

Abriu | Maio | Junho

*Notícias*

*Maio*

## III Corrida Contra a POC



Realizou-se, no dia 23 de maio deste ano, a terceira edição da Corrida Contra a POC. Mais um grande evento chegou ao fim e a satisfação dos presentes pode ser comprovada com a reportagem disponível no nosso sítio. Tudo isto num espaço magnífico, com uma paisagem que só Monsanto pode oferecer.

Um evento que nasceu de uma ideia do corpo técnico e que continua a cumprir o seu objetivo: promover a socialização e o convívio entre sócios, utentes e amigos da Domus Mater através da prática de exercício físico, assim como a angariação de fundos para a própria Associação.

Não podemos, também, deixar de agradecer os apoios que tivemos para a realização da corrida/caminhada, a saber:

- Câmara Municipal de Lisboa, pela possibilidade de realização da prova no Parque Florestal do Monsanto e, também, por todo o material disponibilizado;
- Gold Nutrition, pelo apoio na concretização da prova, assim como pela oferta das barras energéticas e, também, dos prémios entregues aos vencedores;
- OZ Energia, pela gentil oferta das t-shirts que equiparam os participantes, assim como dos brindes que fizeram parte do sorteio realizado no final da prova.

Um agradecimento especial, também, para o Afonso Henriques e para a Tânia Rei pelas aulas de aeróbica e de saudação ao sol, elementos essenciais ao aquecimento e relaxamento dos participantes.

Por último, aqui fica o pódio final, um momento sempre emocionante!

#### **Pódio Feminino**

- 1.º Margarida Ruela - 0:30:06.86
- 2.º Tânia Rei - 0:30:07.84
- 3.º Mariana Neves - 0:33:08.42

#### **Pódio Masculino**

- 1.º Gonçalo Raposo - 0:17:56.99
- 2.º André Diniz - 0:22:26.62
- 3.º José Cândido - 0:24:17.08

Obrigado a todos os sócios, familiares e amigos por participarem e acreditarem na nossa Associação.

Até para o ano!

---

## Fim de Semana Psicoterapêutico



Foi entre o dia 22 e o dia 24 do passado mês de junho que se realizou o Fim de Semana Psicoterapêutico de 2018.

Mais uma vez, o local escolhido foi o parque de campismo do Monsanto, não só pela tranquilidade do espaço, mas também pelas condições que o mesmo oferece para a realização de um evento deste tipo.

Porém, apesar de o espaço poder proporcionar as melhores condições, existe todo um trabalho feito para que o fim de semana seja o mais proveitoso possível e possa, assim, cumprir o seu propósito terapêutico.

Como resultado, ficou patente a importância terapêutica conquistada durante estes dias. Os confrontos, as partilhas e o sentimento de união do grupo fizeram deste fim de semana um evento muito especial.

### *Agenda*

22 a 29 de setembro

- Semana Psicoterapêutica | Pousada da Juventude de Almogrove