu tento não deixar morrer o rapaz de 18 anos, cheio de sonhos e capacidade, que ainda tenho dentro de mim. O invólucro está gasto, mas o interior continua jovem e capaz para dizer o que pensa e o que deseja para o mundo e para si e todos os que ama.

Estamos a ficar com uma população mais envelhecida, nem sempre sinónimo de mais qualidade de vida. Que mudanças gostaria de ver acontecer na nossa sociedade no que aos Mais Velhos diz respeito?

O mais importante é olhar para os Mais Velhos com respeito e amá-los como eles merecem. Tudo o resto viria por arrasto.

Há muitos programas e projetos pensados para dar melhor qualidade de vida às pessoas, em especial aquelas que já não conseguem “produzir” para a sociedade. Mas creio que devia haver o cuidado de nunca as deixar cair em situações difíceis na vida, dando-lhes formas de vida justas e dignas, como por exemplo melhorando as suas pensões e reformas. Estou certo que se os nossos políticos olhassem para este assunto com outros olhos, não seria preciso muito para emendar todos os “erros” que ferem a nossa sociedade.

Acho que uma das coisas mais importantes é o que ensinamos nas escolas. É aí que tudo começa. É na escola que devemos ensinar os mais jovens a olhar para os mais velhos com o respeito por quem já viveu muito, por quem fez o mundo “rodar” onde eles agora vivem e fazer-lhes ver que, um dia, também eles vão ser assim e que, por isso, o bem ou o mal que fizerem aos outros, também o estão a fazer a eles próprios.

Bem haja meu querido Ruy, Isabel ●





PAULA CARVALHO

JORNALISTA | MADRINHA PALHAÇOS D'OPITAL

Bom dia madrinha linda, lembro perfeitamente do dia em que a Teresa Silva, locutora, partilhou connosco o telemóvel da madrinha da Palhaços d'Opital, Paula Carvalho. Ter o Ruy de Carvalho e a Paula Carvalho como padrinhos foi, desde sempre, o desejo da Palhaços d'Opital. Ligamos-lhe e, desde logo, percebemos que estávamos perante seres humanos incríveis, generosos, com vontade de impactar o mundo e que eles tinham o ADN da Palhaços d'Opital. A Paula e o Ruy aceitaram logo o nosso convite.

Madrinha sempre revelou uma enorme bondade e um carinho especial para com os Mais Velhos. A que achas que se deve esta tua sensibilidade e carinho?

Não sei bem, mas acho que foi a forma como os meus pais me educaram e o ambiente em que vivi, desde pequenina. Na casa dos meus avós, quer maternos, quer paternos, eu

e o meu irmão éramos as únicas crianças. Os cabelos já eram brancos na maioria da família e amigos. Mas esses cabelos brancos sempre nos trataram com o respeito e muito carinho. Nunca houve imposições ou posturas mais rígidas. O que havia era muito amor e vontade de nos transmitir o que estava certo. Se eles só nos tratavam bem, nunca deixando de nos mostrar o que estava certo e errado, explicando sempre essa atitude, nós só podíamos responder da mesma forma. Creio que foi este ciclo de dar e receber que me fez ser assim.

O que te levou a aceitar ser madrinha da TUA Palhaços d'Opital?

Tudo o que vi, li e ouvi. E, claro, as pessoas que me estavam a convidar, que demonstraram muita convicção e amor pelos mais velhos.

O projecto também me fascinou. Levar Amor e carinho a quem mais precisa, em momentos menos bons da sua vida,



*Levar Amor e carinho
a quem mais precisa,
em momentos menos bons
da sua vida, como são os
que vivem quando estão
num hospital, doentes.*

como são os que vivem quando estão num hospital, doentes. Vocês foram muito para além dos cuidados com as crianças. Lembraram-se que os mais velhos e nem sempre os mais idosos, também precisam, nesses momentos menos bons, de ter alegrias, de esquecer o que os aflige.

Como tens visto o crescimento e o percurso da Palhaços d'Opital desde 2013?

Com muita alegria, mas gostava que a vossa missão já tivesse ido mais longe. Não por vossa culpa, mas por que quem manda não percebeu ainda a dimensão dos resultados fabulosos, e altamente positivos, que pode trazer o vosso “trabalho”.

Qual o momento mais marcante nesta tua viagem com a Palhaços d'Opital?

Foi em Cantanhede. Tenho a certeza. A alegria que eu vi nos olhos de uma jovem mãe, cuja doença a levou a uma cama de hospital, abandonada pelo marido, que ainda teve a coragem de impedir que ela pudesse ver os seus filhos pequenos. A insensibilidade, a falta de amor daquele homem, marcou-me muito. Como é possível abandonar alguém, que se disse amar, no momento mais difícil da vida dessa pessoa. O Amor que lhe davam, sempre que a visitavam, era de um tamanho, que me encheu o coração. A outra vez foi no IPO de Coimbra. Deixou-me sem palavras e a sentir-me muito pequenina.

Se pudesses propor 2 ideias para a Valorização e Dignificação das Pessoas Mais Velhas que farias?

Ouvir o que elas têm para dizer, numa espécie de Conselho ou Conselhos de sábios, onde eles não só nos ajudavam a perceber o que querem, como nos davam

orientações no que fazemos para a sociedade em geral. Estou certa de que era bem melhor e teria mais e melhores resultados nas políticas sociais para os mais velhos. Criar condições para que as pensões e reformas pudessem permitir que eles continuassem a viver com a dignidade que merecem. Se uma pessoa só, continuar a ganhar o que ganham outras 100 ou 200 pessoas, isso nunca será possível. Essa pessoa não precisa de tanto e outros precisam um pouco mais. Trabalhei numa empresa onde havia, e há, gente a ganhar por ano o que 10 ou 20 ganham em 10 anos. Não é justo. Essas 10 ou 20 pessoas não devem precisar de mais que um trabalho para levar comida para casa. E isso acontece com muita frequência. Assim continuamos a criar injustiças em vez de as corrigir.

Como vês a humanização hospitalar e a forma com a sociedade lida com os nossos Mais Velhos em ambiente hospitalar?

Está a mudar. Felizmente, a norte, o vosso trabalho tem gerado resultados muito positivos e são vistos com bons olhos por quem gere esses serviços. Mas é preciso que a missão se expanda. Há ainda muita gente a precisar da vossa alegria e carinho. Talvez fosse bom esses bons gestores falarem um pouco mais alto e mais longe. A palavra deles é imprescindível para que o projecto tenha outro alcance.

Se tivesses de descrever a tua Palhaços d'Opital como o farias?

Uma missão de Amor, “puro e duro”, que nos enche de carinho e satisfação.

Gratidão ●

COM O SEU CONTRIBUTO, O SORRISO GANHA O PAPEL PRINCIPAL.

FAÇA O SEU DONATIVO E LEVE SORRISOS
AOS IDOSOS EM HOSPITAIS.



RUY DE CARVALHO



MBWAY:
93 878 02 02
NIB:
PT50 0010 0000
5826 6520
0014 6



SÓNIA SANTOS

RADIALISTA | EMBAIXADORA PALHAÇOS D'OPITAL

Olá Sónia, antes de mais obrigada por aceites estares na Palhaços d'Opital, pelo teu apoio e por estares sempre presente em todos os convites que te são feitos. Sei que conheceste a Palhaços d'Opital através de um email que o Jorge te enviou a pedir ajuda na divulgação do nosso trabalho, ao qual tu aceitaste prontamente. O que te fez identificar com esta causa?

Até ao contacto do Jorge, eu não conhecia a Palhaços d'Opital e fiquei rendida à ideia de dar voz e, de alguma forma, representar, um projecto tão nobre.

Identifiquei-me com a causa por interesse! Quando for mais velha e se tiver que estar hospitalizada, meto "uma cunha" à Palhaços d'Opital!

Falando a sério, identifico-me muito com uma vontade genuína de dar afecto, de rir com os mais velhos e de os escutar.

Talvez porque só conheci uma avó (avó paterna) e, infelizmente, tive poucas oportunidades para estar com ela, sempre senti uma certa falta de pessoas mais velhas na minha vida e sempre as procurei. Tenho algumas amigas, de longa data, com mais 10, 15 anos do que eu e é nelas que procuro os "conselhos para a vida". São mais experientes do que eu numa série de coisas, já ganharam "calo" em tantas outras, costumam ser mais ponderadas, mais sábias... só tenho aprender com elas!

E, não querendo dizer que as minhas amigas já são idosas é assim que olho para as pessoas mais velhas: como alguém que leva uma grande vantagem sobre mim no que

toca a "andar por cá há mais tempo" e, por isso, com quem posso aprender muito. Nutro este carinho enorme por elas e A-DO-RO ouvi-las! Ouvir as muitas histórias que têm sempre para contar; como era a vida nos seus tempos de infância e juventude; ouvi-las falar das vitórias e dos arrependimentos, de emoções e sentimentos: desde o que é para elas o amor ou a amizade até como aprenderam a gerir conflitos. Destas conversas, têm saído muitos pontos de reflexão para mim própria e para a forma como encaro a vida.

Se não estou em erro foste a nossa primeira embaixadora mais conhecida do público. Qual é a sensação de fazer parte da missão da Palhaços d'Opital? É uma honra! Um privilégio!

Sentes que os nossos idosos vivem numa sociedade que não os valoriza, estando muitas vezes esquecidos no seio da própria família? O que pode cada um de nós fazer para atenuar essa solidão?

Sinto que sim. O ideal seria podermos preparar devidamente os tempos de reforma. Envelhecer com saúde, com qualidade de vida; termos projectos que, até então, não tivemos oportunidade de concretizar; viajar; descansar; ter, finalmente, tempo para nós e para os amigos.

No entanto, o que mais vemos são idosos que não tiveram condições para isso. A esperança de vida aumentou e



muitos dos maiores de 65 tiveram uma vida de muito trabalho, com poucas (ou nenhuma) habilitações, sem hábitos de exercício físico, de leitura ou outros importantes para manter o cérebro activo, com poucas reformas e sem grandes poupanças.

São vistos, por isso, como empecilhos, pessoas que não contribuem activamente para a sociedade, um encargo para as famílias e para o Estado.

Há ainda o velhicismo, esse pré conceito que temos dos idosos... são “velhinhos”, “coitadinhos”, dementes, inúteis, ignorantes porque não sabem acompanhar os tempos modernos.

Esquecemo-nos que se temos

o privilégio de estar aqui é precisamente por causa dos nossos pais, dos nossos avós.

Foi com eles que demos os primeiros passos (literal e metaforicamente) e eles têm muito mais para nos ensinar.

Como é que passámos de pedir a bênção dos avós para este olhar de algum desprezo pelos mais velhos? Provavelmente temos vindo a perder alguns valores, a

deixar cair o respeito profundo pelo ancião.

Se tudo nos correr bem, havemos de chegar à velhice.

E, então? Quando formos nós os “velhinhos”? Como queremos ser tratados? Talvez pensemos que quando chegarmos a velhos connosco vai ser diferente, que podemos precavermo-nos para uma 3ª idade com qualidade de vida, mas a verdade é que não sabemos como vai ser. E ninguém garante que não seremos, também, vítimas do velhicismo. Portanto, nem que seja só por nós, porque não começar já hoje a ganhar uma outra consciência do que é ser velho, promover o fim do preconceito, interiorizar que se as (muitas) diferenças entre as gerações é natural, a discriminação geracional, não é. Não obstante, não podemos virar a cara às condições da maioria das famílias portuguesas. Muitas passam o dia a trabalhar, outras chegam a ter dois ou mais empregos para fazer face aos encargos mensais. Passam-se muitas horas fora de casa e ganha-se pouco, face ao custo de vida.

Refiro-me, muitas vezes, ao nosso país com o título do filme dos irmãos Cohen “Este País não é para Velhos” (creio que “este país não é para filhos”, também, mas isso levaria a uma outra longa conversa). Voltando aos nossos velhos, para um casal de classe média que tenha

um ou dois filhos, mais um dos pais a seu encargo, como consegue fazer face às despesas e ter tempo para dar atenção e cuidar devidamente desse pai? Vai largar o emprego para ficar em casa como cuidador? Vai ter dinheiro para deixar o pai num Lar? (Já para não falar da dificuldade em arranjar um Lar com as condições que desejamos...)

Sabemos do longo e demorado caminho para se ter estatuto de cuidador... Sabemos que até podemos ter falta justificada no emprego porque ficámos a cuidar dos nossos pais, mas, se não me engano, por ano podemos dar sete faltas desse género. E o resto dos dias? Do(s) ano(s)?

O que e como se faz?

Oiço várias histórias de idosos abandonados nos hospitais, habitualmente contadas com o dedo apontado para este “acto de crueldade e egoísmo”. Quero acreditar que é um gesto de amor! Num hospital aquele idoso vai ter as devidas condições de higiene, alimentação, medicação e alguém que olhe por ele. Condições que muitas famílias, não têm. O que pode cada um de

nós fazer para atenuar essa solidão?

Eu, confesso, faço muito pouco pelas pessoas mais velhas e sozinhas à minha volta... Também eu ando na azáfama da vida e limito-me a telefonar algumas vezes, ouvir, fazer umas visitas, oferecer-me para ir às compras por elas ou demonstrar que estou disponível, caso precisem.

