



Entrevista Emanuel Gonçalves, Sonha agora com os Jogos Paralímpicos de Londres, ciente de que a participação não cairá do céu.

Interview Emanuel Gonçalves,
Now he dreams of the London Paralympic Games,
aware that his participation will not fall from heaven.

Página Page 6

JUDO PARA TODOS, RUMO AOS JOGOS RIO DE JANEIRO, 2016

JUDO FOR ALL,
TOWARDS THE GAMES
RIO DE JANEIRO, 2016

O "Judo Total" acaba por ser igual a qualquer outro judo, apenas registando ligeiras adaptações que resultam das diversas áreas de deficiência que estão envolvidas.

"Total Judo" is similar to any other judo modality, except some small adaptations resulting from the different areas of disability involved.

CINCO MEDALHAS PARA PORTUGAL NO CAMPEONATO EUROPEU DE NATAÇÃO

PORTUGAL WINS FIVE
MEDALS IN THE EUROPEAN
SWIMMING CHAMPIONSHIP

Numa comitiva de apenas nove atletas, sob a égide do Comité Paralímpico de Portugal, a selecção nacional conquistou cinco medalhas.

With only nine athletes, under the aegis of the Paralympic Committee of Portugal, the national team took five medals.

COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL TEM NOVO SITE

THE PARALYMPIC
COMMITTEE OF PORTUGAL
HAS A NEW WEBSITE

O Comité Paralímpico de Portugal (CPP) tem novo site, disponível desde Julho. www.paralimpicos.eu é a nova morada, na qual o CPP divulga ainda mais informações sobre a causa paralímpica em Portugal

The Paralympic Committee of Portugal (CPP) has a new website, available since July. The new address is www.paralimpicos.eu, from which CPP divulges even further information concerning the Paralympic cause in Portugal



MENSAGEM DO PRESIDENTE DO COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL

PARABÉNS A VOCÊ!

A 26 DE SETEMBRO,
ESTAMOS TODOS DE PARABÉNS!

Juntos, festejamos o 3.º aniversário do Comité Paralímpico de Portugal e a palavra de ordem é celebração. Desde há três anos temos vindo a trabalhar arduamente juntos. Temo-nos desafiado para metas ambiciosas e vencemos imprevistos que por vezes receamos não sermos capazes de ultrapassar. Temos vindo a construir um verdadeiro "monumento", colocando tijolo sobre tijolo, dia após dia. Para aqui chegar todos trabalhámos e nos dedicámos muito. Talvez precisássemos ainda de mais tempo para construir mais e melhor, mas temos dado o máximo que sabemos e conseguimos e essa certeza é reconfortante.

O trabalho de três anos encerra um enorme e apaixonante momento da vida de todos os envolvidos no projecto. Muitas portas se têm vindo a abrir pela nossa persistência. Todavia, muitas outras ainda estão por abrir, por isso assumimos com determinação e empenho que continuaremos a esforçar-nos, como nos propusemos a 26 de Setembro de 2008.

Nunca é demais agradecer a todos aos que nos tem apoiado, por isso, uma sentida e grata referência aos nossos parceiros e patrocinadores, salientando a Fundação Galp e a Allianz pelo apoio directo e significativo ao Projecto Paralímpico, bem

como à Câmara Municipal de Loures. Deixo uma nota de parabéns para todos os que participaram recentemente no Campeonato Europeu de Natação, em Berlim. O número de recordes pessoais e nacionais que foram suplantados foi impressionante, bem como as medalhas obtidas, são a demonstração inequívoca da qualidade das prestações de atletas seleccionados para esta comitiva. Provaram ter uma determinação, um empenho e uma capacidade de trabalho dignas de registo e de reconhecimento.

Quero ainda, neste momento de reconhecimento, congratular todos os atletas e respectivas equipas técnicas, pelas excelentes participações ao longo do presente ciclo em campeonatos do mundo e da Europa, em representação do Comité Paralímpico de Portugal, numa permanente demonstração de empenho e determinação, tendo sido obtidos resultados de significativo mérito. Temos ainda mais um ano de árduo trabalho pela frente, mas o realizado até então só pode ser um óptimo pronúncio para o futuro. A todos bem hajam e muito obrigado.

Daqui a menos de um ano estaremos em Londres, profundamente envolvidos na participação nos Jogos Paralímpicos Londres 2012, o terceiro maior evento desportivo a nível mundial. Será, certamente, uma competição de alto nível.

Vimos em Pequim o esforço de todos os atletas e os resultados que conseguiram. Estou certo de que nestes jogos assistiremos de novo a muitos momentos de excelência desportiva e também de desconstrução de alguns mitos, tabus e ideias pré-concebidas quanto à capacidade destes desportistas. A expectativa é muito grande, estamos profundamente convictos que iremos viver momentos dignos de registo no memorial de todos os que tiverem oportunidade de assistir. Estaremos lá para incentivar e aplaudir os nossos atletas. Independentemente dos resultados que obtiverem, pois não teremos qualquer dúvida que todos irão tentar dar o seu melhor, numa permanente e determinada pretensão de superação pessoal.

A "Igualdade, Inclusão e Excelência Desportiva" é uma construção social só possível com o contributo e o empenho de todos sem excepção, tenho a forte convicção que os estamos a fazer. Muito Obrigado.

HUMBERTO SANTOS

Presidente do Comité Paralímpico de Portugal

MESSAGE FROM THE CHAIRMAN OF THE PARALYMPIC COMMITTEE OF PORTUGAL

HAPPY BIRTHDAY TO YOU!

ON SEPTEMBER 26, WE ALL WILL HAVE
A REASON FOR CONGRATULATIONS!

All of us together will commemorate the third anniversary of the Paralympic Committee of Portugal and the word is celebration. Since three years ago, we have been working hard. We have been challenging one another for ambitious targets; we have overcome unforeseen situations that sometimes we feared not to be able to surpass. We have been building a true "monument", putting brick on brick, day after day. In order to arrive here we all worked and committed ourselves immensely. Perhaps we needed even more time to build more and better, but we have been giving the most that we know and manage and this certainty is gratifying.

The work of three years is a huge and deeply stirring moment in the lives of all involved in the project. Many doors have been opening in consequence of our persistence. However, many others are still closed, therefore we assume with determination and commitment that our efforts will go on, as we proposed ourselves on September 26, 2008.

It is never excessive to thank all who have helped us, so here is a deeply felt and grateful reference to our partners and sponsors, pointing out Galp Foundation, and Allianz for their direct and meaningful support to the Paralympic Project, and to the Loures City Council.

I leave a note of congratulations to all those who recently took part in the European Swimming Championship, held in Berlin. The number of personal and national marks that were broken is impressive, as well as the medals won; they are an unequivocal proof of the quality of performance of the athletes chosen for this delegation. They displayed determination, commitment and work capacity worth of record and recognition.

In this moment of gratefulness, I also want to congratulate all the athletes and respective technical teams, on their excellent participations along the present cycle in European and World Championships, representing the Paralympic Committee of Portugal, in a permanent display of commitment and determination, achieving results of meaningful merit. We still have another year of hard work ahead, but the work done until now can only be a very good prediction for the future. To all, thank you very much.

In less than a year we will be in London, deeply involved in the participation in the London 2012 Paralympic Games, the third greatest sporting event worldwide. It will certainly be a high-level competition. We saw in Beijing the effort of all athletes and the results they attained. I am sure that in these games we will live again many

moments of sport excellence and the destruction of some myths, taboos and preconceived ideas on the capability of these sportspersons. Expectation is huge, we are profoundly convinced that we are going to live moments that will remain in the memory of all those that may have the opportunity of watching. We shall be there to offer incentive and applause to our athletes. No matter the results they will achieve, we have no doubt that all will try their best, in a permanent and determined intent to surpass themselves.

"Equality, Inclusion and Sport Excellence" are a social building, only possible with the contribution and commitment of everyone without exception. It is my strong belief that we are doing both. Thank you very much.

