

# MAIS...

mais informação, mais comunicação



**MAIS INFORMAÇÃO.  
MAIS COMUNICAÇÃO.  
[www.appacdm-lisboa.pt](http://www.appacdm-lisboa.pt)**

# MAIS INFORMAÇÃO. MAIS COMUNICAÇÃO.

[www.appacdm-lisboa.pt](http://www.appacdm-lisboa.pt)  
N.º 25 | Abril 2013



Caros Amigos,

Vivemos momentos de preocupação coletiva quanto ao futuro das organizações.

Cabe-nos gerir os recursos disponíveis de forma muito criteriosa mas, paralelamente, procurar meios de aumentar receitas.

Temos tido o apoio de parceiros e financiamento para projetos específicos, no entanto, vivemos num equilíbrio precário demasiado sensível.

Conscientes do potencial institucional e, tendo em conta a importância do empreendedorismo na Economia Social, a APPACDM propõe-se criar uma estrutura transversal a toda a Instituição, que crie condições a médio prazo para rentabilizar a atividade já desenvolvida, que a potencie e procure novas oportunidades que possam gerar atividade remunerada nas condições possíveis para a população que atendemos e receitas para a Instituição.

Estamos confiantes que esta estrutura criará mais-valias como meio complementar de financiamento e terá como missão contribuir para a criação de uma “Marca” diferenciadora no universo das instituições sociais.

O projeto da estrutura que propomos está a ser construído, de forma a permitir candidatura específica do próximo Quadro Comunitário 2014-2020.

UM ABRAÇO A TODOS.

*Nuno Soares Franco*  
*Presidente da Direção*



## MAIS... APPACDM

### Assembleias Gerais

Realizaram-se, no passado dia 18 de Abril, duas Assembleias Gerais da nossa Instituição, com o objetivo de aprovar o Relatório e Contas do ano de 2012 e prestar informações sobre o Património. Brevemente estarão disponíveis no nosso site as respetivas atas.

As Assembleias Gerais são momentos muito importantes na vida da Instituição e são, por definição, oportunidades de participação e envolvimento dos associados nas decisões Institucionais.

Reconhecendo, todos nós, a importância destes momentos, precisamos de encontrar ações que estimulem a participação do maior número possível de associados.

**A APPACDM de Lisboa somos todos nós.**



## IRS solidário

### Ajude-nos a criar mais sorrisos.

No Anexo H, correspondente a Benefícios Fiscais e Deduções, no quadro 9, assinale Instituições Particulares de Solidariedade Social, e que no campo 901 escreva o NIF 504646788 da APPACDM – Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental de Lisboa.

**Contamos com a sua ajuda!  
Obrigada!**

visite-nos em:

[www.http://appacdm-lisboa.pt](http://www.appacdm-lisboa.pt) | <https://www.facebook.com/APPACDM.Lx>



## MAIS... desafios

### O Maior cachecol da APPACDM de Lisboa

A cliente Melissa Alminha lançou um grande desafio a toda a equipa, clientes e significativos do Bloco da Ajuda – a elaboração do maior cachecol da APPACDM de Lisboa.

Para a realização desta obra, cada participante foi incluído num concurso, em que o vencedor seria aquele que realizasse o maior cachecol. No final, todos os cachecóis seriam unidos para surgir então o maior cachecol da APPACDM, feito com a colaboração de todos.

Assim, no dia 6 de Março, deu-se início ao concurso, no ginásio do Centro Bonny Stilwell, onde todos agarraram nas agulhas e lãs das mais diversas cores! Famílias, clientes e colaboradores puseram as mãos “nas agulhas” e começaram a tricotar !

Durante todos os bocadinhos, horas de almoço, intervalos, viagens de autocarro até a casa... lá andavam os cachecóis a tomar forma e cor nas mãos de todos os participantes.

Até que finalmente chega o dia 10 de Abril, que deu o concurso por terminado. Todos se juntaram novamente no ponto da partida, ginásio do centro Bonny Stilwell e foram medidos e apreciados todas as obras de arte que ali surgiram. O comprimento final correspondente à soma das partes foi 32,46m.

A dona da ideia - Melissa Alminha não cabia em si de tanto contentamento, e a vencedora do concurso foi a Inácia Mendonça que tinha o maior cachecol (2,75m), e sem dúvida o mais original aos olhos de todos.

Houve até quem dissesse que o cachecol vencedor deveria estar na exposição da Joana Vasconcelos, que está aqui no Palácio da Ajuda, mesmo ao pé de nós!

***Obrigada  
pela participação de todos!***







## MAIS... Família

### Reunião de Pais

Ainda no mês de Março, no dia 25 por volta das 14horas, realizou-se a reunião de pais/significativos dos clientes do Bloco da Ajuda.