É muito pouco, face ao que estas pessoas precisam, mas é alguma coisa (digo eu, para aliviar a minha consciência!). Sabes, gostava de ver, por cá, o que encontrei no Japão. Sei que é das populações do mundo mais envelhecidas e que nem tudo é um mar de rosas, pois muitos vivem na pobreza extrema e muitos outros são abandonados à sua sorte. No entanto, foi muito bonito ver tantos idosos (bastante idosos mesmo) a trabalhar: como taxistas, porteiros ou em pontos de turismo.

Assisti a vários jogos de rãguebi e éramos sempre recebidos por idosos, estavam ali para nos dar as boas-vindas! Lembro-me, particularmente, de um jogo em que tinhas que fazer ainda um bom caminho do metro até ao estádio e eram os idosos que nos orientavam no percurso. Quando chegámos mesmo à zona do estádio foi lindo entrar por um corredor humano de idosos que sorriam e nos diziam: “Konnichiwa”. Mais à frente, eram idosos que te orientavam com os lugares e entregavam um saco para

Oiço várias histórias de idosos abandonados nos hospitais, habitualmente contadas com o dedo apontado para este “acto de crueldade e egoísmo”. Quero acreditar que é um gesto de amor!





o lixo, para que no fim do jogo o estádio ficasse limpo. Ah! E poucos falavam inglês! Mas a coisa está feita de tal forma que só por gestos e sorrisos ficas bem orientado. Outra mentalidade, outra cultura.

Vi recentemente, numa entrevista que deste a um canal de televisão, que estás a recuperar de um burnout, sem querer entrar na tua vida privada, mas sendo a saúde mental cada vez mais uma preocupação, e sendo a nossa missão “alegria, humor e afetos em ambiente hospitalar” reconheces a importância do trabalho desenvolvido pelos nossos Palhaços d’Opital?

Sem dúvida! E é notável!

Levar aos hospitais portugueses risos, toque, afecto,

carinho, companhia, partilha

é fundamental para a saúde

mental e consequentemente

física dos idosos. Ainda

temos esta mania de separar

a cabeça do corpo, quando

não faltam evidências de que a

saúde deve ser vista como um

todo: somatizamos emoções.

Sabemos hoje que rir, por

exemplo, aumenta a nossa

imunidade, logo, acelera o

processo de cura e diminui o tempo de internamento.

Tenho ideia de ter sido no “Expresso” que li dois estudos

muito interessantes. Um, de um médico e humorista (!)

português que estudou os benefícios terapêuticos do riso

e mostrava como ele próprio utilizava o humor na relação

com os doentes, em particular com os mais velhos.

Concluiu que o humor nos traz imensas vantagens: reduz

stress, diminui a pressão arterial, promove relaxamento

muscular e aumento do limiar da dor, queima calorias,

estimula o cérebro, até contribui para o controlo da

diabetes! O outro estudo, impressionou-me bastante, pois

constatava que os efeitos da solidão e do isolamento, eram

comparáveis aos da inatividade física, da obesidade, ou do

consumo de tabaco. Só por aqui já se vê que o trabalho da

Palhaços d’Opital não tem contra-indicações!

Muito pelo contrário!

Uma das tuas grandes paixões é “ouvir e contar histórias, aprender e partilhar”, e esse é um ponto em comum comigo... quando vou aos hospitais sinto que saio de lá com uma bagagem cheia de partilhas e de histórias de vida incríveis.

Podes contar-me alguma história de uma pessoa mais

Levar aos hospitais portugueses risos, toque, afecto, carinho, companhia, partilha é fundamental para a saúde mental e consequentemente física dos idosos.

velha que tenha inspirado?

Não é propriamente uma história inspiradora em si, mas achei inspiradora e muito inteligente a forma como a minha avó lidava com os 10 filhos!

O meu avó fazia muitas temporadas fora a trabalhar e ela tinha que tomar conta da “canalhada” (como ela dizia) sozinha. Um dia, o meu pai deu-lhe para pegar numa tesoura e cortou a torto e a direito uma videira.

A minha avó, sabendo que entre 10 miúdo não valeria a

pena perguntar quem fez aquela asneira, decidiu antes

perguntar: “quem é que podou esta videira tão bem? |

Ai que está mesmo bonita!” Claro que apareceu logo

um dedo no ar, orgulhoso e pronto para receber um rol

de elogios à frente dos irmãos! Acabou, por receber sim,

umas palmadas, pois aquela

videira nunca mais foi o que

era!

Ainda no seguimento das histórias, o que é que os jovens podem aprender com os mais velhos?

Olha, tudo o que já referi lá atrás, na tua primeira questão!

E mais, basta pensar que

muitos artistas (músicos,

escritores, actores, artistas plásticos, etc.) realizaram obras

marcantes e emblemáticas numa fase já mais avançada

da vida. Um excelente exemplo é o José Saramago que

publica o “Ensaio sobre a Cegueira” com 73 anos!

Estando tu ligada tantos anos à radio e inevitavelmente também à música, e trabalhando nós também muitas vezes com músicas que trazem boas memórias aos nossos sérios hospitalizados, que música escolherias para descrever a Palhaços d’Opital e porquê?

A que veio imediatamente à ideia foi o “Little trip to heaven” do Tom Waits. Não por achar que a letra possa descrever literalmente a Palhaços d’Opital, mas pelo aconchego a que a música me remete... é assim um colinho bom, um colinho que a Palhaços d’Opital dá a muitos dos nossos idosos. A música tem a minha idade, é uma das minhas preferidas de sempre, está num disco do meu “top Ten” e é de um músico, instrumentista, compositor, cantor e actor que admiro muito, e que, já agora, tem 73 anos. Ainda em 2019 entrou num filme do Jim Jarmusch, portanto, com 69 anos! ●





fotos: Onshot Estúdio Rui Carvalho

NILTON

HUMORISTA | EMBAIXADOR PALHAÇOS D'OPITAL

Boa noite, Nilton antes de mais para uma Palhaça, como eu, é um grande privilégio entrevistar um grande humorista como tu.

Pronto, se a ideia é começares já a mentir, avisa para eu seguir no mesmo tom.

Nilton Rodrigo Farinha Rodrigues é um humorista e escritor português, que apresentou o programa 5 Para a Meia-Noite, na RTP1. Este é o resumo que vem na Wikipédia acerca da tua pessoa, é um bocadinho redutor, parece-me.

Sentes que o 5 Para a Meia-Noite foi um dos grandes marcos da tua vida? Se pudesses alterar esta breve apresentação tua na Wikipédia o que escreverias?

Sim, é uma carreira com mais de 20 anos, com vários programas em televisão, 2 DVD, 8 livros, manhãs da Rádio Comercial e da RFM, milhares de salas esgotadas em Portugal, Brasil, Estados Unidos, Suíça, mas respeito quem achou que bastava referir o 5 Para a Meia-Noite. Senti que não era necessário acrescentar mais. O Elon Musk também criou o PayPal e a Space X e as pessoas só falam na Tesla. Mas eu resumiria ainda mais e numa só palavra: Contribuinte. Na verdade é o que faço, contribuir para o estado.

Sentes que no mundo em que vivemos, cada vez mais virado para os nossos próprios umbigos, precisamos

cada vez mais do humor?

E de que maneira pode o humor mudar o mundo?

Independentemente da época em que vivamos, mais ou menos virados para os nossos umbigos, precisamos sempre de humor. A capacidade de rirmos é a única coisa que ninguém nos pode tirar. Mas precisamos também uma boa dose de empatia pois vivemos tempos em que tudo é condenável e damos pouco espaço para que o outro possa falhar.

Acho que o propósito do humor não deve ser o de mudar o mundo mas sim a vida de cada um fazendo o seu propósito que é o de fazer cócegas no cérebro e, como escreveu o Mário Cesariny "... afinal o que importa é pôr ao alto a gola do peludo à saída da pastelaria e lá fora – lá fora! – rir de tudo. No riso admirável de quem sabe e gosta ter lavados e muitos dentes brancos à mostra".

És embaixador da Palhaços d'Opital desde 2019, o que é que te fez aceitar este convite?

Digamos que um braço torcido da forma correcta, em que sentes os ossos a quebrarem pode ser bastante convincente e capaz de despertar em ti a boa vontade necessária para ajudar o próximo. Mas também é igualmente verdade que sempre fui um cidadão atento ao outro e disponível para dar do meu tempo aos demais. Depois houve um momento em que acompanhei o trabalho da Palhaços d'Opital no IPO de Coimbra e fiquei rendido e fã.



Muitas vezes as pessoas que estão de fora e que só se cruzam connosco nas redes sociais não têm realmente noção do que fazemos. Assististe a uma visita nossa ao IPO de Coimbra, ainda te recordas do que mais te marcou?

Era precisamente disso que falava, o momento em que vês a equipa a entrar num quarto de hospital, carregado de uma má energia, de doença, dor, de muita tristeza e vês até nos olhos dos pacientes que ainda não vos conhecem alguma estranheza pela vossa presença. E é realmente brutal perceber que em 2 minutos vocês conseguem mudar o jogo, colocar pessoas a cantar e até a dançar. Acho que o mais fantástico é os Palhaços d'Opital conseguirem transportar aquelas pessoas dali para fora e fazer com que enquanto vocês ali estão eles se esqueçam da sua pouca sorte naquele momento.

Cruzamo-nos muitas vezes com pessoas que dizem que o nosso trabalho é muito bonito, mas para

Infelizmente a nossa sociedade ainda precisa de evoluir muito nesse aspecto. Diria até que urge uma lição de oriente onde o ancião é respeitado e considerado de uma forma completamente diferente

crianças. Porque é que achas que há tanta dificuldade em entender que os adultos e os mais velhos podem rir e tem direito ao afeto quando estão internados?

Infelizmente a nossa sociedade ainda precisa de evoluir muito nesse aspecto. Diria até que urge uma lição de oriente onde o ancião é respeitado e considerado de uma forma completamente diferente. A nossa sociedade vive vidrada numa espécie de complexo de Peter Pan em que ser velho é uma espécie de doença que acontece à pessoa e só nos aperceberemos do quão errado estamos quando for a nossa vez de lá chegar.

Para terminar, que mensagem queres deixar para que as pessoas valorizem mais os nossos mais velhos?

Imaginem-se mais velhos. Imaginem-se com a idade dos vossos avós e pensem na forma como gostariam de ser tratados.

Um bem haja.

Pode ser. ●





SOFIA CERVEIRA

ATRIZ | EMBAIXADORA PALHAÇOS D'OPITAL

Olá Sofia. Sou a Estrela, a Doutora Bem-Mequer da Palhaços d'Opital. A Doutora Bem-Mequer já ouviu falar muito bem de si... Posso tratá-la por tu? Peço desculpa, mas para a cabeça desta palhaça será mais simples! (risos) Eu estou na Palhaços d'Opital há um ano, mas sei que tu já és embaixadora da nossa associação há mais tempo!

O que te fez aceitar este convite?

A vossa entrega e dedicação. A forma como desenvolvem o vosso trabalho e actuam. O sentimento de alegria que provocam. É, sem dúvida, uma relação de amor aquela que vos une aos nossos mais velhos. Uma relação genuína e que contagia qualquer pessoa que está ao vosso lado. Se pensarmos que vocês dedicam o vosso tempo, a vossa vida aos mais velhos, é só absolutamente extraordinário! Sou uma pessoa muito privilegiada por fazer parte do vosso mundo. Só tenho a agradecer!

Sei que já assististe a uma visita nossa com o Gonçalo Dinis no Hospital de Cantanhede e no de Aveiro em 2015! Apesar de teres ficado mais “atrás das câmaras”, lembras-te de algum momento que te tenha marcado nesse dia? Ou alguma emoção mais forte que te tenha despertado?

Exactamente. Estávamos em 2015, sim. Foi a primeira vez que vi a Palhaços d'Opital a trabalhar no ativo. Lembro-me da Isabel e do Jorge percorrerem os corredores dos cuidados paliativos do hospital e deixarem sorrisos nos doentes mais “distantes”. E havia casos bastante duros. Foi, sem dúvida, um dia muito emotivo e, desde então, começou a minha admiração e respeito por esta Associação tão especial.

Do que já pude ler a teu respeito, sei que te dás muito bem com a tua avó. Temos uma coisa em comum,



eu também me dou muito bem com a minha avó materna, já só tenho essa, e vou todos os domingos a casa dela vê-la e aproveitá-la ao máximo porque tem Alzheimer. Há que aproveitar todos os segundos... Sei que já viveste muito tempo na mesma casa com a tua avó, e queria perguntar-te, como é essa experiência de viveres com alguém que tem tanta bagagem para ensinar?

Eu tenho a sorte de ter uma avó com 96 anos com quem sempre tive uma ligação muito especial. Numa fase da minha vida chegámos a viver juntas e quando nos apercebemos tinham passado 8 anos. Foi das experiências mais enriquecedoras que tive e, até hoje, é uma aprendizagem constante. São momentos muito especiais aqueles que vivemos quando estamos juntas!

O nosso público-alvo são os Mais Velhos, e realmente os mais velhos ensinam-nos sempre a ser melhores, sendo que é neles

que vive o verdadeiro sentido do mundo dos afetos. Posto isto gostava de te perguntar qual é que é para ti a importância dos afetos neste público tão frágil?