HUMBERTO SANTOS

President of the Paralympic Committee of Portugal

CINCO MEDALHAS PARA PORTUGAL NO CAMPEONATO EUROPEU DE NATAÇÃO

PORTUGAL WINS
FIVE MEDALS IN THE
EUROPEAN SWIMMING
CHAMPIONSHIP



Numa comitiva de apenas nove atletas, sob a égide do Comité Paralímpico de Portugal, a selecção nacional conquistou cinco medalhas.

With only nine athletes, under the aegis of the Paralympic Committee of Portugal, the national team took five medals.

A participação portuguesa no Campeonato Europeu de Natação Adaptada IPC Swimming 2011, que decorreu em Berlim (Alemanha), entre 3 e 10 de Julho, superou todas as expectativas. Numa comitiva de apenas nove atletas, sob a égide do Comité Paralímpico de Portugal, a selecção nacional conquistou cinco medalhas. Um dos responsáveis pelo sucesso foi João Martins, ao alcançar uma medalha de prata e três de bronze. No último dia de provas, Emanuel Gonçalves chegou à prata nos 5 km em águas abertas.

Nesta competição de relevo, que antecede o grande objectivo deste ciclo, os Jogos Paralímpicos de Londres 2012, destacaram-se outros nadadores ao atingirem vários recordes nacionais: Simone Fragoso, nos 50 m costas, 50 m livres, 50 m mariposa e 100 m livres; Adriano Nascimento, nos 100 m bruços; Gino Caetano, nos 100 m costas e David Grachat, nos 200 m estilos. Diana

The Portuguese participation in the IPC Swimming 2011 European Adaptive Swimming Championship, which took place in Berlin (Germany) between the 3rd and the 10th of July, exceeded all expectation. With only nine athletes, under the aegis of the Paralympic Committee of Portugal, the national team took five medals. One of the persons responsible for this success was João Martins, who won silver once and bronze three times. On the competition's last day, Emanuel Gonçalves won silver in the 5 km open water event.

In a relevant competition that precedes the major objective of this cycle, the London 2012 Paralympic Games, other swimmers stood out by breaking several national records. Simone Fragoso excelled in the 50 m backstroke, 50 m freestyle, 50 m butterfly and 100 m freestyle. Adriano Nascimento was good in the 100 m breaststroke, Gino Caetano in the 100 m backstroke and David Grachat in the



Guimarães, João Correia e Nelson Lopes deram também o seu contributo ao serviço das cores lusitanas.

Em termos colectivos, o balanço no Europeu foi muito positivo. Nuno Vitorino, Chefe da Comitativa, considera que todos os atletas portugueses superaram os seus objectivos. "Quase todos fizeram finais e tivemos provas espectaculares, com momentos memoráveis. O CPP e o desporto adaptado em Portugal não podiam estar mais contentes".

Por sua vez, Adriano Nascimento, com 17 anos, fez a sua estreia em campeonatos internacionais, tendo obtido uma marca nos 50 m bruços que lhe dá acesso ao Programa de Preparação Paralímpica Londres 2012. Junta-se, assim, a David Grachat, Diana Guimarães, Emanuel Gonçalves, João Martins, Nelson Lopes e Simone Fragoso.

200 m medley. In addition, Diana Guimarães, João Correia e Nelson Lopes also gave their contributions at the service of the Portuguese colours.

Collectively the balance sheet in the European Championship was very positive. Nuno Vitorino, head of the Portuguese delegation, says that all Portuguese athletes exceeded their own objectives. "Nearly all of them participated in finals and we had spectacular races, with memorable moments. The CPP and the adaptive sport in Portugal couldn't be more pleased".

In his turn, the 17-year old Adriano Nascimento, who had his debut in international championships, achieved a mark in the 50 m breaststroke that gives him access to the London 2012 Paralympic Preparation Programme. Therefore, he joins David Grachat, Diana Guimarães, Emanuel Gonçalves, João Martins, Nelson Lopes and Simone Fragoso.

"Quase todos fizeram finais e tivemos provas espectaculares, com momentos memoráveis. O CPP e o desporto adaptado em Portugal não podiam estar mais contentes".

"Nearly all of them participated in finals and we had spectacular races, with memorable moments. The CPP and the adaptive sport in Portugal couldn't be more pleased".

"UM ABRIR DE PORTAS PARA UMA VIDA MELHOR"

"OPENING DOORS
TO A BETTER LIFE"



Sonha agora com os Jogos Paralímpicos de Londres, ciente de que a participação não cairá do céu. Terá de se esforçar e trabalhar muito, como sempre tem feito até aqui.

Now he dreams of the London Paralympic Games, aware that his participation will not fall from heaven. He must strive and work hard, as he has always done.

Natural do Funchal, Emanuel Gonçalves é um apaixonado pela água e por todos os desportos que a envolvem. Aos 13 anos descobriu a natação adaptada e desde aí nunca mais parou. Hoje, com 21, o atleta do Clube Desportivo Nacional é uma referência, somando vários títulos internacionais. Sonha agora com os Jogos Paralímpicos de Londres, ciente de que a participação não cairá do céu. Terá de se esforçar e trabalhar muito, como sempre tem feito até aqui.

DESDE QUANDO PRÁTICA NATAÇÃO ADAPTADA E PORQUE RAZÃO COMEÇOU A PRATICAR?

Comecei a praticar natação adaptada em 2004, na altura com 13 anos. A modalidade surgiu-me por aconselhamento do Filipe Rebelo, um amigo e antigo nadador. Entretanto, comecei a surgir a hipótese de representar a selecção nacional e desde aí nunca mais parei. O meu primeiro campeonato nacional foi na Póvoa de Varzim e, nesta primeira vez, saí campeão nacional dos 100 metros mariposa. Até aqui, tinha participado somente em vários campeonatos não paralímpicos.

Born in Funchal, Emanuel Gonçalves is passionate concerning water and all sports involving water. When he was 13 years old, he discovered adaptive swimming and since then he has never stopped. Today, with 21 years of age, the athlete of Clube Desportivo Nacional, is a reference, holding several international titles. Now he dreams of the London Paralympic Games, aware that his participation will not fall from heaven. He must strive and work hard, as he has always done.

SINCE WHEN HAVE YOU BEEN PRACTICING ADAPTIVE SWIMMING AND WHY DID YOU START PRACTICING IT?

I started practicing adaptive swimming in 2004, when I was 13 years old. I decided for this sport after counselling with Filipe Rebelo, a friend and former swimmer. In the mean time, there came the chance of representing the national team and from then on, I have never stopped. My first national championship was at Póvoa de Varzim; that first time, I became the national champion in the 100-metre butterfly event. Until then, I had taken part only in some non-Paralympic championships.

DESDE AÍ HOUE SEMPRE INTERESSE EM CONTINUAR A PRATICAR?

Fui ganhando o gosto à medida que ganhava experiência. O facto de conseguir alcançar alguns títulos de relevo foi muito importante enquanto factor de motivação. Sempre tive ciente de que é importante lutar pelos nossos objectivos. Entretanto, começou a surgir o desejo de ir aos campeonatos paralímpicos. A primeira competição nacional em que participei foi a última antes dos Jogos Paralímpicos de Atenas e, portanto, já era tarde demais para me apurar. No caso dos Jogos de Pequim, atingi os mínimos de participação, mas não consegui ir por falta de quotas (para cinco atletas só havia vaga para três). Espero agora participar nos de Londres em 2012.

EM QUE PROVAS COMPETE?

Compito em várias provas em piscina: 400 metros livres, 100 metros mariposa e 5.000 metros de águas abertas, que é onde me destaco mais.

A NATAÇÃO ADAPTADA ESTÁ MUITO DESENVOLVIDA EM PORTUGAL?

Ao longo destes sete anos, tenho sentido uma evolução da modalidade em Portugal. No entanto, penso que poderia haver maior competitividade. Ainda temos poucos atletas. Tenho conhecimento de que há muitos jovens em Portugal que poderiam ter a oportunidade de sair para campeonatos internacionais e representar o país, mas não o fazem porque os pais colocam entraves. Não querem que os filhos sejam vistos como atletas paralímpicos. Por vezes, o problema está na cabeça das famílias que têm dificuldade em admitir a realidade dos filhos. Julgam que por estarem a praticar desportos adaptados são deficientes e penso que este termo não se deve usar. A natação adaptada é um abrir de portas para uma vida melhor. Somos atletas reconhecidos, trabalhamos como atletas normais e isso é muito bom.