Esta reunião foi convocada pela Diretora Adjunta Filomena Abraços, no sentido de esclarecer as famílias acerca do que é um centro de atividades ocupacionais, quais os serviços e atividades que oferece, e ainda estimular a participação e envolvimento das famílias na dinâmica do centro.

Esta reunião teve uma adesão de 70% por parte das famílias, o que foi muito positivo.

Todos os Técnicos tiveram oportunidade de explicar o seu trabalho com os jovens/adultos clientes deste centro, e o leque de atividades com eles desenvolvidas. Os pais/significativos ficaram muito satisfeitos e admirados com a quantidade de atividades que o centro oferece, pois verbalizaram que não faziam ideia que a variedade era tão rica.

Posteriormente seguiu-se um lanche convívio e os familiares deslocaram-se até às salas de atividades ocupacionais onde puderam também trocar ideias com os monitores e auxiliares do centro.

Esta iniciativa foi de grande importância, não só para informar acerca do trabalho desenvolvido com os clientes, verificar o grau de satisfação das famílias, mas também para um estreitamento ainda maior na relação entre significativos e colaboradores, no sentido de apelar à participação ativa destas famílias.

Essa participação passa por levantar questões, esclarecer dúvidas, lançar desafios, dinamizar ações, promover a satisfação de todos, para juntos trabalharmos para o mesmo objetivo, que é a qualidade de vida dos nossos clientes.

## MAIS... Pessoas

### Formação em informática

Os conhecimentos de Informática na ótica do utilizador são uma necessidade básica e transversal a qualquer profissional, pelo que a APPACDM de Lisboa reuniu um conjunto de Colaboradores, de vários grupos funcionais, para se atualizarem na aplicação Microsoft Windows, em termos de processamento de texto (Word) e de folha de cálculo (Excel).

Estas duas ações de formação decorreram nas instalações do CaF, na Quinta do Infantado (Loures), contando com a monitorização da Dra. Ana Azevedo, que se revelou uma técnica de informática totalmente disponível para esclarecer dúvidas e partilhar conhecimentos.

Completaram-se assim 900h de formação neste domínio temático, ultrapassando o número previsto no Plano de Formação 2012/2013 financiado pelo Programa Operacional para o Potencial Humano a que a APPACDM de Lisboa se candidatou.

Contou-se com um grupo de 18 formandos de várias estruturas. Qualquer um dos participantes considerou a formação muito interessante e com exercícios que permitiram colocar em prática os conhecimentos teóricos transmitidos, sendo agora necessário continuar a utilizar esta(s) ferramenta(s) para se ultrapassarem as dificuldades quotidianas, apoiar o planeamento e as várias atividades existentes na Associação.

A Formação Profissional é considerada pelos Colaboradores da APPACDM de Lisboa como uma mais valia para o desenvolvimento das competências, havendo sempre muita disponibilidade por parte das chefias para incentivar e disponibilizar os membros das suas equipas. Todos sabem que esta medida de gestão de recursos humanos constitui um “direito” e um “dever” dos trabalhadores, uma vez que a legislação refere ser dever do empregador “contribuir para a elevação da produtividade e empregabilidade do trabalhador, nomeadamente proporcionando-lhe formação profissional adequada para desenvolver a sua qualificação” e ser dever do trabalhador “participar de modo diligente em ações de formação profissional que lhe sejam proporcionadas pelo empregador”.

É indiscutível a importância do envolvimento, da participação, da flexibilidade e do empenho de todos como forma de valorização do capital humano, pois só assim se consegue a resolução de eventuais dificuldades e dos desafios inerentes aos diversos contextos profissionais, tornando as organizações cada vez mais capazes para anteciparem problemas e responderem às solicitações crescentes do mercado global e competitivo onde hoje vivemos.

## MAIS... Atividades

### Bloco Julia Moreira



## Dia da Mulher

O dia da Mulher foi comemorado no Bloco da Júlia Moreira com a realização de um Placard onde as MULHERES clientes expressaram o que para elas é ser mulher, foi ainda oferecido a todas estas grandes MULHERES colares coloridos e que elas adoraram...

As colaboradoras do Bloco também receberam flores!

Foi um dia diferente, cheio de cor e alegria, AS MULHERES FORAM RAINHAS POR UM DIA!!!!



## 23ª Meia Maratona de Lisboa



No dia 24 de Março realizou-se a 23ª Meia Maratona de Lisboa, com a tradicional passagem da Ponte 25 de Abril. O Bloco da Júlia Moreira e o Lar Residencial das Pedralvas uniram-se nesta iniciativa e também participaram num dia que visou juntar Clientes, Colaboradores e Significativos numa caminhada saudável e desportiva, mas também um momentos de convívio e partilha entre todos.