A importância dos afetos é fulcral. Eu diria que é a pedra basilar de tudo. O que seria de nós sem os afetos?! Sobretudo para os idosos, e são muitos os que vivem sós... um afecto, um pequeno gesto, um sorriso... pode significar tanto! E são os afectos que a Palhaços d'Opital transporta em cada visita que faz. Vocês são tão merecedores da nossa atenção e deviam ter tanta mais visibilidade porque, de facto, fazem um trabalho notável no mundo dos afetos!

Numa entrevista tua que li algures na internet, dizias que “com a chegada da bebé vão ser 4 gerações de mulheres unidas pelos afetos”. Achei linda essa frase... e tenho curiosidade em saber, como é que foi a reacção

por parte da tua avó à chegada de mais uma bebé?

Fui mãe aos 41 anos. Mais tarde que o habitual... e, portanto, foi uma bênção muito grande! A minha avó viveu a minha gravidez com muita alegria, com muita serenidade. Quando teve a Vitória nos braços foi assim... espectacular! É uma imagem que nunca irei esquecer. É uma bisavó muito orgulhosa, meiguinha e amorosa. A Vitória adora-a! Quem não adora a minha avó???

Se tivesses que falar sobre o nosso trabalho, como é que o descreverias?

Definir a Palhaços d'Opital numa palavra, qual seria?

Bem... já pude falar muito daquilo que a Palhaços d'Opital significa para mim, e da maneira como vos perspectivou. Mas, se tivesse de escolher uma palavra para descrever a Palhaços d'Opital, claramente, e sem dúvida nenhuma, seria a palavra Amor.

Tudo o que fazem tem “pózinhos” de amor. É, genuinamente, uma relação de amor.

Há alguma mensagem que queiras deixar aos nossos mais velhos?

Talvez aproveitasse esta oportunidade para deixar uma mensagem, não aos mais velhos, mas aos familiares dos mais velhos.

Nos desafios da vida, nem sempre é fácil encontrarmos tempo para tudo. Mas tentemos encontrar tempo de qualidade para estarmos com os nossos mais velhos que já tanto nos deram. Agora é a nossa vez de retribuir! Com carinho, com atenção. Um simples gesto fará toda a diferença nas suas vidas. E é tão fácil fazê-los sorrir... Muitos, muitos beijinhos!

Obrigada Sofia!!! ●





PEDRO ABRUNHOSA

MÚSICO | EMBAIXADOR PALHAÇOS D'OPITAL

Pedro, quando é que se associou a esta causa da Palhaços d'Opital?

Eu estou com a Palhaços d'Opital já há alguns anos, 10 não, mas talvez há 8. Fizemos uma série de ações, começámos no Hospital da Figueira da Foz e depois temos trabalhado juntos e em momentos complicados da vida sanitária do país.

Estamos a falar de um homem de causas, este tema da terceira idade sensibilizou-o particularmente?

É um tema claramente político porque é um problema de envelhecimento da população, mas também é um problema de abandono. Porque as pessoas estão dessensibilizadas, desumanizadas, distantes, muito presas ao sistema e a uma certa digitalização da vida, como se fôssemos turistas da vida. E o real passa-nos ao lado e, portanto, é uma questão altamente pessoal, humana, mas profundamente atual, nós temos cada vez mais pessoas, cada vez mais idosos e cada vez mais idosos mais sós.

E a Palhaços d'Opital faz um trabalho notável. Eu creio numa certa consciência coletiva. Nós todos temos “culpas no cartório”, se repararmos bem. E eu tento, de alguma forma, espiar os meus pecados, e acho que é uma obrigação fundamental de todos, não só acompanharmos

os nossos velhos, mas também fornecermos ajuda, meios para que, organizações como a Palhaços d'Opital, possam trabalhar; nós enquanto cidadãos e naturalmente o Estado.

Como é que foi hoje pisar este palco do Coliseu com tantas pessoas a assistir e saber também a causa que está por trás?

O Coliseu é sempre um palco, é um “estar em casa”, os músicos que aqui estiveram fizeram um espetáculo notável e eu tentei contribuir de alguma maneira para dar alguma alegria e agradecer às pessoas que aqui estiveram, que abnegadamente num domingo à noite, aqui vieram.

Então, continuamos a contar com o Pedro Abrunhosa na Palhaços d'Opital?

Eu tenho sempre um bocadinho de Palhaço.

(risos)

E a música é também partilha e amor, não é?

A música é isso. É uma forma de apaziguar a dor. A música também é isso.

Muito obrigada, Pedro, até breve.

Obrigado. ●

FERNANDO ARAÚJO

DIRETOR EXECUTIVO DO SNS - SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE

HUMANIZAÇÃO HOSPITALAR E O SNS

Temos, cada vez mais, do lado dos cuidados de saúde, soluções técnicas e farmacológicas que nos ajudam a dar uma resposta mais evoluída e diferenciada a determinada patologia, no entanto, por vezes, esquecemos de nos focar no que é mais essencial, a pessoa.

Os profissionais estão, por vezes, demasiado concentrados nas questões tecnológicas, no entanto, estes recursos mais não são do que um instrumento, sendo que a humanização dos cuidados deve constituir a marca d'água do SNS. Neste momento, o SNS atravessa um momento desafiante da sua existência, que se agravou com a pandemia de COVID-19, nomeadamente na dimensão do acesso e no impacto que teve nos profissionais de saúde.

Para se conseguir o envolvimento e a motivação dos Colaboradores, é necessário abranger as dimensões sociais mais relevantes.

O SNS tem, num mundo global e altamente competitivo, de conseguir dar melhores condições de trabalho aos

profissionais de saúde para alcançar a sua satisfação e realização profissional.

Queremos um SNS inclusivo, que dê respostas concretas às pessoas, a todas as pessoas. Ambicionamos criar um SNS que esteja adaptado aos problemas atuais, que se prepare para as novas gerações, que responda ao desafio da equidade. O motivo pelo qual estabelecemos um protocolo de cooperação com a Palhaços d'Opital, ainda enquanto Presidente do Conselho de Administração do CUHSJ (Centro Hospitalar Universitário de São João), foi porque nos revemos no vosso percurso e afirmação de sucesso, amplamente reconhecido pelos profissionais de saúde, utentes e familiares.

A vossa intervenção convida à imaginação e atenua os dias mais duros, que por vezes são vividos no hospital. Em saúde, nem tudo se resolve com medicamentos. A vossa capacidade de gerar alegria e felicidade tem efeitos únicos nas pessoas em sofrimento. Vocês possuem o dom de fazer sonhar..." ●



XAVIER BARRETO

PRESIDENTE DA APAH
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE ADMISTRADORES HOSPITALARES

O AMOR É CONTAGIOSO

Vi o filme Patch Adams nos primeiros anos da faculdade e recordo o impacto que a história teve na minha perceção daquilo que é (ou poderia ser) um Hospital.

Nesta história (real), o médico Hunter Doherty Adams (no filme interpretado pelo ator Robin Williams), constatando que os doentes se sentiam isolados/desumanizados, opta por desafiar as normas tradicionais da medicina e por incorporar, na sua prática clínica, o riso e a compaixão. Não de forma casuística ou pontual, mas de forma sistemática, como parte da sua abordagem clínica. Na verdade, Patch Adams acreditava que a empatia e o amor são essenciais para o processo de cura e que podiam ser poderosas ferramentas para ajudar os seus pacientes. Uma das práticas distintas de Patch Adams era o uso de narizes de palhaço. Ele e sua equipa de voluntários vestiam-se de palhaços e visitavam hospitais, lares de idosos e outras instituições de cuidados de saúde, levando risos, brincadeiras e momentos de alegria aos pacientes. Lembro-me de pensar que o conceito fazia todo o sentido

e de me perguntar porque razão não era regra em todos os hospitais do mundo.

A humanização em hospitais é um tema de grande importância na área da saúde. Um hospital pode ser um lugar assustador e stressante para os pacientes e para as suas famílias, especialmente em momentos de doença, dor ou fragilidade. A humanização tem como objetivo tornar esse ambiente mais acolhedor, reconhecendo a individualidade de cada pessoa e oferecendo cuidados mais personalizados e centrados no paciente.

Para promover a humanização, é necessário que os profissionais de saúde sejam treinados e sensibilizados para compreender as necessidades emocionais dos pacientes. Isso inclui ouvir com empatia as suas preocupações, explicar de forma clara e compreensível os procedimentos médicos, respeitar a sua autonomia e participação nas decisões sobre a sua saúde, e estar disponível para responder a dúvidas e fornecer apoio emocional. Além disso, é importante que o ambiente hospitalar seja projetado de forma a acolher o paciente e sua família.



A comunicação entre os profissionais de saúde, o paciente e sua família é também fundamental para promover a humanização, devendo ser clara, honesta e respeitadora. Outro aspeto fundamental da humanização em hospitais é o respeito relativamente à cultura, religião e à diversidade de cada um dos nossos pacientes. Cada pessoa é única, com as suas crenças, valores e costumes, e é importante que essas diferenças sejam consideradas e respeitadas nos cuidados de saúde, garantindo que o paciente se sinta compreendido e respeitado na sua individualidade e identidade cultural.

A humanização em hospitais não se restringe apenas aos pacientes, mas também aos profissionais de saúde. É importante que sejam valorizados, ouvidos e apoiados no seu trabalho, para que possam oferecer cuidados de qualidade aos seus pacientes. A sobrecarga de trabalho, o stress e a falta de condições adequadas de trabalho podem impactar negativamente a humanização dos cuidados e, por isso, é fundamental investir no bem-estar dos profissionais de saúde.

A humanização não pode ser o parente pobre da gestão hospitalar. Deve ser uma dimensão central da nossa ação, a par do acesso, da qualidade ou da sustentabilidade dos Serviços de Saúde. Importa por isso encetar ações concretas que reforcem a centralidade desta dimensão. Temos defendido a incorporação da experiência do doente para efeitos de financiamento hospitalar, mas também a disseminação de processos de cocriação de respostas em saúde, em parceria com os nossos doentes. A estratégia terá necessariamente de passar por fazer refletir a humanização em saúde como parte dos indicadores pelos quais os Hospitais são avaliados e financiados.

Até que essa mudança aconteça, podemos (e devemos) fazer um esforço constante para que a humanização seja mais valorizada no seio das nossas instituições de saúde. São várias as publicações que apoiam a presença de artistas palhaços em hospitais. Efetivamente, existem evidências dos efeitos positivos do seu trabalho na humanização do ambiente hospitalar e na melhoria do bem-estar dos pacientes. Existem evidências claras do seu potencial, tanto na redução do stress e da ansiedade, como na melhoria do humor e do estado emocional (tanto de doentes como de profissionais). A sua ação cria momentos de conexão entre doentes e equipas clínicas, humanizando o ambiente hospitalar. O seu trabalho pode até melhorar a qualidade dos cuidados prestados, no sentido em que criam um ambiente de trabalho mais propício à prestação de cuidados. É precisamente com base nesta evidência que, um pouco por todo o mundo, os palhaços em hospitais têm sido reconhecidos como parte integrante de equipas multidisciplinares de cuidados de saúde, proporcionando cuidado mais holísticos e humanizados aos pacientes. Por tudo isto, volvidos 10 anos, da criação dos Palhaços d'Opital, a nossa palavra é de gratidão pelo trabalho que têm feito. Voltando ao ponto por onde comecei, ie ao filme Patch Adams, constatei que, no Brasil, o filme teve um subtítulo feliz: chamaram-lhe Patch Adams - O amor é contagioso. Na verdade, é mesmo disto que se trata. Mesmo nos momentos mais difíceis, é impossível não ser contagiado pela alegria que os Palhaços d'Opital, espalham pelos nossos corredores. O meu desejo é que continuem a contagiar-nos por muitos anos, com o mesmo Amor e entrega com que o fizeram nos Vossos primeiros 10 anos de existência. Obrigado. ●

COLISEU AGEAS PORTO

12 FEVEREIRO 2023
20H00

GALA SOLIDÁRIA PALHAÇOS D'OPITAL



RUY DE CARVALHO



NILTON



PEDRO ABRUNHOSA



FERNANDO DANIEL



ANDRÉ SARDET



OS AZEITONAS



CLÁUDIA PASCOAL



SILVANA PERES



PEDRO BARROSO
E PAULO LIMA



VOZES DA RÁDIO

10^o PALHAÇOS D'OPITAL
aniversário

NÃO FALTE!
BILHETES
A PARTIR DE
11€

PARCENHOS PRINCIPAIS





HOSPITAIS PARCEIROS

Trabalhamos em parceria com hospitais públicos, com os quais temos protocolo de cooperação estabelecido. No início, fomos nós que procurámos os hospitais parceiros. O futuro passará por dar resposta aos que querem integrar-nos como parte da sua equipa. Até agora, o financiamento do programa de visitas era da inteira responsabilidade da Palhaços d'Opital. Queremos, no futuro, "partilhar" responsabilidades, quer na procura do financiamento, quer no compromisso de divulgação do trabalho desenvolvido, bem como um maior envolvimento com o hospital e com as equipas destes. Queremos Hospitais parceiros mais comprometidos com a nossa missão! O sucesso da nossa missão está intimamente ligado ao relacionamento que temos com a equipa hospitalar e com o seu projeto de humanização.



MARGARIDA FRANÇA

PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DO CENTRO HOSPITALAR DO BAIXO VOUGA, EPE.