NO QUE CONSISTE O SEU TREINO?

Treino todos os dias duas sessões de duas horas e mais uma de ginásio. Tudo o que fazemos na vida requer um grau de exigência muito alto da nossa parte... Eu gosto muito do que faço e isso é o principal. O meu treino é planeado pelo meu treinador, Nuno Franco, com meses de antecedência. Treino com uma equipa de atletas normais, faço tudo o que eles fazem. Diariamente estou na piscina a dar o meu melhor porque sei que só assim os meus objectivos serão atingidos.

E TEM TEMPO PARA FAZER MAIS ALGUMA COISA?

É muito complicado. Entrei na faculdade este ano e nem sempre tenho tempo suficiente para me dedicar aos estudos. Mas, como já referi, se temos objectivos temos de lutar por

SINCE THEN, WERE YOU ALWAYS INTERESTED IN PARTICIPATING?

My interest was growing as I was gaining experience. The fact that I got some relevant titles was important as a motivating factor. I have always been aware that it is important to fight for our objectives. Meanwhile I began wishing to go to the Paralympic championships. My first national competition was the last before the Athens Paralympic Games; therefore, it was too late to qualify. In the case of the Beijing Games, I attained the minimum results for participation, but I could not go due to lack of quota (for five athletes there were only three available places). Now I hope I will participate in the London 2012 games.

WHAT ARE THE EVENTS YOU WILL BE COMPETING?

I will compete in several swimming pool events: 400 metres freestyle, 100 metres butterfly; I will also be in the 5000 metres open water, where I am better.

IS ADAPTIVE SWIMMING DEVELOPING WELL IN PORTUGAL?

All along these last seven years, I have felt evolution of the sport in Portugal. However, I think there could have been more competitiveness. We still have few athletes. I know there are many young people in Portugal who could have the chance to participate in international championships and to represent our country, but they do not do it because their parents put some obstacles. The parents do not want their children to be seen as Paralympic athletes. Sometimes, the problem is the heads of the families that have difficulty in accepting the reality of their children. They think that just because their children practice adaptive sports they are unable persons, I think that we should not use this term. Adaptive swimming is like opening doors to a better life. We are recognized athletes, we work as normal athletes and that is very good.

HOW DO YOU TRAIN?

I train every day, two sessions of two hours plus another one in the gymnasium. Everything we do in life demands from us a very high degree of exigency. I like very much what I am doing and that is the main thing. My trainer, Nuno Franco, plans my training a few months beforehand. I train with a team of normal athletes; I do everything they do. I am daily in the swimming pool doing my best because I know that only this way I will attain my objectives.

DO YOU HAVE TIME FOR ANYTHING ELSE?

It is very complicated. I went into the university this year and sometimes I do not have enough time for studying. However, as I said before, if you have objectives you must fight for them

O facto de conseguir alcançar alguns títulos de relevo foi muito importante enquanto factor de motivação. Sempre tive ciente de que é importante lutar pelos nossos objectivos. Entretanto, começou a surgir o desejo de ir aos campeonatos paralímpicos

The fact that I got some relevant titles was important as a motivating factor. I have always been aware that it is important to fight for our objectives. Meanwhile I began wishing to go to the Paralympic championships.



eles e participar nos Jogos Paralímpicos só se consegue uma ou duas vezes na vida. Estou muito dedicado em levar a bandeira de Portugal o mais alto possível.

QUE BENEFÍCIOS É QUE A PRÁTICA DESPORTIVA TROUXE À SUA VIDA?

Principalmente o bem-estar físico e psicológico. Quando se pratica um desporto, principalmente adaptado, temos de ter sempre uma grande força de vontade para nos superarmos e conseguirmos ultrapassar as barreiras. Antes pensava que não poderia realizar certas tarefas e hoje sei que consigo. Quero servir de exemplo também para outras pessoas na minha situação. Pessoalmente, tenho um grande exemplo e inspiração: a nossa ex-atleta e presidente da Federação de Desporto para Deficientes, Leila Marques. Para mim, é a melhor atleta que houve em Portugal e um exemplo a seguir. Soube lutar pelos seus resultados na natação e, neste momento, é médica. Acho que é o sonho de qualquer pessoa.

QUAIS OS PRINCIPAIS RESULTADOS E FEITOS QUE GUARDA NA MEMÓRIA, ATINGIDOS EM PROVAS NACIONAIS E INTERNACIONAIS?

A nível nacional sou dos melhores atletas em Portugal porque tenho sido todos os anos campeão nacional nas distâncias em que compito. A nível internacional, tenho conseguido algumas medalhas importantes. As que mais se destacam são a de bronze nos 5.000 metros, ganha no meu primeiro Campeonato do Mundo, na África do sul, em 2007; a prata no Campeonato do Mundo

and participation in the Paralympic Games is possible only once or twice in your life. I am determined to raise the Portuguese flag as high as possible.

WHAT BENEFITS HAS SPORT BROUGHT TO YOUR LIFE?

Above all, physical and psychological well-being. When you practice a sport, especially adaptive sport, you must always have a strong willpower in order to surpass yourself and to overcome the obstacles. Previously, I thought that I could not fulfil certain tasks and today I know that I can. I also want to be an example to other people in my situation. Personally, I have a great example and inspiration: our former athlete and president of the Federation of Sports for Disabled Persons, Leila Marques. For me she is the best athlete that has ever lived in Portugal and an example to follow. She fought for her results in swimming and, now, she is a doctor. I think this is anyone's dream.

WHAT ARE THE MAIN RESULTS AND ACHIEVEMENTS YOU KEEP IN YOUR MEMORY, ATTAINED IN NATIONAL AND INTERNATIONAL COMPETITIONS?

On the national level, I am one of the best athletes in Portugal because I have been national champion every year in the distances where I compete. Internationally, I have won some important medals. The most important are the bronze medal in the 5000 metres, which I got in my first World Championship, in South Africa, in 2007; the silver medal in

em Agosto de 2010, em Hannover (Alemanha), e agora a prata em Berlim.

ATINGIU A PRATA EM BERLIM, APESAR DE ESTAR UMA SEMANA SEM TREINAR ANTES DA PROVA. COMO SE SENTIU APÓS A CONQUISTA?

Estava bem preparado para o estágio na Serra Nevada. Cheguei a alcançar o recorde nacional nos jogos em Coimbra e estava certo de que nos europeus ia fazer um bom campeonato. Mas, infelizmente, uma semana antes da competição, ainda na Madeira, apanhei uma amigdalite muito forte. Perdi 3 kg, não conseguia comer, estava só a soro... Tinha febres muito altas, de 40 graus, e não consegui sair de casa. Só comecei a treinar no primeiro dia em que cheguei a Berlim. Ainda estava a antibióticos e fui-me muito abaixo. As marcas em piscina ficaram um bocadinho aquém do que esperava. A medalha de prata acabou por ser uma recompensa por todo o trabalho que vinha a desenvolver.

ESPERA ESTAR PRESENTE NOS JOGOS DE LONDRES 2012? COMO ESTÁ A CORRER A SUA PREPARAÇÃO?

A minha preparação está a correr muito bem, estou a ser treinado pelo meu técnico. Já é o meu treinador há muitos anos e foi quem me incentivou à prática da natação adaptada. Devo-lhe todos os resultados alcançados. A minha preparação está a ser muito boa, tenho excelentes condições na Madeira. Temos provavelmente o melhor complexo de piscinas olímpicas de Portugal. Ainda assim, penso que



O meu grande objectivo é estar nos Jogos Paralímpicos. Será estar no topo da maior competição do mundo e que só se realiza de quatro em quatro anos

My major objective is to be in the Paralympic Games. That means I will be at the top of the greatest competition in the world that takes place only every four years.

the World Championship in August 2010, in Hannover (Germany), and now the silver medal, in Berlin.

YOU WON SILVER IN BERLIN, IN SPITE OF ONE WEEK WITHOUT TRAINING BEFORE THE EVENT. HOW DID YOU FEEL AFTER THE ACHIEVEMENT?