Somos, orgulhosamente, a primeira casa da Palhaços d'Opital. Os Palhaços d'Opital fazem, desde o princípio da sua existência, parte da família do Cento Hospitalar do Baixo Vouga. À época, ainda como Hospital Infante D. Pedro, o Jorge e a Isabel – os grandes mentores e impulsionadores deste projeto – lançaram o desafio de visitar, de forma sistemática, doentes e profissionais, de forma a trazer mais ânimo, alguma descontração e conforto a um ambiente que, pela natureza das suas funções, é complexo, stressante e, muitas vezes, povoado pela dor. O Hospital conhecia o trabalho realizado em outras unidades hospitalares, por outras organizações, junto das crianças da pediatria. Mas o que a Palhaços d'Opital trazia era um desafio mais arrojado: gostavam de fazer intervenção junto de adultos. De doentes adultos. Ficámos surpreendidos, mas curiosos e, paulatinamente, o Hospital Infante D. Pedro, em conjunto, foi participando na experiência. De serviço em serviço. Até com alguma parcimónia. E os resultados, esses, não tardaram em revelar-se como significativamente positivos. Os hospitais vivem de ciência e de humanidade e

a Palhaços d'Opital, acrescentando sempre muita humanidade ao ambiente hospitalar, é exímia na forma como prepara – através de formações regulares, muitas realizadas em países onde a intervenção junto de adultos já goza de maior maturidade – os seus elementos. Este investimento tem tido os seus resultados em intervenções profissionais e devidamente enquadradas nos diferentes ambientes e situações. Não temos dúvida de que a Palhaços d'Opital acrescenta valor e qualidade ao trabalho desenvolvido no Centro Hospitalar do Baixo Vouga, com impacto nos doentes, seus familiares e profissionais. São, hoje, da casa. De resto, é com orgulho que dizemos que esta foi a sua primeira casa e, hoje, são já parte do nosso dia a dia e não meros visitantes, encontrando-se totalmente integrados na dinâmica hospitalar. O balanço desta intervenção é, pois, muito positivo. A disrupção que trazem à vida hospitalar é inovadora e criadora de um ambiente descontraído e alegre, multiplicadora de afetos, amenizando os dias do universo hospitalar. Esta é, pois, uma parceria com passado, presente e com muito futuro. Obrigada e parabéns! ●



ANA RAQUEL SANTOS

PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DO HOSPITAL DISTRITAL DA FIGUEIRA DA FOZ, EPE.

São 10 anos a trabalhar em conjunto e a humanizar o cuidar. O trabalho desenvolvido pelos Palhaços d'Opital tem ajudado a tornar os nossos cuidados hospitalares mais humanizados. A equipa dos Palhaços d'Opital lida com utentes em situações difíceis, com acompanhantes, profissionais e de forma empática resgata a conexão humana, através do ato de olhar e do riso. Os Palhaços d'Opital tem sido importantes no HDFS, EPE, na medida em que os utentes tem um ambiente

mais humanizado. A equipa ajuda todos os que se cruzam com eles a melhorar o seu humor, assim como conseguem ajudar na adoção de atitudes mais tolerantes e conseguem afastar (mesmo que por curtos períodos) as emoções mais negativas, como o medo, a tristeza, o desânimo e a ansiedade. Todos apreendemos com os Palhaços sorridentes e percebemos que os profissionais ficam mais bem dispostos na sua atividade após a passagem da equipa, já que o humor e o riso ajudam para a descompressão e alívio da tensão muitas vezes presente nos profissionais de saúde. ●



NUNO DUARTE

PRESIDENTE DO CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO DO CENTRO HOSPITALAR TONDELA-UISEU, EPE.

O Centro Hospitalar Tondela-Viseu é uma instituição à qual acorrem mais de meio milhão de cidadãos residentes na região da Beira Alta. Para além da missão assistencial que presta à população, importa ao hospital assegurar que a presença dos cidadãos nas suas instalações seja revestida de conforto e bem-estar. A relação de confiança estabelecida com os seus doentes e respetivos familiares, criou uma rede de cumplicidade e proximidade útil e diferenciadora. Desde o ano de 2015 que temos, com muito orgulho, como parceiros a Associação Palhaços d'Opital. O CHTV foi o terceiro Hospital a acompanhar esta

iniciativa, aceite desde o momento inicial. As pessoas com mais idade, sendo o foco principal da associação, substancia o elemento de união das partes. Neste caminho de quase 8 anos, a humanização dos serviços hospitalares ganhou novos contornos e importância. Sustentada em inúmeras vivências, nas largas dezenas de visitas às nossas Unidades de Viseu e de Tondela, em tantos momentos de alegria, de risos e sorrisos, de boa disposição, pretende-se, neste momento, deixar uma palavra de agradecimento e apreço à Associação Palhaços d'Opital. Um feliz aniversário! E bem-haja! ●

MARGARIDA ORNELAS

PRESIDENTE CONSELHO ADMINISTRAÇÃO
INSTITUTO PORTUGUÊS DE ONCOLOGIA DE COIMBRA

Falar dos Palhaços d’Opital é falar de uma missão. No caso concreto do IPO de Coimbra (IPOC), é falar de uma parceria com inegáveis benefícios, existindo um protocolo de colaboração, com o Instituto, desde o ano 2017, baseado no entendimento mútuo dos benefícios para os doentes e a comunidade hospitalar em promover e assegurar um programa de intervenção lúdica, particularmente através da visita dos profissionais Palhaços d’Opital à instituição. Nos termos do protocolo, este entendimento é alicerçado na preparação destes artistas que têm formação especializada no meio hospitalar e trabalham em estreita colaboração com os profissionais de saúde, realizando atuações adaptadas a cada utente e a cada situação. O IPOC pauta-se, no desenvolvimento da sua atividade, por um conjunto de valores, entre os quais o da humanização dos cuidados. Ora, num hospital como IPOC, em que o valor da humanização de cuidados faz parte do capital cultural da instituição e se assume como um referencial de atuação, é muito importante ter os Palhaços d’Opital a ajudar-nos a cumprir essa nossa missão, criando momentos de bem-estar e contribuindo, assim, para o estado anímico dos nossos doentes. Nós sabemos como isso ajuda na sua recuperação. Mas os palhaços também alcançam sorrisos nos profissionais de saúde, proporcionando momentos de alegria, já que a sua intervenção lúdica contribui para o estado anímico de toda a comunidade hospitalar. A promoção da colaboração entre os profissionais de saúde, utentes, cuidadores formais e informais e os Palhaços d’Opital é, inquestionavelmente, um instrumento de reforço da humanização que tanto procuramos alcançar. A ajuda dos Palhaços d’Opital vem de diversas formas, particularmente nas visitas regulares aos nossos serviços.

No entanto, esta cooperação, desenvolvida em linha com a missão e os valores do IPOC, tem sido concretizada, também, no desenvolvimento de outras iniciativas que vão, para além, das referidas visitas regulares. A este propósito, destaca-se o concurso organizado pela Associação Palhaços d’Opital designado “Entre paredes d’Opital” que permitiu transformar o espaço de 2 salas de consulta num ambiente mais acolhedor, trazendo, além dos afetos, arte para o hospital. Graças a esta iniciativa promovida pela Palhaços d’Opital, os quatro artistas vencedores do concurso valorizaram, com intervenções artísticas plásticas, duas salas de espera do IPO. Por outro lado, é de destacar a capacidade dos Palhaços d’Opital adaptarem a sua atuação a cada situação e até em condições mais adversas. Um bom exemplo disto foi a alternativa criada para chegar aos doentes em tempos de pandemia: o canal d’Opital TV. De assinalar que o IPOC foi o primeiro hospital a aderir a este projeto. Além das visitas regulares, no protocolo de cooperação celebrado com o IPOC, estão, ainda, previstas outras ações, como a participação em festas promovidas para os doentes, particularmente a festa de Natal, e a participação em seminários, *workshops*, iniciativas públicas e outras atividades, nomeadamente na colaboração para a difusão de campanhas ou mensagens de sensibilização. Os Palhaços d’Opital são artistas, com formação especializada em meio hospitalar, havendo de destacar, na sua atuação, três dimensões: a sensibilidade, a criatividade e um enorme profissionalismo. Como disse um pensador “Pela forma como trabalha se avalia o artista” (Jean de La Fontaine). O trabalho dos Palhaços d’Opital é, neste sentido, pelo impacto que nos traz, um verdadeiro caso de sucesso. Obrigada, Palhaços d’Opital! ●





ANTÓNIO TAVEIRA GOMES

PRESIDENTE CONSELHO ADMINISTRAÇÃO
UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DE MATOSINHOS (ULSM)

UM AVIÃO CHEIO DE SORRISOS

O Dr. Risotto chegou primeiro com o seu “avião cheio de sorrisos”. A frase original, que usava (e usa) como assinatura a terminar os seus e-mails, mesmo os supostamente mais formais, provocava sorrisos mais ou menos disfarçados nas reuniões sérias que antecederam o arranque deste projeto em 2019.

Palhaços no Hospital? Palhaços do Hospital? Palhaços d’Opital, assim tal como se diz, e não, não era mais uma atividade para as crianças, não era mais um projeto para o Serviço de Pediatria, como habitualmente. Surpresa das surpresas, esta equipa trazia consigo uma nova proposta, perspetiva e abordagem dedicada aos mais velhos – um grupo maioritário no internamento das unidades de saúde, sinal dos tempos, das conquistas da Medicina e das mudanças sociais, mas para o qual raramente existem atividades lúdicas, momentos de riso e animação. O dia a dia de uma unidade hospitalar é intenso, difícil, complexo e exigente nas suas rotinas, cuidados, intervenções e tarefas, por mais rotineiras que pareçam. Os dias ameaçam tornar-se cada vez mais iguais, o tempo sempre pouco e o trabalho imenso. A exigência da tecnologia com os seus indispensáveis aparelhos parecem tornar todos mais distantes, apesar de inevitável e valiosa no diagnóstico, na doença, na cura. E tantas vezes

olhamos para a máquina, quando queremos olhar para o doente de quem cuidamos.

Espalhar alegria e sorrisos foi a proposta que a Palhaços d’Opital trouxe à Unidade Local de Saúde de Matosinhos, ao Hospital Pedro Hispano.

Desde o primeiro momento, o projeto da equipa Palhaços d’Opital recebeu o interesse e apoio do Conselho de Administração, bem como o entusiasmo e expectativa por parte dos responsáveis dos vários serviços do Hospital Pedro Hispano.

Apesar de uma intensa atividade lúdica e pedagógica dedicada às crianças e jovens dinamizada no Serviço de Pediatria, a experiência de trabalho com adultos internados no Hospital Pedro Hispano não tinha sido ainda possível concretizar de forma consistente e programada, à exceção de alguns projetos pontuais com a Casa da Música, por exemplo. Assim, o projeto Palhaços d’Opital veio responder a uma necessidade há muito sentida e identificada, só possível de concretizar sem custos acrescidos para a instituição hospitalar, no âmbito de uma iniciativa de voluntariado e no contexto da humanização hospitalar que defendemos e praticamos. Assim, desde 2019 que estas visitas regulares e programadas da equipa acontecem (apenas interrompidas durante a pandemia) no Hospital Pedro Hispano,

transformando os dias dos nossos utentes e também dos seus profissionais. Serviços como o Hospital de Dia, alas de internamento de Medicina e Cirurgia são sempre contemplados pela equipa, que tendo em conta o trabalho dinamizado e o conhecimento da instituição e as suas especificidades, decide a abordagem mais adequada, conseguindo até surpreender e incluir nas suas visitas os serviços não clínicos.

Sem dúvidas quanto à mais-valia que a equipa Palhaços d’Opital representa para a dinâmica de cuidado e atenção ao utente e pessoa doente, é intenção do Conselho de Administração dar continuidade a este projeto que já consideramos “nosso”.

Nesse sentido, não poderíamos deixar de referir o apoio da Fundação Manuel António da Mota que vem permitir a continuidade das visitas da associação ao Hospital Pedro Hispano, assumindo o financiamento de um programa anual.

Assim, este apoio da FMAM vem garantir o financiamento de um programa de visitas quinzenal, revelando-se fundamental à continuidade deste projeto de humanização que o Hospital Pedro Hispano está a dinamizar, sendo de todos conhecida a dificuldade orçamental que enfrentam as unidades públicas de saúde.

O Hospital Pedro Hispano é um dos oito hospitais do SNS que acolhe a missão da Palhaços d’Opital, dedicada aos adultos internados em ambiente hospitalar, nomeadamente os mais idosos.

Nesse sentido, fica o nosso reconhecimento pelo apoio nesta missão de levar alegria e sorrisos aos doentes internados, e também aos nossos profissionais e colaboradores, na certeza de que a Palhaços d’Opital faz a diferença na dinâmica de cuidar desta unidade hospitalar. Também como sinal de reconhecimento e gratidão pelo trabalho realizado, a equipa foi convidada a participar e dar a conhecer o seu projeto na conferência anual da ULSM, a Conneting Healthcare, que decorreu no Terminal de Cruzeiros do Porto de Leixões, envolvendo instituições e entidades nacionais e internacionais. Na expectativa de continuarmos a contar com a alegria e os afetos da Palhaços d’Opital nesta nossa missão de cuidar, fica o nosso agradecimento pela vossa presença que transforma os dias (quase) sempre iguais. A bem dos nossos utentes, a bem dos nossos profissionais. Bem hajam pelos sorrisos e alegria que espalham pelos nossos corredores. Muitos Parabéns e muito sucesso nesta missão de renovar, a cada dia, a esperança. ●





MARIA JOÃO BATISTA

PRESIDENTE DO CENTRO HOSPITALAR
UNIVERSITÁRIO SÃO JOÃO, PORTO

PALHAÇADAS TERAPÊUTICAS

Não gosto de palhaços. Ou, pelo menos, sempre achei que não gostava. Excessivos, barulhentos, intimamente tristes. Não os compreendia. Quando, por imperativo de funções, fui desafiada para uma parceria com os Palhaços d'Opital, não foi com particular entusiasmo que recebi o projeto. Mas reconhecia os potenciais benefícios da presença de palhaços em ambiente hospitalar pediátrico e de adultos. Nas várias reuniões preparatórias, percebi rapidamente estar perante um grupo de pessoas especiais. Rigorosas, motivadas, tranquilas, empáticas. E com um profissionalismo que me impressionou desde o primeiro momento. À medida que mais intervenientes do hospital foram sendo chamados para a concretização deste propósito,

foi clara a receptividade e entusiasmo geral. Tive a certeza de estarmos a dar o passo certo no caminho da crescente humanização do nosso Hospital. Nestes meses de alegre vivência, os nossos palhaços têm sido um foco de equilíbrio para doentes e profissionais. Trazem-nos sorrisos que se abrem em gargalhadas, trazem-nos ternura que nos reconcilia com a vida. Subtilmente, e com muito trabalho de base, contribuem para a literacia em saúde, levantam questões críticas, trazem à pele o melhor de nós. Rendi-me às palhaçadas dos Palhaços d'Opital. Tornam os dias mais leves, facilitam a cura. Fazem-nos sentir em casa. Dão-nos saúde. É mesmo um privilégio, Palhaços d'Opital, partilhar esta viagem convosco. ●



COM O SEU CONTRIBUTO, O SORRISO GANHA O PAPEL PRINCIPAL.

FAÇA O SEU **DONATIVO** E LEVE SORRISOS
AOS IDOSOS EM HOSPITAIS.



MBWAY:
93 878 02 02
NIB:
PT50 0010 0000
5826 6520
0014 6

INVESTIDORES SOCIAIS

Segundo a Portaria n.º 97-A/2015 de 30 de março, “um investidor social é uma entidade privada, pública ou da economia social, com objetivos filantrópicos ou comerciais, que contribui com recursos financeiros para o desenvolvimento de uma iniciativa de inovação e empreendedorismo social, com o objetivo de obtenção de impacto social”.

Para nós, os que assinaram a carta de compromisso para a nossa candidatura ao Programa de financiamento **Parcerias para o Impacto** são membros da família Palhaços d'Opital!

São nossos investidores sociais: BBG, Bluepharma, Critical Software, Efapel, Fidelidade, Fundação Ageas, Glintt, João Nabeiro, José Aniceto & irmão Lda., Magnusberry, Sirmaf.

Esta revista serve, também, para homenagear todos os nossos investidores sociais, sem os quais os nossos sorrisos não seriam conquistados. Queremos, desejamos que se sintam parte de todas as conquistas da associação; que se sintam orgulhosos com o impacto desta causa e por fazerem parte do projeto.

Contamos que continuem disponíveis para fazer esta jornada connosco, continuando a apoiar as nossas iniciativas e a nossa missão.

Se permanecermos juntos, não temos dúvidas que continuaremos a marcar as vidas dos nossos Mais Velhos, a marcar a diferença e a ter impacto na nossa sociedade. Contamos convosco para continuarmos a levar Alegria, Humor e Afetos a mais hospitais e, conseqüentemente, a mais pessoas.





BRUNO BRÁS

BBG ALUMINIUM SYSTEMS

Sabemos que a BBG Aluminium Systems é uma empresa empreendedora e inovadora no setor da caixilharia, em especial no mercado *premium* e de luxo nacional e internacional. “A procura incessante da perfeição e excelência elevou o nosso *slogan de Perfection is in the details & details make perfection* ao mais alto nível. Estamos preparados para continuar nesta procura e desafio constantes toda a vida, fazendo hoje melhor do que ontem e amanhã melhor do que hoje unidos e determinados”. A busca da Perfeição é só no lado “profissional”? Em que áreas é que a BBG procura a Perfeição?

A BBG SA tem como principal objectivo buscar a perfeição no serviço prestado e a prestar no pós venda, assim como na qualidade do produto entregue ao cliente buscando perfeição na sua estrutura e relacionamento dos seus Recursos Humanos.

Segundo Pedro Abrunhosa, vosso cliente e Embaixador da Palhaços d’Opital: “Não deve haver actividade humana que mais necessite de silêncio, serenidade e conforto do que escrever e compor. E, contudo, o acto criativo vive das vivências, da interacção com o exterior, de me sentir parte da envolvente. Com HYLINE consigo ter o melhor deste paradoxo: o Mundo varre o estúdio na sua plenitude de cor e de luz, entra casa dentro com o rasgo que eu permitir e no entanto é apenas o som do meu piano que ouço ou, nos momentos vitais em que mergulho na canção, apenas a imensidão do Silêncio.” Na nossa atividade nos hospitais vivemos esta dicotomia, de haver quem entende o silêncio como

obrigatório nestes ambientes mas é musica e não só que nós levamos. Qual a vossa percepção perante a atividade da Palhaços d’Opital, da forma como atuam, do seu impacto, da sua equipa...

A actividade da Palhaços d’Opital aos nossos olhos e, na forma como actua, tem um valor Maior acima de tudo sabendo que hoje a sociedade é cada vez mais ocupada e egocêntrica sem sequer se preocupar com o próximo e com pessoas debilitadas. Como tal, entendemos e valorizamos o impacto positivo para estas e futuras gerações que poderão usar esta inspiração e lição para continuar a acompanhar familiares, amigos e pessoas debilitadas.

A aposta no valor da solidariedade é algo que faz parte do vosso propósito de marca? Algo pelo qual desejam ser reconhecidos no mercado?

Somos muito sensíveis a este tema. O facto de poder apoiar e ajudar os que mais precisam é algo que nos motiva e que se mantém como uma prioridade para a nossa organização.

Esperamos com tantos desafios que vivemos poder continuar a apoiar.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das vossas prioridades?

Temos a prioridade de continuar a melhorar a nossa proximidade com projectos desta natureza, o bem estar das pessoas é uma prioridade para nós, afinal de contas as empresas e a sociedade são pessoas. ●





PATRÍCIA PINTO

CRITICAL SOFTWARE

A Critical Software é uma empresa internacional com uma cultura organizacional bem estabelecida e com um cunho social inovador. São vários os programas que apoiam. Como surgiu esta parceria com a Palhaços d’Opital?

Foi muito fácil para nós apaixonarmo-nos pelo vosso trabalho e encontrarmos um total alinhamento com aquilo que verdadeiramente nos move: as nossas pessoas e os nossos valores. Mais do que uma empresa, sempre nos vimos como uma grande família, uma comunidade onde tomamos conta uns dos outros, em que nos preocupamos com as nossas pessoas e com o nosso ecossistema. Investirmos em programas de inovação social, como a Palhaços D’Opital, é alargarmos a nossa rede de impacto para além das nossas fronteiras corporativas, com a certeza de que podemos mudar vidas através da excelência do vosso trabalho.

Revolucionar a tecnologia para servir a comunidade? Esta sede e vontade de inovar tem sempre este último propósito? Que peso tem a Responsabilidade Social na vossa organização?

Este ano, comemoramos o nosso 25º aniversário e a nossa jornada tem sido rica em experiências e em transformações, mas o nosso compromisso com os valores que nos regem e com a nossa comunidade continua inabalável. Isto porque a nossa cultura se constrói em contínuo diálogo com os nossos colaboradores, com os nossos clientes, e com a comunidade local em que nos inserimos. Envolvê-los e escutar as suas preocupações, as suas necessidades e as suas causas, é o que faz termos esta vontade de inovar tão enraizada. Devolver à comunidade tudo o que ela nos oferece, promovendo o bem-estar, a equidade e a justiça social, é algo que nos move, não só em termos da nossa responsabilidade social,

que está embebida em tudo que fazemos. Há 25 anos que procuramos que a tecnologia que desenvolvemos contribua para um mundo melhor e mais seguro para a humanidade, desenvolvendo sistemas críticos que zelam pela segurança do planeta, das pessoas e da economia.

Pelo facto de se unirem à causa da Palhaços d’Opital, sentem que a terceira idade é também um segmento que tem ainda muito para beneficiar da tecnologia? A tecnologia será preponderante para a evolução do envelhecimento ativo?

Acreditamos que a ciência e a tecnologia devem estar ao serviço da humanidade, pelo que todos os projetos em que nos envolvemos estão alinhados com a nossa missão de contribuir para um mundo melhor (*A Better and Safer World*). Convidamos os nossos clientes a se juntarem a nós neste desafio, instigamos a nossa comunidade a dar aso à sua imaginação e desenvolver ideias inovadoras com impacto sustentável através do programa Fikalab, tentando encontrar soluções para os problemas ambientais, económicos ou sociais. Vivemos numa sociedade que se transforma diariamente a um ritmo acelerado, onde privilegiamos o novo, o bonito e o confortável. Cuidar da terceira idade é cuidar do futuro de todos nós – caminhamos naturalmente para o envelhecimento – é sermos gratos pelo legado daqueles que nos antecederam. As respostas tecnológicas deverão ser sustentadas na ética capazes de nos proporcionar uma crescente qualidade de vida com e para os outros, em instituições justas.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das Vossas prioridades?

A Critical Software sempre se identificou com uma empresa cidadã. O nosso sentido de dever cívico para

com a sociedade que nos envolve, impele-nos a procurar formas de devolver à comunidade tudo o que ela nos dá. É, por isso que, anualmente, dedicamos 5% dos nossos lucros para desenvolvermos ou apoiarmos projectos com impacto social, económico e ecológico (há poucos anos eram 3%, agora são 5%). Acreditamos que é mais do que um dever moral, é nossa responsabilidade enquanto membros da sociedade de contribuir para um mundo mais justo, mais inclusivo e em respeito pelo planeta.

Para finalizar, que palavra do vosso glossário tecnológico usaria para descrever o trabalho que a Palhaços d’Opital desenvolve?

Recorreria a um dos nossos valores: “Engineering Ingenuity” – grandes projetos surgem desta (in)genuidade de apenas querer levar um sorriso a quem tanto precisa dele. Os projetos mais impactantes são, não poucas vezes, de uma simplicidade desconcertante. ●





AMÉRICO DUARTE

ADMINISTRADOR DA EFAPEL

É do conhecimento público que a EFAPEL desenvolve ações de cariz social e solidário em todo o país. Em época de pandemia, a vossa empresa reforçou o apoio a várias Instituições, nomeadamente as da Saúde. Para a EFAPEL o que significa a associação a todas estas causas sociais?

A EFAPEL sempre foi conhecida como uma empresa de relacionamento próximo com as pessoas.

O nosso contributo no apoio a causas sociais, tem como premente objetivo contribuir para uma comunidade mais forte e resiliente. Acreditamos que temos um papel importante no desenvolvimento da comunidade local e regional.

Em 2021, e referindo ainda o período pandémico vivido, a vossa empresa fortaleceu o apoio à Palhaços d'Opital, o qual foi determinante para manter a sua atividade. Podem partilhar o que suportou este reforço na Associação?

O ano pandémico de 2020 e 2021 expôs diversas fragilidades do país e foi nesse contexto que assumimos a nossa responsabilidade como agente de mudança, tendo optado por reforçar o nosso apoio à comunidade, bem como a causas sociais ligadas à saúde, cultura e desporto. A Palhaços d'Opital é uma associação que tem feito um trabalho extraordinário na humanização do ambiente hospitalar, com o foco na população mais velha e como

tal, é com agrado que mantemos o nosso apoio a esta causa tão nobre. Esta relação de proximidade, ajuda-nos a construir uma ligação entre o mundo empresarial e as pessoas, procurando consciencializar e intervir nos problemas que afetam a realidade do nosso país.

Na vossa opinião, a aposta na humanização é um fator diferenciador para o crescimento de uma organização?

Na EFAPEL, as causas sociais nunca foram encaradas como uma forma de humanitarismo ou caridade, mas como uma prática ativa de responsabilidade social e de compromisso perante os diferentes públicos, incentivando uma conduta socialmente responsável.

Para além das causas sociais, trabalhamos igualmente com o propósito de valorizar a relação que temos com os nossos colaboradores, encorajando a sua evolução pessoal e profissional. Queremos marcar a diferença na vida das pessoas, contribuindo para a diminuição das suas dificuldades e proporcionando uma melhor qualidade de vida.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais continuará a ser uma das vossas prioridades?

Os projetos sociais estão no ADN da EFAPEL, pelo que continuarão a ser parte integrante das nossas prioridades e ações estratégicas. ●





MARIA TERESA RAMALHO

MANAGER DA ÁREA DE RESPONSABILIDADE SOCIAL
FIDELIDADE

É bem conhecido o Programa de Responsabilidade Social da Fidelidade, nomeadamente pelo impacto que tem na vida da comunidade. Promover uma maior equidade social, o respeito pelo ambiente e aposta na inovação é um compromisso da vossa empresa.

Na sua opinião, qual o papel das organizações no âmbito da responsabilidade social do nosso país?