I prepared myself well for the stage on Sierra Nevada. I even managed to attain the national record in Coimbra and I was certain that in the European competition I would make a good championship. Unhappily, one week before the competition, still on Madeira Island, I suffered a serious tonsillitis. I lost 3 kilos, could not eat, I was receiving saline solution ... I had very high fever, 40 degrees, and could not leave home. I started training only on the first day of my arrival in Berlin. I was still on antibiotics and in distress. The marks in swimming pool stayed a little below my ability. The silver medal eventually became a reward for all the work that I had been doing.

DO YOU EXPECT TO BE PRESENT IN THE LONDON 2012 GAMES? HOW IS YOUR PREPARATION RUNNING?

My preparation is running very well, I train with my technician. He has been my trainer for many years and he advised me to practice adaptive swimming. I owe him all the results I attained. My preparation is being very good; I have excellent conditions in Madeira. We have probably the best complex of Olympic swimming pools in Portugal. Nevertheless,

deveria haver mais um ou outro estágio antes dos Jogos.

QUAL A PRINCIPAL CONCORRÊNCIA E DIFICULDADES QUE ESPERA ENCONTRAR?

Os atletas da minha classe têm um índice de deficiência mínima. Temos o campeão do mundo, o André Brasil; os EUA também têm bons atletas, tal como a Espanha e o Canadá. Espero estar à sua altura e tentar aproximar-me das suas marcas, que são de topo.

QUAIS AS SUAS EXPECTATIVAS? ESPERA OBTER MEDALHAS?

O meu grande objectivo é estar nos Jogos Paralímpicos. Será estar no topo da maior competição do mundo e que só se realiza de quatro em quatro anos. Mas é necessário muito trabalho. Se conseguir ir, vou dar o meu melhor para obter as minhas melhores marcas e a melhor classificação possível.

ALÉM DA NATAÇÃO, QUAIS OS SEUS INTERESSES?

Gosto principalmente de tudo o que esteja ligado à água. Talvez seja por viver numa ilha rodeada pelo oceano... por exemplo, se for à praia, tenho sempre vontade de nadar e de ver os peixes. Nos tempos livres faço caça submarina, pesca e mergulho. Gosto também de tudo o que tenha a ver com natureza: de passear na floresta, de acampar... e, como qualquer pessoa, gosto de sair com os amigos, ir a um cinema ou a um bar à noite. Tenho pena de não ter muito tempo, mas também é bom abstrairmo-nos um pouco dos treinos.

I think there should be one or two additional stages before the Games.

WHO ARE YOUR MAIN OPPONENTS AND WHAT DIFFICULTIES DO YOU EXPECT TO FIND?

Athletes of my class have a minimal index of disability. We have the world champion, André Brasil; there are some good athletes in the USA, as well as in Spain and Canada. I hope to be at their level and try to get closer to their marks, which are top marks.

WHAT ARE YOUR EXPECTATIONS? DO YOU EXPECT TO WIN MEDALS?

My major objective is to be in the Paralympic Games. That means I will be at the top of the greatest competition in the world that takes place only every four years. However, I must do a lot of work. If I manage to go, I shall do my best in order to obtain my best marks and the best classification possible.

BESIDES SWIMMING, WHAT ARE YOUR INTERESTS?

I like best everything connected to water. Maybe because I live on an island, surrounded by the ocean... for instances, if I go to the beach, I always want to swim and watch the fish. On my free time, I practice underwater hunting, angling and diving. I also like all that has to do with nature: walking in the woods, camping ... and, as everybody else, I like to go out with my friends, to go to the movies or to a bar in the evening. Unfortunately, I do not have much time, but it is also good to distract a little from training.

JUDO PARA TODOS, RUMO AOS JOGOS RIO DE JANEIRO, 2016

JUDO FOR ALL,
TOWARDS THE GAMES
RIO DE JANEIRO, 2016



Manuel Costa e Oliveira foi o fundador e é o responsável por esta iniciativa, que pretende levar, pela primeira vez, judocas portuguesas aos Jogos Paralímpicos.

Manuel Costa e Oliveira is responsible for this initiative, which intends to take for the first time Portuguese judokas to the Paralympic Games.

Foi em 2006 que surgiu o "Judo Total", um projecto que, tal como o nome indica, se destina a todos aqueles que queiram praticar esta arte marcial. Manuel Costa e Oliveira, Secretário-geral da Federação Portuguesa de Judo (FPJ) e membro do Comité Paralímpico de Portugal (CPP) foi o fundador e é o responsável por esta iniciativa, que pretende levar, pela primeira vez, judocas portuguesas aos Jogos Paralímpicos.

Há cinco anos, quando já tinha responsabilidades na Federação Portuguesa de Judo, Manuel Costa e Oliveira tomou medidas face a uma realidade "inadmissível". A modalidade contemplava todas as suas vertentes, excepto o judo paralímpico, destinado a pessoas cegas ou de baixa visão. Começando do zero, pôs mãos à obra: o Judo Clube de Sintra, ao qual presidia na altura, uniu esforços com a Federação Portuguesa de Desporto para Pessoas com Deficiência (FPDD), que tinha António Neves como presidente e Jorge Carvalho como director técnico. A colaboração foi complementada pela Associação Internacional de Desporto para Cegos (IBSA) e pelo mestre Jean-Claude Prieur.

O projecto era totalmente inovador em Portugal e a sua implementação complexa. Foi necessário formar dirigentes, treinadores, árbitros e oftalmologistas classificadores. A escassez de fundos tem sido compensada pelo esforço e dedicação de quatro organismos: FPDD, CPP, FPJ e Câmara Municipal de Sintra. Por outro lado,

"Total Judo" appeared in 2006, a project, as the name indicates, for all who want to practice this martial art. Manuel Costa e Oliveira, Secretary-General for the Portuguese Federation of Judo (FPJ) and member of the Paralympic Committee of Portugal (CPP) founded and is responsible for this initiative, which intends to take for the first time Portuguese judokas to the Paralympic Games.

Five years ago, when he already had responsibilities in the Portuguese Federation of Judo, Manuel Costa e Oliveira took measures to face an "unacceptable" reality. The sport comprised all its modalities, except Paralympic judo, designed for the blind or people with impaired vision. Starting from zero, he set to work: Judo Clube de Sintra, where he was the president then, joined efforts with the Portuguese Federation of Sport for Disabled Persons (FPDD), which had António Neves as president and Jorge Carvalho as technical director. The International Blind Sports Association (IBSA) and master Jean-Claude Prieur complemented this cooperation.

The project was a total innovation in Portugal and its implementation was complex. Directors, trainers, referees and classifying ophthalmologists, all needed training. Funds were scarce, but compensated by the effort and dedication of four entities: FPDD, CPP, FPJ and the Town Council of Sintra. On the other hand, there are still some specific



existem ainda dificuldades específicas do grupo de judocas, das quais se destacam a mobilidade e os exames médicos que todos têm de fazer. Mas os obstáculos existem para serem ultrapassados e o que começou por ser intitulado "Judo para Cegos" é agora conhecido como "Judo Total", abrangendo outras áreas de deficiência e recebendo de braços abertos quem queira participar.

"Temos evoluído muito bem, apesar de vivermos num país onde os apoios não abundam. Estamos animados e as perspectivas de crescimento continuam a evidenciar-se de forma notória", afirma Manuel Costa e Oliveira. Neste momento, o projecto conta com 50 participantes, dos quais metade são cegos, surdos/cegos ou deficientes motores, treinados pelos mestres Fernando Seabra e Jerónimo Ferreira, os únicos em Portugal habilitados para este efeito. A outra metade é constituída por judocas que não apresentam deficiência, que igualmente se dedicam ao "Judo Total". Sob a orientação partilhada com Ângelo Caetano, os alunos surdos/cegos do Centro António Aurélio da Costa Ferreira, da Casa Pia de Lisboa, têm contribuído para dar maior brilhantismo à causa.

difficulties concerning the judokas, namely their mobility and the medical exams that all must undergo. However, obstacles exist to be overcome and what had started with the name of "Judo for the Blind" is now known as "Total Judo", embracing other areas of disability and receiving with open arms anyone that wishes to participate.