O Programa de Responsabilidade Social da Fidelidade corporiza a forma como vemos o mundo, concretamente no papel mais humano e de cidadania responsável que acreditamos que as empresas devem ter para gerar um impacto positivo na sociedade.

Para nós, enquanto grande empresa, é muito importante estar junto da Comunidade e ajudar a fortalecer o setor social. Na Fidelidade, temos vindo a materializar este compromisso com o investimento, apoio e capacitação de organizações da economia social que respondem a desafios que são transversais a toda a sociedade e absolutamente prioritários para nós.

Em 2020, a Fidelidade criou o Movimento “Voz Solidária” que consistiu, principalmente, em voluntários telefonarem a pessoas de terceira idade em isolamento social. Esta iniciativa despoletou, de alguma forma, a associação à Palhaços d’Opital? Em que sentido? O mesmo público?

A associação à iniciativa Voz Solidária surgiu de forma natural para nós, alinhada com o aquele que tem sido o nosso lema desde sempre: “Para que a vida não pare”. Para a Fidelidade, este tipo de iniciativas permitem-nos ter um

papel ativo na comunidade e estar junto da população que mais precisa.

Em 2020, quando ocorreu esta iniciativa, estávamos a sentir de forma severa os impactos da pandemia. Na Fidelidade, assumimos sempre o compromisso de colocar as pessoas primeiro e foi por isso que quisemos desempenhar um papel ativo no combate à solidão, seja dos nossos colaboradores ou de pessoas da sociedade que estavam a ser afetadas num tempo particularmente difícil. No que diz respeito à associação com a Palhaços d’Opital, ela surge de um propósito que é partilhado. O nosso foco são as pessoas e só podemos deixar uma mensagem de parabéns pelo trabalho que desenvolvem, sendo que vamos continuar próximos para dar resposta a estes desafios comuns.

Na altura da criação deste Movimento, a Fidelidade afirmou publicamente que a longevidade da população, prevenção da saúde e inclusão da população mais idosa são eixos estratégicos da vossa empresa. Podemos perceber o porquê deste foco estratégico?

As questões em torno do envelhecimento e da longevidade, de prevenção em saúde e da inclusão de pessoas com deficiência ou incapacidade são prioritárias para nós. Estes são, inclusivamente, os três eixos do Prémio Fidelidade Comunidade, que criámos em 2017, para apoiar a sustentabilidade de organizações sem fins lucrativos que trabalhem nestes domínios e que é já um dos maiores de Portugal.

A razão para a nossa atenção a estes temas é muito fácil de explicar. Sabemos que vamos viver mais tempo e que

isso vai trazer fortes desafios a nível demográfico. Na Fidelidade, queremos contribuir para que o aumento dos anos de vida das pessoas seja de qualidade, com saúde e numa sociedade mais inclusiva e sustentável.

Em termos futuros há algum outro tema, no âmbito da responsabilidade social, que considerem que se poderá juntar aos temas que já abordam, ou o Vosso foco continuará a ser a população idosa em Portugal?

Existem outros temas aos quais temos atribuído importância no âmbito do nosso Programa de Responsabilidade Social e que versam sobre a poupança, a literacia financeira ou a promoção da cultura como pilar fundamental ao bem-estar e criatividade das Pessoas. Temos desenvolvido, inclusivamente, várias parcerias com a Academia e o Conhecimento, para assumir um papel ativo nestes temas. No que diz respeito ao nosso foco na população idosa, é algo que vamos manter. Até porque, no que a este tema

diz respeito, ainda não estamos a viver todos os impactos da Longevidade. Queremos ser um agente ativo na resposta a este desafio e sabemos que podemos assumir um papel preponderante com a nossa experiência, vocação na área da saúde e a motivação das nossas pessoas para ajudarmos a construir soluções.

Podemos continuar a contar com a Fidelidade no apoio e desenvolvimento de projetos comuns para ajudar os mais velhos?

A Fidelidade vai estar sempre disponível para fazer parte da solução aos desafios da Longevidade e demografia. É um compromisso que assumimos, fruto da nossa forte consciência social, e que passa por estar junto da Comunidade para fazer a diferença na vida das pessoas. Este é um trabalho que tentamos fazer todos os dias, agindo como um agente económico responsável e através de práticas justas e conscientes. ●



JOÃO MACHADO

PRESIDENTE – FUNDAÇÃO AGEAS

Bem sabemos que a Fundação AGEAS tem, ao longo dos anos, consolidado o compromisso de promover a colaboração para a inclusão, educação, saúde e uma maior capacitação para a sustentabilidade. São estas as dores da nossa sociedade atual?

São algumas das dores da nossa sociedade atual, certamente... mas não são as únicas. A razão pela qual a Fundação Ageas se posiciona desta forma, e não de outra, prende-se essencialmente com as áreas de conhecimento que consideramos que temos, por fazer parte do universo do Grupo Ageas Portugal. Estamos cientes de que temos muito *know-how* em áreas como a saúde e o envelhecimento (por exemplo, por via da Médis, que nos permite ter conhecimento técnico, operacional, de mercado, *networking*, entre outros), por oposição a outras temáticas como a gestão sustentável dos oceanos ou o desperdício alimentar. No entanto, isso não quer dizer que, enquanto fundação, não consideremos estas últimas tão importantes como outras nas quais trabalhamos.

Das várias iniciativas promovidas pela Fundação AGEAS, algumas delas são direcionadas para os mais velhos, por exemplo, a ação “Pedalar Sem Idade Lisboa”, que teve como objetivo retirar os idosos com mobilidade reduzida dos momentos de solidão, através de passeios gratuitos em triciclos adaptados. Na sua opinião, o envelhecimento em Portugal não é ainda um tema prioritário?

Começa a ser... mas este tema devia ter sido considerado prioritário há 20 anos atrás. A realidade é que as políticas públicas desenhadas para reduzir as vulnerabilidades dos seniores estão longe de ser suficientes, visíveis e igualitárias. Esta invisibilidade das ações que já começam a ser tomadas, levam a que nos pareça que não é um tema prioritário. No entanto, em teoria, este tema é considerado como uma prioritária, por exemplo,

no âmbito da aplicação de fundos do Portugal 2030. Aguardo com expectativa sobre as mudanças que vão surgir nos próximos tempos, espero que a prática passa a acompanhar a teoria e que tenhamos muito mais atenção do setor público, capital disponível para financiar soluções e capacitar técnicos. Por outro lado, se a pergunta é sobre se, para nós enquanto sociedade civil, o envelhecimento é um tema prioritário, então a resposta é mais curta: não é.

Foi esta sensibilidade de olhar para o outro que despoletou, de alguma forma, a associação à Palhaços d’Opital? Em que sentido? O mesmo público?

A Palhaços d’Opital tem uma intervenção muito particular e tem algo que admiramos muito: o compromisso em fazer o seu trabalho bem feito! O rigor da Direção Técnica do projeto para garantir que a dignidade da pessoa internada é respeitada, a elevada qualidade artística do ato, a consistência das visitas aos hospitais parceiros e, acima de tudo, a valorização que fomos registando por parte dos seniores beneficiários do trabalho da Palhaços d’Opital, são as razões que nos fizeram associar a esta organização.

Desde 2018 – o início desta parceria – que a Fundação AGEAS tem sido um parceiro da Palhaços d’Opital, nomeadamente no apoio à formação, voluntariado, eventos e outras iniciativas. Na sua opinião, o que leva a Palhaços d’Opital aos utentes internados?

A Palhaços d’Opital leva aos utentes internados o mais importante que temos na vida: amor, atenção, carinho e boa disposição! Animar um “avô” que, ainda por cima, está internado – portanto, está numa situação de vulnerabilidade física e mental – não é tarefa fácil. Eu próprio já testemunhei a intervenção da Palhaços d’Opital no Hospital de Coimbra e vi como o ambiente de todos os que estavam no hospital melhorou substancialmente.



Ninguém me contou, eu estava lá. Eu sou defensor da profissionalização dos projetos de inovação social e do rigor na análise de dados, mas estas coisas são difíceis de se traduzir para um excel de medição de impacto...

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das Vossas prioridades?

Essa é a razão de ser da Fundação Ageas. Continuaremos a apoiar projetos de inovação social alinhados com as áreas de intervenção, com equipas competentes, comprometidas e apaixonadas, com foco na multiplicação desse impacto. Queremos ser uma fundação que apoia o crescimento de projetos e com quem as equipas possam confiar as suas “dores” e se sintam disponíveis para co-criar. ●



JOÃO MANUEL NABEIRO

GRUPO NABEIRO

O Coração Delta, associação de solidariedade social do Grupo Nabeiro, criado com o objetivo de desenvolver projetos nas comunidades, é uma iniciativa clara do quanto importante é a área social para a Família Nabeiro.

O Coração Delta é o reflexo daquilo que o meu pai e a minha mãe ambicionavam para Campo Maior. Poder fazer mais pela sua comunidade e, em especial, pelas suas crianças. Na verdade, o Coração Delta é um projeto conjunto da família Nabeiro e dos colaboradores do Grupo. Tudo aconteceu no dia de aniversário do meu pai, 28 de março de 2002, quando um grupo de colaboradores, que tinham o hábito de participar em ações de voluntariado, se reuniram para lhe oferecer uma prenda muito especial: um objeto de vidro em forma de coração, que simbolizava o desejo de transformarem as tais ações de voluntariado que praticavam nos seus tempos livres, num projeto estruturado de responsabilidade social. Na altura, chamaram a essa iniciativa “Um Coração Chamado Delta”.

Ao longo dos seus 62 anos de vida, o Grupo Nabeiro nunca desistiu de lutar por uma sociedade melhor e mais justa com base na redistribuição da riqueza. O nosso compromisso social é imenso e tem-nos conduzido a inúmeras apostas em projetos de âmbito social, como é o caso da “Palhaços d’Opital”.

Foi este “coração bondoso”, e que terá sempre como figura máxima a memória do Comendador Rui Nabeiro, que levou o Eng. João a associar-se à Palhaços d’Opital?

À medida que o Coração Delta crescia, novos desafios iam surgindo. Ao longo dos anos, a sua missão tornou-se mais ambiciosa e, como “coração bondoso” que é, o Coração Delta expandiu-se. E, portanto, fez todo o sentido associarmo-nos a uma instituição que, com a sua atitude proactiva, humana e de dinâmica solidária, tem vindo a contribuir para a felicidade de tantas pessoas. São, de facto, um exemplo. O trabalho que desenvolvem nas





unidades hospitalares é notável a todos os níveis. Estão de parabéns!

É parceiro, desde 2018, da nossa Organização. Em 2022, por exemplo, o Grupo Delta também nos ajudou na campanha “Já fez alguém sorrir hoje?”. Qual a importância do sorriso e de fazer as pessoas sorrirem para a vossa Família?

O meu pai tinha um sorriso fácil, bonito e costumava dizer que “o sorriso, nos lábios e nos olhos, é uma dádiva de Deus”.

Sorrir, como todos sabemos, traz-nos benefícios a todos os níveis. Sorrir rejuvenesce, diminui a intensidade das emoções negativas, liberta-nos, somos mais felizes. Esta foi sempre a filosofia de vida do meu pai: enfrentou a vida, sempre com um sorriso nos lábios, mesmo nos momentos de adversidade, nunca perdia o sentido de humor.

É do conhecimento público que vários são os projetos da Família Nabeiro na sociedade, nomeadamente projetos direcionados para a população mais idosa. Havendo tantos públicos carenciados, qual a Vossa motivação para apostarem, também, nos Mais Velhos?

A família Delta apoia a população sénior há já vários anos. Lamentavelmente, a nossa sociedade está, por um lado, cada vez mais envelhecida, e por outro, muito focada no imediato. Incapazes de acompanhar as permanentes mudanças, na maioria dos casos, os nossos idosos são postos de parte, desenvolvendo silenciosamente o problema da solidão.

Conscientes desta problemática, e conscientes da nossa responsabilidade e espírito de solidariedade, em 2011 avançamos com o projeto “Tempo para Dar”.

Trata-se de um serviço que integra a Associação Coração Delta e é direcionado, fundamentalmente, à população idosa, tendo como um dos principais objetivos, colmatar a solidão dos seniores do nosso país. Em todas as ações, envolvemos os nossos colaboradores para realizarem ações de voluntariado. Estamos felizes por ajudar quem mais precisa.

Qual o vosso olhar perante a atividade da Palhaços d’Opital, da forma como atuam, do seu impacto, da sua equipa...

Só com a criação de redes de cooperação e de parcerias saudáveis, poderemos garantir a partilha de conhecimento, a promoção do bem-estar e a alegria das pessoas que mais precisam.

Estamos felizes por trabalharmos em parceria com a Palhaços d’Opital. Em conjunto, tem sido possível dinamizar formas de atuação diferenciadas, contribuindo para a valorização e notoriedade da associação, neste caso concreto para a melhoria do estado de ânimo e felicidade das pessoas, em particular dos idosos, em ambiente hospitalar. Tem sido um percurso notável, com resultados ímpares.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais continuará a ser uma das Vossas prioridades, disso estamos certos; mas haverá mais algum tipo de preocupação, de foco, de sonhos que gostassem de ajudar a concretizar?

O nosso futuro é hoje. Quer isto dizer que, em termos práticos, o nosso apoio, o nosso envolvimento em causas sociais, é um compromisso que assumimos há muito e que, naturalmente, projetamos em termos futuros, assegurando as valências que criámos ou ajudámos a estabelecer.

Ocorre-me partilhar convosco outros serviços que a Associação Coração Delta criou para o desenvolvimento das comunidades, nomeadamente a intervenção precoce, o serviço de apoio a crianças e jovens, o voluntariado, projetos no âmbito ambiental e de cidadania e o Centro Educativo Alice Nabeiro, inaugurado em 2007, em Campo Maior. Na altura, a necessidade de criar um espaço onde o processo educativo estivesse presente, logo nos primeiros anos de vida das crianças, era tanto do meu pai como da minha mãe, talvez até mais da minha mãe, que está espelhada, desde o primeiro momento, no Centro Educativo.

O nosso espaço de intervenção social é amplo, o nosso propósito é continuarmos a fazer mais e melhor. ●



HELENA TOMÉ

MARKETING MANAGER - JOSÉ ANICETO & IRMÃO

A José Aniceto & Irmão Lda. tem apoiado, por diversas vezes, os mais jovens, nomeadamente através da atribuição de bolsas de mérito. É para a vossa empresa fundamental a aposta em planos de responsabilidade social?

A aposta em planos de responsabilidade social faz parte do nosso ADN e sentimo-nos muito honrados em poder contribuir para a comunidade em que nos inserimos. A Bolsa de Mérito, que vai já na sua 3ª edição, é um desses exemplos pois consideramos a educação um pilar fundamental para o desenvolvimento humano, económico e social.

É público que para a José Aniceto & Irmão é muito importante a construção de um futuro melhor para todos, por exemplo através da inclusão, equidade e sustentabilidade. Na vossa opinião, o é que faz ser determinante que as empresas apostem nestes temas? Qual o seu papel?

No mercado atual é imprescindível que as empresas sejam mais justas, mais responsáveis e que promovam a igualdade de oportunidades para todos. As empresas devem pautar-se por estes princípios fundamentais para serem competitivas nos dias de hoje.

A José Aniceto & Irmão tem sido um parceiro inexcedível à atividade da Palhaços d’Opital. O envelhecimento digno e ativo é uma das vossas preocupações sociais?

O trabalho desenvolvido pela Palhaços d’Opital é incrível e faz a diferença junto de um público muitas vezes esquecido. Assim, é para nós um orgulho poder contribuir para o envelhecimento digno e apoiar o próximo através de instituições como a vossa.

Na sua opinião, as atividades de solidariedade que reforcem o propósito de ajudar quem mais precisa é, também, uma forma de investimento?

Sim, nós encaramos estas ações como um investimento na sociedade sempre com o objetivo de a tornar mais justa e de contribuir para o bem-estar das comunidades mais vulneráveis.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das vossas prioridades?

O desenvolvimento de projetos sociais e o apoio a diferentes causas de solidariedade social farão sempre parte do nosso percurso enquanto empresa. ●



BRUNO MELO

MAGNUSBERRY, LDA

Sabemos que a empresa Magnusberry é uma empresa inovadora no setor, e que apesar de serem uma PME, as vossas ações vão para além deste setor, nomeadamente na área social. A aposta no valor da solidariedade é algo que faz parte do Vosso propósito de marca?

A Magnusberry, Lda. é uma pequena empresa que, desde a sua fundação, se preocupa com um meio melhor e com a sociedade da qual é parte integrante. Para a gerência, solidariedade representa o sentimento que melhor expressa o respeito pela dignidade humana e como tal fará sempre parte do nosso propósito e da nossa presença no meio empresarial.

Algo pelo qual desejam ser reconhecidos no mercado?

A arte de ajudar o próximo é acessível a todos e requer apenas um coração generoso e este é, sem dúvida, o trabalho desenvolvido pela Palhaços d'Opital.

A Magnusberry pensa continuar a ser reconhecida no mercado, não só pelos seus produtos e serviços, mas também como um empresa que proporciona às pessoas um sorriso nos momentos de dor, solidão e ausência daqueles que ama.

Desde que conhecem o trabalho da Palhaços

d'Opital que se associaram logo à causa, tendo já desenvolvido várias ações com a mesma. Foram, inclusive, os primeiros a apoiar a Gala dos 10 Anos. O envelhecimento digno e ativo é uma das vossas preocupações sociais?

Numa sociedade cada vez mais envelhecida e muitas vezes esquecida, a Magnusberry preocupa-se com o bem-estar e a vida das pessoas que deram tanto, enquanto pessoas ativas e que são muitas vezes esquecidas e abandonadas, esquecendo-se muitas vezes que cada dia da sua vida daria uma página de um livro que serviria de reflexão e aprendizagem para todos nós e, como tal, merecem dignidade e carinho na última etapa da sua vida.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das Vossas prioridades?

Sem dúvida que a Magnusberry continuará a ser solidária e generosa, capaz de doar sem esperar reconhecimento ou aplausos, uma vez que as pessoas que a gerem acreditam que é dando que se recebe, e que a melhor recompensa por uma boa ação não se vê expressada nos olhos de todos, mas sim a que é dada pelo sorriso de quem a recebeu. ●





OTMAR HÜBSCHER

PRESIDENTE EXECUTIVO - SECIL

O Grupo SECIL assume na sua comunicação a vertente da responsabilidade social como prioridade. Sempre foi apanágio corporativo dar ênfase a questões de índole social?

A SECIL acredita que a Sustentabilidade apoia ativamente a sua estratégia de negócios, sendo um fator essencial para a diferenciação, a geração de receita e a criação de valor. Alinhada com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, a empresa procura desenvolver uma política de responsabilidade social que se traduza numa melhoria substancial da qualidade de vida dos seus colaboradores e das comunidades onde está inserida.

A missão, a visão e os valores da empresa refletem um posicionamento sustentável e responsável, de uma organização que procura impactar positivamente o mundo.

Missão: dar forma às ideias, fornecendo soluções de cimento aos nossos clientes, carreiras estimulantes às nossas pessoas, uma cidadania responsável às nossas comunidades e valor aos nossos acionistas.

Visão: empenhamo-nos em ser, nas comunidades que servimos, o fornecedor de soluções de cimento preferido dos nossos clientes.

Muitas são as ações desenvolvidas no âmbito social, nomeadamente o apoio a movimentos associativos. Quais são as Vossas maiores preocupações no âmbito das tão diversas carências sociais?

A SECIL reconhece o importante papel desempenhado pelas entidades associativas vocacionadas para a inclusão social e que a estas entidades se deve uma permanente ação na promoção de atividades e programas naqueles âmbitos, associadas ao fomento do espírito associativo e à criação de condições para o desenvolvimento das comunidades onde se inserem.

O Grupo SECIL, através da influência que exerce nas zonas onde desenvolve as suas operações, acaba por estar muito presente e ativo na comunidade. Por exemplo, o apoio a crianças desfavorecidas faz parte do vosso plano de ação. Sentiram necessidade de alargar esse espectro solidário e abraçar a causa da Palhaços d'Opital, já noutro segmento?

Na SECIL acreditamos que “juntos” não é apenas uma expressão, mas uma maneira de trabalhar e de ser. Por isso, desde 2009 que destinamos grande parte da verba alocada ao Natal a quem mais precisa, nas mais variadas





áreas de atuação: apoio a crianças doentes, a idosos, a doentes de cancro ou Alzheimer, a fome, a habitação digna, etc.

Desde 2003 que a SECIL celebra protocolos de colaboração e financiamento com diversas associações culturais, desportivas e de inclusão social, sedeadas em Setúbal (cerca de 90 associações). Ao longo destes 20 anos, a SECIL já doou mais de 4 milhões de euros ao movimento associativo setubalense.

Dos muitos contributos à Comunidade destacam-se o apoio e financiamento anual a múltiplos projetos da região, através da lei do mecenato, bem como o patrocínio a provas desportivas, festas locais e concertos, beneficiando assim milhares de cidadãos.

Dando um exemplo muito concreto, para comemorar os 90 anos do Grupo SECIL, aliamos-nos, a uma associação que tem como missão eliminar o desperdício de alimentos e a fome, envolvendo toda comunidade numa causa comum.

Em que medida esta parceria com a Palhaços d'Opital, fazem emergir e estimular a criação de projetos de sensibilização para um envelhecimento ativo e digno?

A parceria da SECIL com a Palhaços d'Opital teve como objetivo contribuir para o desenvolvimento de programas que promovam o envelhecimento ativo e, consequentemente, a qualidade de vida das pessoas idosas.

Temos outros apoios ativos no mesmo âmbito, na região de Setúbal, nomeadamente:

- AIPDS: Associação de Integração e Promoção do

Desenvolvimento Sénior

- Federação Distrital de Setúbal de Reformados e Pensionistas e Idosos
- LATI: Liga dos Amigos de Terceira Idade
- Sado Acolhe: Associação de Apoio às Crianças, Jovens e Idosos
- UNISETI: Universidade Setubalense da Terceira Idade

A nível nacional, a SECIL já apoiou a Associação Coração Amarelo, que promove iniciativas que visem apoiar pessoas em situação de solidão e/ou dependência, preferencialmente as mais idosas.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais continuará a ser uma das Vossas prioridades?

Para que as ações solidárias passem a fazer parte da nossa rotina na SECIL, um grupo de colaboradores de diversas áreas criou a Política de Voluntariado SECIL. Esta política será implementada em Portugal e, nos próximos anos, nas demais geografias.

Com este tipo de ação celebramos um passado de sucesso, ajudando a melhorar o presente e o futuro de quem mais precisa. Temos orgulho da nossa contribuição para o país e para a sociedade, com forte sentido de responsabilidade e de pertença às Ação Solidária marca o aniversário do Grupo comunidades. E este tipo de iniciativa ajuda a materializar a nossa missão de dar forma às ideias, fornecendo soluções de cimento aos nossos clientes, carreiras estimulantes às nossas pessoas, uma cidadania responsável às nossas comunidades e valor aos nossos acionistas. ●

prio

CONTIGO
MOVEMOS
O FUTURO

JUNTOS LEVAMOS ENERGIA
PARA SORRIR AOS
MAIS VELHOS NOS
HOSPITAIS DE PORTUGAL



HUGO AZEVEDO

CEO & FOUNDER - SIRMAF

“Prosperar para sempre e apostar nas pessoas e na inovação” – A SIRMAF tem um lema muito humanista. Qual o papel dos projetos de responsabilidade social no âmbito da vossa organização?

O lema “Prosperar para sempre e apostar nas pessoas e na inovação” da SIRMAF reflete o nosso compromisso com um desenvolvimento sustentável e na valorização das pessoas como um dos principais impulsionadores do sucesso de uma organização. Acreditamos que as empresas têm um papel fundamental a desempenhar na promoção do bem-estar social e ambiental, e que, os projetos de responsabilidade social são uma forma importante de contribuir para essa missão. Para isso, criámos o Programa “Share Your Love with Sirmat/Solien” onde, anualmente, incluímos diversos projetos de responsabilidade Social.

Os projetos de responsabilidade social da SIRMAF estão alinhados com os nossos valores e são concebidos para criar impacto positivo na comunidade onde operamos. Temos uma abordagem proativa para identificar as necessidades junto de famílias e entidades que as nossas pessoas identificam e queremos sempre desenvolver projetos que possam fazer a diferença. Trabalhamos com parceiros locais, como a Palhaços D’Opital, e outras partes interessadas para garantir que os nossos projectos sejam relevantes e eficazes e sustentáveis.

Entre os nossos projetos de responsabilidade social,

destacam-se iniciativas nas áreas da educação, saúde, meio ambiente e desenvolvimento económico. Através destes projetos, estamos a contribuir para o desenvolvimento das comunidades onde operamos e a promover acções socialmente responsáveis no âmbito empresarial.

Em resumo, os projetos de responsabilidade social são uma parte fundamental da estratégia da SIRMAF para prosperar para sempre. Estamos comprometidos em ser uma empresa responsável, que faz a diferença e que promove um mundo mais justo, sustentável e humano.

A SIRMAF, durante 3 anos, participou e apoiou o Projecto Scratch 4All, muito focado no sucesso escolar. Esta parceria com a Palhaços D’Opital antevê novos projetos pensados também no envelhecimento ativo da terceira idade?

A parceria da SIRMAF com o projeto Scratch 4All, focado no sucesso escolar, foi uma iniciativa importante para apoiar a educação e o desenvolvimento das crianças e jovens. Estamos orgulhosos de ter feito parte deste projeto e de termos contribuído para o seu sucesso, ao longo de 3 anos.

No que diz respeito ao envelhecimento ativo da terceira idade, a SIRMAF reconhece a importância deste tema e está sempre à procura de novas oportunidades para apoiar iniciativas que promovam o bem-estar e a qualidade de vida dos idosos.



Acreditamos que é importante promover um envelhecimento ativo e saudável, que permita aos idosos desfrutarem de uma vida plena e gratificante. Estamos comprometidos em apoiar projetos que promovam o bem-estar dos idosos, como forma de retribuir à comunidade.

Na Vossa opinião, o investimento em ações solidárias será fundamental para o crescimento da nossa economia? Em que medida?

Na nossa opinião, o investimento em ações solidárias é fundamental para o crescimento da nossa economia em diversas formas e dimensões.