"We are evolving very well, in spite of living in a country where support is not abundant. We have motivation and the perspectives of growing are notoriously evident", says Manuel Costa e Oliveira. At present, the project has 50 participants, half of them blind, deaf-blind or people with physical disability, trained by masters Fernando Seabra and Jerónimo Ferreira, the only two Portuguese trainers with qualifications for this purpose. The other half comprises judokas without disability who also dedicate themselves to the Total Judo. Under the shared direction of Ângelo Caetano, the deaf-blind pupils in Centro António Aurélio da Costa Ferreira, of Casa Pia de Lisboa, are contributing to the brightness of the cause.

"Temos evoluído muito bem, apesar de vivermos num país onde os apoios não abundam. Estamos animados e as perspectivas de crescimento continuam a evidenciar-se de forma notória"

"We are evolving very well, in spite of living in a country where support is not abundant. We have motivation and the perspectives of growing are notoriously evident"

TREINO, INCLUSÃO E RECUPERAÇÃO

Tudo começou no Judo Clube de Sintra, mas a evolução do projecto, agora com maior

TRAINING, INCLUSION AND REHABILITATION

It all started in the Judo Clube de Sintra, but the project's evolution, now more encompassing at the national level, demands



Em termos de prática, o "Judo Total" acaba por ser igual a qualquer outro judo, apenas registando ligeiras adaptações que resultam das diversas áreas de deficiência que estão envolvidas.

Regarding the practice, "Total Judo" is similar to any other judo modality, except some small adaptations resulting from the different areas of disability involved.

abrangência a nível nacional, requer a sua expansão. "Temos notado que alguns potenciais parceiros estão com dificuldades em aceitar-nos, por estarmos confinados ao concelho de Sintra. Por isso, entendo que algo tem de mudar e estamos em reflexão sobre esse assunto", explica Manuel Costa e Oliveira. Pelo facto de muitos judocas cegos e surdos/cegos serem de Lisboa, estão já disponíveis duas aulas na capital, no Pavilhão da Lapa, do Instituto de Desporto de Portugal, à terça e quinta-feira, das 19h às 20h30. Em Sintra, os treinos são ao sábado, das 15h às 16h30, na Escola Leal da Câmara, em Rio de Mouro.

Em termos de prática, o "Judo Total" acaba por ser igual a qualquer outro judo, apenas registando ligeiras adaptações que resultam das diversas áreas de deficiência que estão envolvidas. "É uma modalidade muito interessante, reunindo vertentes de ordem moral, social, cultural, física, desportiva, ética e disciplinar. A estas aliam-se o bem-estar, a auto-estima e as perspectivas de inclusão, que se evidenciam em todos os nosso judocas". Por outro lado, também deve ser realçado que a modalidade está a contribuir para a recuperação médica de muitos dos alunos, levando inclusive médicos e fisioterapeutas a desenvolverem um trabalho em conjunto com o projecto.

expansion. "We have seen that some potential partners have difficulty in accepting us, because we are limited to the municipality of Sintra. Therefore, I think that something must change and we are working on the matter", explains Manuel Costa e Oliveira. As many blind and deaf-blind judokas are from Lisbon, there are now two classes available in the capital city, in the Lapa Pavillion of the Portuguese Institute for Sports, on Tuesdays and Thursdays, from 07 o'clock p.m. to 08:30 p.m. In Sintra, training is on Saturdays from 03 o'clock p.m. to 04:30 p.m., in Leal da Câmara School, at Rio de Mouro.

Regarding the practice, "Total Judo" is similar to any other judo modality, except some small adaptations resulting from the different areas of disability involved. "It is a very interesting modality, uniting aspects of moral, social, cultural, physical, sporting, ethical and disciplinary order. To these aspects we can add the well-being, self-esteem and the perspectives of inclusion, which stand out in all our judokas". On the other hand, we must also set off that the modality is contributing to the medical rehabilitation of many pupils, which led some doctors and physiotherapists to develop a joint work with the project.



A CAMINHAR PARA OS JOGOS

Em comparação com outros países, como França, Rússia, Brasil e Espanha, o judo adaptado não está muito desenvolvido em Portugal. "Para que possa crescer mais, terá de haver uma maior intervenção por parte de todos os intervenientes, nomeadamente da FPJ e das suas associações distritais, da FPDD, do CPP e de outras instituições oficiais, nomeadamente o Instituto do Desporto de Portugal (IDP)", defende Manuel Costa e Oliveira. As autarquias locais também podem e devem ter uma palavra importante neste processo. Deverá ainda existir uma melhor organização e sintonia de todas as áreas de deficiência envolvidas na modalidade.

No presente, o judo adaptado português ainda padece de alguma impreparação, pois está no seu arranque e não possui um quadro competitivo. "Muitas pessoas perguntam-me se será possível termos algum representante nos Jogos Paralímpicos do Rio de Janeiro em 2016. Como resposta, digo que claro que sim, pois cinco anos é muito tempo e temos alguns judocas a treinar muito bem. Se iniciarmos o referido quadro competitivo e ganharmos alguma experiência internacional, talvez consigamos".

Por enquanto, as atenções estão centradas a nível nacional, exceptuando um estágio em Espanha que está em perspectiva para o próximo ano. Em Portugal, a programação para 2011/2012 está completa, contemplando 125 aulas ao longo de toda a época desportiva, assim como dois estágios e algumas demonstrações. O primeiro estágio realizou-se recentemente no Centro de Alto Rendimento – Velódromo de Sangalhos e contou com a participação de cinquenta atletas do Judo Clube de Sintra, do Clube de Judo do Porto e do Centro António Aurélio da Costa Ferreira.

ON THE WAY TOWARDS THE GAMES

In comparison with other nations, such as France, Russia, Brazil and Spain, adapted judo has not a large development in Portugal. "In order to grow more, there must be a deeper intervention from all entities, namely from FPJ and its district associations, from FPDD, from CPP and from other official institutions, especially the Portuguese Institute of Sport (IDP)", states Manuel Costa e Oliveira. Municipal authorities can also and should have an important say in the process. There should also be a better organization and tuning of all areas of disability involved in the modality.

At present, the Portuguese adapted judo still suffers from some unpreparedness, because it is in the beginning and there is not yet a competitive framework. "Many people ask me if it is possible to have a representative in the Paralympic Games of Rio de Janeiro, in 2016. I answer saying, of course, for five years is a lot of time and we have some judokas training very well. If we start the referred competitive framework and get some international experience, maybe we can".

Meanwhile, we focus our attention at national level, except for a stage in Spain planned for next year. In Portugal, the programmes for 2011/2012 are completed. They comprise 125 classes along all the sporting season, as well as 2 stages and some exhibitions. The first stage took place recently, in the High Performance Centre – Velodrome of Sangalhos with the participation of 50 athletes from Judo Clube de Sintra, Clube de Judo do Porto and Centro António Aurélio da Costa Ferreira.

No presente, o judo adaptado português ainda padece de alguma impreparação, pois está no seu arranque e não possui um quadro competitivo.

At present, the Portuguese adapted judo still suffers from some unpreparedness, because it is in the beginning and there is not yet a competitive framework.

ENTREVISTA COM JIMMY GRADWELL, PRESIDENTE DOS PARALÍMPICOS DA IRLANDA

INTERVIEW WITH JIMMY GRADWELL, PRESIDENT OF THE PARALYMPICS IRELAND



Na contagem decrescente para os Jogos Olímpicos de Londres, os atletas paralímpicos irlandeses escolheram Coimbra para estágio em Agosto.

Numa entrevista, Jimmy Gradwell, Presidente dos Paralímpicos da Irlanda, revela as principais semelhanças e diferenças no desporto paralímpico dos dois países.

PORQUE É QUE O COMITÉ PARALÍMPICO DA IRLANDA ESCOLHEU PORTUGAL?

Os Paralímpicos da Irlanda têm tido grande sucesso com o modelo de preparação específica para os Jogos Paralímpicos que inclui campos de treino polidesportivos, tanto em casa (na cidade de Limerick) como no estrangeiro. A base estrangeira é utilizada como "centro de convergência" antes de a equipa seguir para a Aldeia Paralímpica. Para este ciclo, procurámos um país de reunião não demasiado distante de Londres, mas onde poderíamos beneficiar do treino em clima temperado, de boas instalações desportivas, bons parceiros (Move Sports Ltd.), e, sobretudo, uma cidade de acolhimento muito desejosa de participar na preparação da nossa equipa paralímpica.