Em primeiro lugar, as ações solidárias podem ajudar a criar um ambiente mais saudável e justo para os negócios e para a sociedade em geral. Quando as empresas investem em projetos de responsabilidade social, estão a contribuir para o desenvolvimento das comunidades onde operam e a promover um maior equilíbrio entre os objetivos económicos e sociais. Isto pode ajudar a construir um ambiente de negócios mais sustentável e a fomentar relações mais harmoniosas entre as empresas, os consumidores, os trabalhadores e outras partes interessadas.

Além disso, o investimento em ações solidárias pode ajudar a estimular a inovação e a criatividade, enquanto promovem o desenvolvimento de novos negócios e oportunidades de mercado. Por exemplo, muitas empresas estão a investir em projetos de tecnologia social, que combinam inovação tecnológica com objetivos sociais e ambientais. Estes projetos podem gerar novos produtos e serviços que atendam às necessidades da sociedade e que criem oportunidades de negócios.

Por fim, e não menos importante, as iniciativas solidárias geram outras iniciativas solidárias e acreditamos que se fomenta desta forma uma maior lealdade e confiança com colaboradores, clientes e outros parceiros. As empresas que demonstram um compromisso real com a responsabilidade social podem ganhar uma vantagem competitiva no mercado, atraindo consumidores e investidores que valorizam práticas empresariais sustentáveis e éticas.

Muitas vezes o público das crianças é, naturalmente, um foco para as empresas. A Palhaços d'Opital foca-se nos mais velhos, esta questão foi algo que vos chamou a atenção? Em que medida?

Sim, a Palhaços d'Opital focar-se nos mais velhos é algo que nos chamou a atenção e é algo que valorizamos muito. Embora o nosso foco também sejam as crianças e jovens, é importante lembrar que a população idosa é uma das que mais cresce e que o mundo parece não estar ainda preparado para esta tendência demográfica.

Com o foco em idosos, a Palhaços d'Opital está a ajudar a combater o isolamento social e a promover um envelhecimento mais “humano”. Além disso, está a demonstrar que é possível criar projetos criativos e inovadores que atendam às necessidades e interesses dos idosos, e que podem gerar um impacto positivo significativo na sociedade.

Em termos futuros, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais, continuará a ser uma das Vossas prioridades?

Sim, o apoio e desenvolvimento de projetos sociais continuará a ser uma das nossas prioridades no futuro. Na SIRMAF, acreditamos que as empresas têm uma responsabilidade importante e um papel fundamental a desempenhar na construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e sustentável.

Por isso, estamos comprometidos em apoiar projetos de responsabilidade social que possam ter um impacto positivo na sociedade e no meio ambiente, bem como na promoção de um crescimento económico mais justo e equilibrado.

Estamos sempre à procura de novas oportunidades de colaboração com organizações e projetos que partilhem dos nossos valores e da nossa visão para o futuro. Através de parcerias e colaborações estratégicas, acreditamos que podemos contribuir para construir um mundo melhor e mais humano para todos. ●



FILIPPE ALMEIDA

PRESIDENTE DA ESTRUTURA DE MISSÃO
PORTUGAL INOVAÇÃO SOCIAL

PALHAÇOS D'OPITAL OU A BELEZA DAS COISAS SIMPLES

Perante a inevitabilidade da doença, transitória ou permanente, ligeira ou incapacitante, todos somos vulneráveis. E quando a doença é física, há uma outra doença invisível que alastra em silêncio, que é emocional. Como escreveu Fernando Pessoa, “há doenças piores que as doenças”.

E, se a medicina e a ciência vão conseguindo combater as doenças do corpo, nem sempre são igualmente eficazes a combater a vertigem emocional que as acompanha. E porque não existem respostas padronizadas para esse combate, é necessário procurá-las, experimentá-las, é necessário inovar.

A esta experimentação e, principalmente, ao impacto positivo que dela pode resultar, chamamos inovação social. Porque se trata de uma nova abordagem com impacto social positivo, que responde a um problema que afeta todos os que se encontram naquela situação de vulnerabilidade. Os Palhaços d'Opital são por isso uma experiência de inovação social.

Em Portugal, foi criada em 2014 uma iniciativa pública pioneira, a Portugal Inovação Social, atualmente sob tutela do Ministério da Coesão Territorial, que mobiliza fundos da União Europeia precisamente para promover a inovação social e o investimento de impacto. No âmbito desta iniciativa foram aprovadas 694 candidaturas de

projetos de inovação social, cofinanciadas por 843 investidores de todos os setores, incluindo centenas de empresas, várias fundações de referência e mais de metade dos municípios portugueses.

Os Palhaços d'Opital constituem uma resposta inovadora para ajudar a suportar a dor da vulnerabilidade, porventura superando-a, e por isso foram apoiados pela Portugal Inovação Social, integrando hoje um dos ecossistemas de inovação social mais dinâmicos do mundo. Atuando em ambiente hospitalar, e escolhendo uma relação de instantânea proximidade com os doentes, os Palhaços d'Opital utilizam a arte nas mais diversas formas - musical, teatral, cultural e humorística – e adaptam, com profissionalismo e plasticidade, a sua intervenção à idade, à história clínica e ao contexto socioeconómico de origem dos doentes, em colaboração com as equipas de saúde locais. A sua presença nos corredores e nos quartos do hospital é um desafio à doença corrosiva, um inesperado e poderoso “medicamento” humano que se apresenta ao serviço, uma voz que diz “cá estamos e vamos ganhar”, um semeador dos sorrisos que combatem a doença invisível do medo e da solidão. E não raras vezes deixam saudades e regressam sempre, sempre e sempre.

Em Portugal temos a sorte de tê-los connosco. E vamos



continuar a ter um programa de política pública como a Portugal Inovação Social para apoiar a inovação social de que necessitamos para viver melhor. No próximo ciclo de financiamento europeu, o Portugal 2030, todas as Regiões do país continental – Norte, Centro, Alentejo, Lisboa e Algarve – mobilizaram verbas para a inovação social. Cerca de 100 milhões de euros e cinco novos instrumentos de financiamento que foram desenhados

com base na experiência acumulada. E assim viramos a página com confiança, inspirados também pela força, pela criatividade e pela humanidade de projetos como os Palhaços d'Opital, a quem agradeço as páginas da vida que ajudam tantos, todos os dias, a virar, com a lição do amor essencial pelo Outro que não conhecemos e a administração eficaz do remédio sempre curativo das coisas simples. ●



RUI PEDROTO

PRESIDENTE DA COMISSÃO EXECUTIVA
FUNDAÇÃO MANUEL ANTÓNIO DA MOTA (FMAM)

O primeiro passo na nova modalidade de financiamento do programa de visitas dos nossos hospitais parceiros foi dado com a Fundação Manuel António da Mota e a ULS Matosinhos. Este ano, o financiamento do programa de visitas à ULSM é financiado pela FMAM.

A Fundação Manuel António da Mota “constitui o contemporâneo e natural corolário da matriz e tradição filantrópicas do Grupo Mota-Engil, na senda do legado do seu fundador, Manuel António da Mota”. Promover a filantropia, contribuiu sempre para o bem comum, é uma premissa basilar da Fundação?

Sem dúvida que é. A Fundação Manuel António da Mota, além de homenagear a figura do seu epónimo Manuel António da Mota, procura ser um importante instrumento da política de responsabilidade social do Grupo Mota-Engil, enquanto expressão organizada e sistematizada de uma gestão ética e socialmente comprometida, em nome de uma cidadania empresarial ativa e participativa. Numa época em que as questões da sustentabilidade e da responsabilidade social das empresas emergem com tanta acuidade, a Fundação não pode deixar de desempenhar o seu papel em defesa do que deve ser o papel das empresas e dos grupos económicos no mundo moderno. Para além da sua ação fundamental na criação de riqueza e geração de emprego, os agentes económicos não podem ignorar os impactos sociais e ambientais das suas operações nas comunidades onde exercem a sua atividade. Hoje, e no futuro, estas dimensões serão indissociáveis do escopo puramente económico das empresas.

Contribuir para a valorização e dignificação da pessoa Mais Velha é uma das premissas do trabalho da Palhaços d’Opital. E a Fundação ajuda muitos projetos que

trabalham neste sentido também. Que ações destaca neste sentido? O que devemos continuar a fazer? E o que é que falta fazer e é urgente?

O envelhecimento é um fenómeno da modernidade e uma verdadeira conquista civilizacional, fruto dos avanços da ciência e da técnica. Viver mais tempo, sendo um bem em si, traz no entanto consigo um conjunto de questões novas a que importa dar resposta. Envelhecer deve, por isso, significar, enfrentar o outono da vida em condições de saúde e bem-estar. Nessa medida, é fundamental intervir nos fatores determinantes da saúde, com especial relevo para os nossos hábitos alimentares e atividade física. Portugal, infelizmente, compara mal com os seus congéneres europeus nestas matérias, sendo um dos países onde as pessoas mais velhas apresentam maior cronicidade das doenças e comorbilidades, com graves consequências para as pessoas e para o erário público, penalizando sobretudo os gastos em saúde. Apostar na prevenção é por isso fundamental e decisivo.

A Fundação aceitou logo num primeiro contato “abraçar” a missão da Palhaços d’Opital. De que forma é que as missões das duas organizações se complementam?

Existe evidente complementaridade no trabalho das duas instituições. A Palhaços d’Opital executando a sua missão e a Fundação apoiando-a nos seus propósitos. No vasto setor da economia social existe uma grande heterogeneidade de funções e papéis a desempenhar

nas nossas comunidades em benefício dos mais diversos grupos sociais. Do lado das empresas e das Fundações não operativas, por oposição às Fundações *grant making* como é o caso da FMAM, o seu papel é o de intervirem em apoio das entidades que trabalham no terreno, procurando estar onde o Estado e o mercado não chegam. O primeiro por falhas de cobertura ou insuficiência de meios, e o segundo porque é por natureza excludente privando do acesso aos bens e serviços que coloca à disposição dos cidadãos aqueles que não conseguem suportar o seu custo efetivo. É trabalhando nessas zonas intersticiais que as entidades da economia social podem fazer a diferença.

Podemos continuar a contar com a Fundação para levar Alegria, Humor e Afetos aos hospitais?

A chamada humanização dos cuidados hospitalares é um traço distintivo da prestação de cuidados de saúde em geral. Levar humor, alegria e carinho a quem se vê privado do calor do seu ambiente familiar e tantas vezes numa situação de padecimento prolongado, com todas as consequências físicas e psíquicas que daí decorrem, é por isso da maior importância, permitindo evidentes ganhos em saúde.

A Fundação estará sempre ao lado de quem, como a Palhaços d’Opital, comunga deste desígnio. ●



GALA DOS SORRISOS

10 ANOS PALHAÇOS D'OPITAL

12 FEVEREIRO 2023 | COLISEU PORTO AGEAS

Nesta Gala tentámos refletir um pouco do nosso ADN! Cheia de cor, a abrir a noite, subiu ao palco a Silvana Peres! Os Azeitonas e Vozes da Rádio também marcaram presença. Emocionámo-nos com a atuação do Fernando Daniel, do Pedro Barroso e com as lindas palavras que a nossa madrinha Paula leu de seu pai! Tivemos um “apagão” e a sala invadida pelos nossos “Agentes Secretos/Doutores d’Opital”! Rimo-nos com o humor do Nilton, cantámos com o André Sardet e até tivemos direito a uma improvisação do Pedro Abrunhosa com a Cláudia Pascoal.

Foi uma noite mágica que ficará gravada na nossa memória! ●







O trabalho e missão da Palhaços d'Opital deve-se, também, a uma lindíssima equipa. Agradecemos a dedicação, sensibilidade, trabalho e entrega de todos aqueles que, todos os dias, permitem continuarmos a levar mais longe a nossa missão

Presidente **Isabel Rosado**
Diretor Artístico **Jorge Rosado**
Doutora d'Opital **Susana Gonçalves**
Doutora d'Opital **Beatriz Melo**
Doutora d'Opital **Estrela Cabral**
Doutora d'Opital **Marta Garcia Cruz**

Apoio Jurídico **Diana Reis**
Contabilidade **Sandra Travasso**
Campanhas de Rua **Maria Ferreira**
Embaixadora **Ana Corte-Real**
Newsletter e Press Release **Catarina Lopes**
Comunicação **Catherine Pereira**

Parceiros Sociais
SUMO Portugal
Rui Carvalho - Onshot Estúdio
Royal School of Languages
Cision

Consultores
Black Monster Media
Magna Consultores
Findesco

PROJETO EDITORIAL	Isabel Rosado e SM Group
COORDENAÇÃO EXECUTIVA	Isabel Rosado e Jorge Rosado
DIREÇÃO DE ARTE E PAGINAÇÃO	António Afonso e Rita Carmo [Espanta Espíritos Design]
COORDENAÇÃO E PRODUÇÃO DE CONTEÚDOS	Isabel Rosado e Jorge Rosado
GRÁFICA	Vigaprintes
FOTÓGRAFOS PALHAÇOS D'OPITAL	Isidro Dias, Rui Carvalho - OnShot Studio, Rui Bandeira, Alípio Padilha, Catarina Rocha, Francisca Pinto, Carla de Meneses, Rita Carmo, Rui Elias
PROPRIEDADE	Palhaços d'Opital - Associação Cultural
TIRAGEM	300 exemplares

Fotografia de capa Rita Carmo

Este projeto editorial não é comercializado.



A MISSÃO DA PALHAÇOS D'OPITAL

*Alegria, Humor e Afetos,
em ambiente hospitalar,
com foco nos Mais Velhos.*

www.pdo.pt