QUAL É A FINALIDADE DO CAMPO? TREINO PARA LONDRES 2012?

Uma das principais razões subjacentes ao campo reside na possibilidade da nossa equipa - que consiste em atletas e pessoal oriundos de 8 a 10 modalidades - formar uma única Equipa Irlandesa para os Jogos. Além disso, o campo permite-nos apoiar melhor os nossos atletas ao reunirmos toda a nossa equipa técnica dos Jogos que presta serviços aos atletas, incluindo apoio das ciências do desporto e apoio médico.

In the countdown to the Olympic Games in London, the Irish paralympic athletes chose Coimbra for their training in August.

In interview, Jimmy Gradwell, President of the Paralympics Ireland, presents the main similarities and differences of paralympic sport between the two countries.

WHY DID THE PCI CHOOSE PORTUGAL?

Paralympics Ireland have had great success with a specific preparation model for Paralympic Games which includes multisport training camps, both at home (in Limerick City) and abroad. The foreign base is used as the "holding camp" before the team travels to the Paralympic Village. For this cycle, we were looking for a venue country not too far from London, but where we could have the benefits of warm weather training, great sports facilities, good partners (Move Sports Ltd.) but, most importantly, a host city that very much wanted to be part of the preparation of our paralympic team.

WHAT'S THE PURPOSE OF THE CAMP? TRAINING FOR LONDON 2012?

One of the main reasons behind the camp is to allow our team - which consist of athletes and staff from 8-10 sports - bond into one Irish Team for the Games. In addition, the camp allow us to support our athletes better by bringing our full Games staff team together to provide services to athletes, including sports science and medical. The main reason, however, is that the athletes are monitored and supported at the critical final phase before the Paralympic Games.

"Os vencedores não têm necessariamente o melhor de tudo. Os vencedores obtêm o melhor que podem de tudo aquilo que têm!"

"Winners don't necessarily have the best of everything. Winners make the best of everything they have!"

A principal razão, porém, é que os atletas são acompanhados e apoiados na fase final crítica antes dos Jogos Paralímpicos.

QUANTOS ATLETAS E QUE MODALIDADES REPRESENTARÃO A IRLANDA NOS JOGOS DE LONDRES 2012?

Neste momento temos atletas que procuram a qualificação em 10 modalidades. Estas incluem tiro com arco, atletismo, boccia, ciclismo, equitação, remo, vela, tiro, natação e ténis de mesa.

QUAIS SÃO AS EXPECTATIVAS DA PARTICIPAÇÃO IRLANDESA NOS JOGOS DE LONDRES 2012?

Depois de cada realização dos Jogos os objectivos para os jogos seguintes são claramente estabelecidos pela nossa principal agência estatal de financiamento, o Conselho dos Desportos da Irlanda. Os objectivos para os Jogos de Londres são ganhar cinco medalhas, incluindo três medalhas de ouro, e ganhar medalhas em quatro modalidades ou mais. A cerca de um ano de distância dos Jogos, estamos confiantes de que atingiremos os objectivos.

O ACTUAL CONTEXTO ECONÓMICO AFECTOU OS PARALÍMPICOS DA IRLANDA E A PREPARAÇÃO PARA OS JOGOS DE LONDRES 2012?

A actual situação económica da Irlanda é muito difícil (tal como a de Portugal). Isso teve, naturalmente, grande impacto em todos os aspectos da vida dos irlandeses, no que depende do financiamento estatal. Porém, estamos gratos ao Governo irlandês, pois continuamos a ser fortemente apoiados. Na verdade, é com esse apoio que asseguramos a continuação dos nossos campos de preparação em Portugal. Contudo, a situação actual teve impacto; tornámo-nos mais rigorosos e específicos no que respeita aos pontos onde planeámos aplicar os recursos. Os resultados dos atletas da Irlanda no ano passado indicam que, nesta data, as questões do financiamento não têm prejudicado os desempenhos.

O APOIO DE PATROCINADORES E PARCEIROS TEM SIDO IMPORTANTE PARA OS PARALÍMPICOS DA IRLANDA? QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS APOIANTES?

O apoio do sector privado tem sido fundamental para nós nos últimos dois anos, pois pretendemos incrementar o desporto paralímpico na Irlanda. Deve-se ao mérito das realizações dos atletas paralímpicos que, nestes tempos da pior recessão, o número de parceiros dos Paralímpicos

HOW MANY ATHLETES AND WHICH SPORTS WILL REPRESENT IRELAND IN LONDON 2012?

Currently, we have athletes seeking qualification in 10 sports. These include: Archery, Athletics, Boccia, Cycling, Equestrian, Rowing, Sailing, Shooting, Swimming and Table Tennis.

WHAT ARE THE EXPECTATIONS OF THE IRISH PARTICIPATION IN LONDON 2012?

After each Games, the targets for the next ones are clearly laid down by our primary state funding agency, the Irish Sports Council. The targets for the London Games are to win five medals, including three gold, and have medals in four sports or more. With almost a year to go to the Games, we are confident we can achieve those targets.

THE PRESENT ECONOMIC CONTEXT HAS AFFECTED THE PARALYMPICS IRELAND AND IT'S PREPARATION FOR LONDON 2012?

The current economic situation in Ireland is very poor (as it is in Portugal). This has naturally had a major effect on all aspects of Irish life which has relied upon state funding. Thankfully, despite the poor conditions, we are still heavily supported by the Irish Government. Indeed, it is their support that has ensured our preparation camps in Portugal will go ahead. The current situation has had an impact, however, we've had to be more focused and specific with regard to where we've targeted the spending of resources. The results of Ireland's athletes in the last year would indicate that, to date, the funding issues haven't hampered performances.

THE SUPPORT OF SPONSORS AND PARTNERS HAS BEEN IMPORTANT FOR PARALYMPICS IRELAND? WHICH ARE THE MAIN SUPPORTERS?

The support of the private sector has been essential to us in the last two years, as we've looked to grow paralympic sport in Ireland. It's a credit to paralympic athletes achievements that, at time of the worst recession, the number of partners of Paralympics Ireland has grown from one in January 2010 to 13 in July 2011. All sponsors, whether financial investors or providers of critical services, are equally valued and commended for their support. The principal sponsors include: Renault, OCS, Vodafone, Allianz & Cadbury.

DO YOU THINK THAT THERE'S A GOOD INCLUSION OF DISABLED PEOPLE IN SPORTS IN GENERAL AND AT COMPETITION AT A HIGH LEVEL IN IRELAND? WHAT'S

Os objectivos para os Jogos de Londres são ganhar cinco medalhas, incluindo três medalhas de ouro, e ganhar medalhas em quatro modalidades ou mais. A cerca de um ano de distância dos Jogos, estamos confiantes de que atingiremos os objectivos.

The targets for the London Games are to win five medals, including three gold, and have medals in four sports or more. With almost a year to go to the Games, we are confident we can achieve those targets.



Em algumas modalidades fizemos grandes progressos e os atletas paralímpicos estão agora plenamente integrados em campeonatos nacionais seniores, por exemplo na natação e no atletismo.

In some sports we have made great progress and paralympic athletes are now fully integrated into senior National Championships, such as Swimming and Athletics.

da Irlanda tenha aumentado de um em Janeiro de 2010 para treze em Julho de 2011. Todos os patrocinadores, sejam eles investidores financeiros ou prestadores de serviços fundamentais, são igualmente valorizados e elogiados pelo apoio dado. Entre os principais patrocinadores contam-se a Renault, OCS, a Vodafone, a Allianz & Cadbury.

CONSIDERA EXISTIR UMA BOA INCLUSÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA NO DESPORTO EM GERAL E NAS COMPETIÇÕES DE ALTO NÍVEL NA IRLANDA? QUAL É A CONTRIBUIÇÃO NECESSÁRIA PARA UMA INTEGRAÇÃO MAIOR?

Em termos gerais, não é fácil responder a esta pergunta. Em algumas modalidades fizemos grandes progressos e os atletas paralímpicos estão agora plenamente integrados em campeonatos nacionais seniores, por exemplo na natação e no atletismo. Noutros desportos, ainda é preciso realizar muito trabalho no desenvolvimento da consciência de que o desporto paralímpico ao mais alto nível é um desporto de elite e deve ser apresentado numa base inclusiva. Continuaremos a trabalhar para derrubar algumas barreiras que ainda existem.

QUAIS SÃO OS PRINCIPAIS DESAFIOS QUE SE PÕEM AOS PARALÍMPICOS

NECESSARY TO CONTRIBUTE TO A HIGHER INTEGRATION?

This is a very difficult question to answer on a general basis. In some sports we have made great progress and paralympic athletes are now fully integrated into senior National Championships, such as Swimming and Athletics. In other sports, there is a lot of work still to be done in developing the awareness that paralympic sport at the highest level is elite sport and should be showcased on an inclusive basis. We'll certainly keep working to break down some barriers that still exist out there.

WHICH ARE THE MAIN CHALLENGES FOR PARALYMPICS IRELAND IN A NEAR FUTURE?

There are numerous challenges facing the organization in the future. Obviously, resources will be more difficult to come by in the coming years from Government. Other challenges include ensuring we have a robust classification strategy and develop long term athletes' development pathways to ensure we sustain our success at Paralympic Games. We also have the challenge of ensuring we make the very best of the Games being so close to us in London. It's providing huge awareness opportunities for us that we intend to have a lasting legacy from the London Games experience.

WHICH ARE THE MAIN EVENTS AND COMPETITIONS THAT WILL TAKE PLACE IN IRELAND IN A NEAR FUTURE?



É contribuindo para uma grande consciência das oportunidades que se nos deparam que pretendemos deixar um legado duradouro a partir da experiência dos Jogos de Londres.

It's providing huge awareness opportunities for us that we intend to have a lasting legacy from the London Games experience.

DA IRLANDA NO FUTURO PRÓXIMO?

Muitos desafios se põem à organização no futuro. Obviamente, será mais difícil obter recursos do Governo nos próximos anos. Outros desafios são como assegurar uma estratégia de classificação robusta e como desenvolver vias de evolução dos atletas a longo prazo, de modo a garantir a sustentabilidade do nosso sucesso nos Jogos Paralímpicos. Também encaramos o desafio de assegurar o melhor aproveitamento dos Jogos que se realizam em Londres, tão perto de nós. É contribuindo para uma grande consciência das oportunidades que se nos deparam que pretendemos deixar um legado duradouro a partir da experiência dos Jogos de Londres.

QUAIS SÃO AS PRINCIPAIS PROVAS E COMPETIÇÕES A REALIZAR NA IRLANDA NO FUTURO PRÓXIMO?

Com uma população total de 4,5 milhões de habitantes, o número de competidores desportivos no país é relativamente pequeno, o que quer dizer que a plenitude efectiva e significativa pode ser difícil de atingir em alguns desportos na Irlanda. Em consequência disso, o nosso plano de programas de competição tende para uma procura muito internacional. Há vários campeonatos nacionais que se realizarão proximamente. O maior acontecimento para breve é a CPISRA Boccia World Cup, em Belfast, de 21 a 26 de Agosto de 2011.

With a total population in Ireland of 4.5 million people, the numbers competing in sport are relatively small, which means meaningful effective completion can be difficult to come by in Ireland in some sports. Consequently, our programmes competition plan tends to take a very international feel. There are numbers of National Championships taking place in the next while. The biggest event coming up is the CPISRA Boccia World Cup in Belfast, from August 21st to 26th, 2011.

RECENTLY, THE PCI CHANGED ITS IMAGE. WHICH CHANGES WERE MADE AND WHAT WAS THE PURPOSE OF THE CHANGE?

Following a review with our partners last year, we decided to change our name and logo to that of Paralympics Ireland from Paralympic Council of Ireland. In our view, the old name and logo didn't reflect the workings of the organization or, more importantly, the drive and determination of Irish Paralympic Athletes to succeed on the world stage.

CAN YOU GIVE US WORDS OF HOPE TO OUR ATHLETES TO CONTINUE TO DO THEIR WORK IN PORTUGAL?

The Paralympic Family around the world is a fast growing phenomenon that displays the essential values of spirit, courage and, above all, elite performance. In these difficult times, think of this: "Winners don't necessarily have the best of everything. Winners make the best of everything they have!"

RECENTEMENTE O COMITÉ PARALÍMPICO DA IRLANDA MUDOU A IMAGEM. QUE ALTERAÇÕES FORAM FEITAS E QUAL FOI O PROPÓSITO DA MUDANÇA?

Na sequência de uma reanálise feita com os nossos parceiros no ano passado, decidimos mudar o nome e logótipo de Conselho Paralímpico da Irlanda para Paralímpicos da Irlanda. Na nossa perspectiva, o nome e logótipo anteriores não reflectiam os trabalhos da organização nem, sobretudo, o ímpeto e a determinação dos Atletas Paralímpicos Irlandeses em obterem êxito no palco mundial.

PODE DEIXAR-NOS ALGUMAS PALAVRAS DE ESPERANÇA PARA QUE OS NOSSOS ATLETAS PROSSIGAM O TRABALHO EM PORTUGAL?

A Família Paralímpica de todo o mundo é um fenómeno em rápido crescimento que apresenta os valores essenciais do espírito, coragem e, acima de tudo, desempenho de elite. Nestes tempos difíceis, pensem nisto: "Os vencedores não têm necessariamente o melhor de tudo. Os vencedores obtêm o melhor que podem de tudo aquilo que têm!"

COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL TEM NOVO SITE

THE PARALYMPIC
COMMITTEE OF PORTUGAL
HAS A NEW WEBSITE



O Comité Paralímpico de Portugal (CPP) tem novo site, disponível desde Julho. www.paralimpicos.eu é a nova morada, na qual o CPP divulga ainda mais informações sobre a causa paralímpica em Portugal, o desporto adaptado, os seus projectos e garante um maior foco nos atletas do Projecto de Preparação Paralímpica Londres 2012.

O desenvolvimento deste projecto apenas seria possível com o apoio de uma organização com um forte know-how tecnológico. Por isso, o CPP contou com a gestão de projecto e desenvolvimento aplicacional por parte da Vilt Group, empresa portuguesa em forte crescimento, especializada em Enterprise Content Management (ECM). Inteiramente em pro bono, esta acção de responsabilidade social beneficia em muito o projecto paralímpico. As tecnologias eleitas pela Vilt para o desenvolvimento deste website foram o MS SharePoint 2007 e um sistema de gestão de base de dados relacional MS SQL Server 2008.

A parceria foi complementada com a participação da Mobbit, empresa portuguesa especializada em digital signage, que desenvolveu as maquetas. A multinacional americana Microsoft foi igualmente um contribuidor chave, tendo disponibilizado, no âmbito da sua área de responsabilidade social, um conjunto de softwares próprios.

The Paralympic Committee of Portugal (CPP) has a new website, available since July. The new address is www.paralimpicos.eu, from which CPP divulges even further information concerning the Paralympic cause in Portugal, the adaptive sport and its projects and assures a sharper focus on the athletes of London 2012 Paralympic Preparation Project.

This project's development would only be possible with the support of an organization possessing a strong technological know-how. Therefore, CPP counted on the project and application development management of Vilt Group, a fast growing Portuguese company specialized in Enterprise Content Management (ECM). Fully pro bono, this action of social responsibility is greatly beneficial to the Paralympic project. The technologies chosen by VILT for developing this website were MS SharePoint 2007 and a relational database management system MS SQL Server 2008.

Mobbit, a Portuguese company specialized in digital signage, complemented the partnership by developing the models. The American multinational Microsoft was also a key-contributor, making available, within the frame of its social responsibility area, some of its own software.

"ESTE PROJECTO CATIVOU-NOS DESDE O PRIMEIRO MOMENTO"

Três perguntas a Tiago Gavinhos,
responsável de marketing da Vilt Group

O QUE LEVOU A VILT GROUP A ELABORAR O NOVO SITE DO CPP?

A VILT é uma empresa que teve sempre uma participação activa a nível social, quer no apoio aos mais carenciados, através de donativos a várias instituições de solidariedade social, quer no apoio à actividade desportiva, patrocinando atletas nacionais, como foi o caso do José Costa, velejador nacional.

O projecto do CPP cativou-nos desde o primeiro momento, pelos valores que representa: a inclusão social, igualdade e excelência desportiva, a capacidade de nos superarmos e de ultrapassarmos obstáculos. É uma causa verdadeiramente nobre e é um orgulho para a VILT poder contribuir de alguma forma para esta causa.

QUAIS CONSIDERA SEREM AS PRINCIPAIS MAIS-VALIAS DO NOVO SITE DO CPP?

O novo site faz parte de um programa abrangente do CPP em termos comunicação,



"THIS PROJECT WON US FROM THE VERY FIRST MOMENT"

Three questions to Tiago Gavinhos, marketing responsible person for Vilt Group

WHAT LED VILT GROUP TO ELABORATE THE NEW CPP SITE?

VILT is a company that has always been active at social level by helping the most needing people, through donations to several institutions of social solidarity, and by supporting sports activity, through sponsorships to national athletes, as was the case of José Costa, the national sailing sportsman.

The CPP project won us from the very first moment, because of the values it represents: social inclusion, equality and sport excellence, the ability to surpass oneself and to overcome obstacles. It is a truly noble cause and VILT is very proud of contributing somehow to this cause.

WHAT ARE THE MAIN VALUES ADDED TO THE NEW CPP SITE?

The new site is part of a CPP comprehensive programme involving several means in terms of communication intending to make people

que visa aproximar as pessoas do desporto paralímpico e que envolve vários meios. No site, para além da nova imagem mais apelativa, penso que há a destacar a quantidade e qualidade da informação disponível sobre o CPP, projectos, atletas, modalidades e eventos, utilizando conteúdos multimédia como a imagem e o vídeo. A integração com redes sociais como o Facebook, o Youtube e o Twitter são outros aspectos a realçar, os quais poderão trazer mais seguidores ao desporto paralímpico.

O NOVO SITE DISPÕE DE UMA ÁREA RESERVADA. QUAL A SUA UTILIDADE?

Tem por objectivo permitir aos atletas e técnicos interagir com os serviços do CPP online, acedendo a informação confidencial, como por exemplo os pagamentos das suas bolsas.

come closer to Paralympic sport. In the site, besides a new more appealing image, I think you can underline the quantity and quality of available information regarding CPP, projects, athletes, sports and events, using multimedia contents such as image and video. Integration with social networks like Facebook, YouTube and Twitter are other aspects to highlight for they can bring more followers to Paralympic sport.

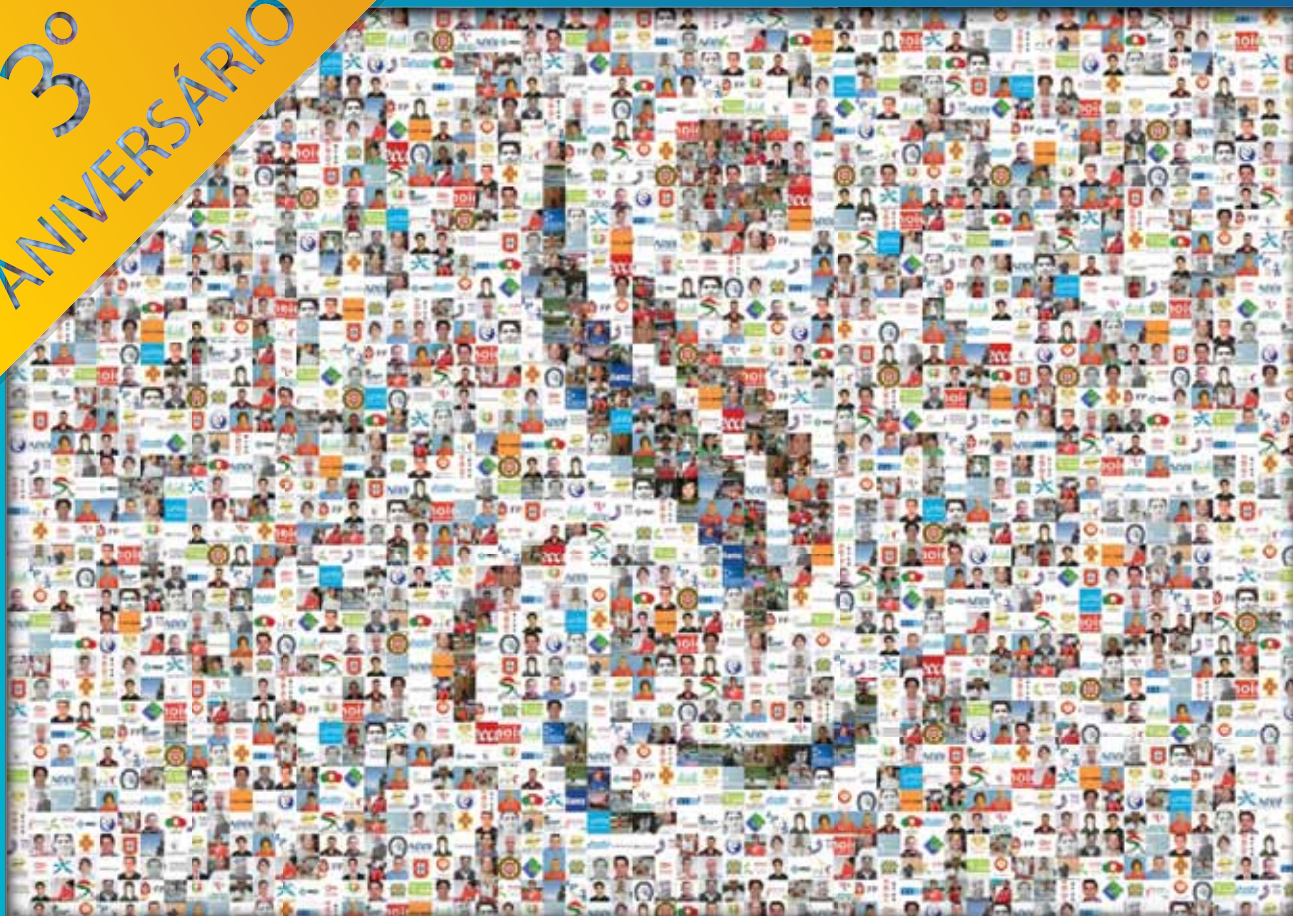
THE NEW SITE HAS A RESERVED AREA. WHAT IS THE USE OF IT?

It lets the athletes and technical staff interact with CPP services on-line, allowing access to confidential information such as their grants payments.

A integração com redes sociais como o Facebook, o Youtube e o Twitter são outros aspectos a realçar, os quais poderão trazer mais seguidores ao desporto paralímpico.

Integration with social networks like Facebook, YouTube and Twitter are other aspects to highlight for they can bring more followers to Paralympic sport.

3^o ANIVERSÁRIO



É COM MUITA ALEGRIA E GRATIDÃO QUE O COMITÉ PARALÍMPICO DE PORTUGAL ASSINALA O SEU TERCEIRO ANIVERSÁRIO.

Juntos, e com orgulho, partilhamos uma caminhada pela Igualdade, Inclusão e Excelência Desportiva!



COMITÉ PARALÍMPICO
PORTUGAL

patrocinador principal:
main sponsor:



patrocinador oficial:
official sponsor:

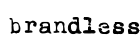


parceiro:
partner:



parceiros pro-bono:
pro-bono partners:

PORTUGAL



parceiros institucionais:
institutional partners:



fornecedor oficial:
official supplier:



media:
media:



Ficha Técnica
Technical Record

Propriedade Property:
Comité Paralímpico de Portugal
Paralympic Committee of Portugal

Distribuição gratuita Free-of-charge

Director Director:
Humberto Santos

Editor Editor:
Vera Medeiros

Edição Publication:
Comité Paralímpico de Portugal
Paralympic Committee of Portugal

Design Design White_Brand Services

Sede Head Office:
Rua do Sacramento Nº 4 - R/C, Fanqueiro,
2670-372 Loures

www.comiteparalimpicoportugal.pt