Os participantes adoraram a experiência e querem repetir para o próximo ano!







## MAIS... Atividades Histórias na Creche

O Nabo Gigante, um conto original russo, recolhido por Alexis Tolstoi no séc. XIX, tem os ingredientes de um conto popular verdadeiramente hilariante, pensado para crianças com menos de 5 anos. Acompanha as atribulações de um simpático casal de velhinhos nesta nova versão, enriquecida com as belíssimas ilustrações de uma premiada artista irlandesa, Niamh Sharkey.

A convite da Creche, esteve presente a contadora de histórias e ed. de infância, Fernanda Dias que, com a participação de todos, crianças, pais e colaboradores proporcionando bons momentos de magia e alegria, como comprovam as imagens.



## MAIS... Comemorações Pessoa com Deficiência do Concelho de Cascais

No passado dia 16 de Abril, no âmbito das comemorações da Pessoa com Deficiência do Concelho de Cascais (CPD), um grupo de atletas do CAO "Casas de Alapraia" participou numa atividade de Hidroginástica, em conjunto com outras instituições. Participaram na atividade a Manuela, a Catarina, a Carla, o Froufe e o Jorge. Todos adoraram o convívio!

Esta atividade foi da responsabilidade do grupo de desporto da CPD, onde a nossa estrutura se encontra representada pela Prof.<sup>a</sup> Ana Eiró. Este grupo promete mais atividades e novidades ao longo deste ano.



## MAIS... Amigos

### Despedida de Voluntário



No dia 17 de Abril despedimo-nos do nosso Grande amigo e voluntário Jorge Brandão, a quem muito agradecemos o contributo, ao longo dos sete meses e meio e de quem vamos ter muitas saudades.

**Boa sorte para a sua nova etapa por terras de Sua Majestade!**

## MAIS... Parceiros

### Programa de Estágios

**Parceiros aderem ao Programa de estágios no âmbito das Ações de Apoio à Qualificação das Pessoas com deficiências e incapacidades:**

No passado dia 10 de abril, no âmbito da Auditoria EQUASS, foi o dia da visita do auditor ao Centro da “Quinta dos Inglesinhos” e contámos com a valiosa participação de alguns dos nossos Parceiros, que muito têm contribuído para que os nossos Formandos possam fazer o Estágio de Formação em Contexto de Trabalho no Âmbito das Ações de Apoio à Qualificação das Pessoas com Deficiências e Incapacidades. Actualmente temos 45 pessoas a fazer Formação Profissional para Pessoas com Deficiência e Incapacidades e em 2013 já iniciaram Formação em Contexto de Trabalho 7 desses formandos. Para além dos cinco parceiros presentes, também queremos deixar aqui um agradecimento a todas as Entidades, que apesar dos difíceis tempos que o País atravessa, continuam a colaborar e a apostar na inclusão dos nossos Formandos e Clientes.

- “Abracinhos Divertidos”;
- Agrupamento de Escolas Anselmo de Andrade - Escola EB1/Jardim de infância do Pragal;
- Agrupamento de Escolas do Miradouro de Alfazina;
- Agrupamento de Escolas Romeu Correia - Escola da Alembrança;
- ANL (Associação Naval de Lisboa);
- Creche Nossa Sra. da Conceição do Cento Paroquial da Costa da Caparica;
- Creche Sagrada Família do Centro Paroquial Vila Nova da Caparica;
- Escola Secundária do Monte de Caparica;
- Gerações Tropicais (Tia Bé);
- Infantário a Irmanadora;
- Instituto Piaget Campus do Pragal;
- Junta de Freguesia da Caparica;
- Lar de S. Lázaro;
- Lar de São Tiago;
- Mistérios do Pão;
- Multiconde;
- Restaurante a “Doca”;
- Restaurante Sabores ao Quadrado;
- TAP PORTUGAL.

Esta foi a mensagem deixada pelo Sr. Jorge...

*Caros amigos,*

*Na hora da despedida, difícil mas inevitável, quero manifestar de novo quanto me foi grato conhecer-vos e lidar convosco diariamente.*

*Parto mais rico pois tive oportunidade de conhecer pessoas encantadoras, dedicadas e solidárias.*

*Desejo a todos as maiores felicidades.  
Um grande abraço  
Jorge Brandão*



## MAIS... Cidadão

### Linha do Cidadão com Deficiência do Provedor de Justiça



Está em funcionamento, desde o dia 22 de Abril, a Linha do Cidadão com Deficiência do Provedor de Justiça.

As Nações Unidas estimam que o número de pessoas com deficiência ou incapacidade ronde os 650 milhões de pessoas em todo o mundo, e que cerca de 15 a 20% da população de cada país possua algum tipo de deficiência ou incapacidade.

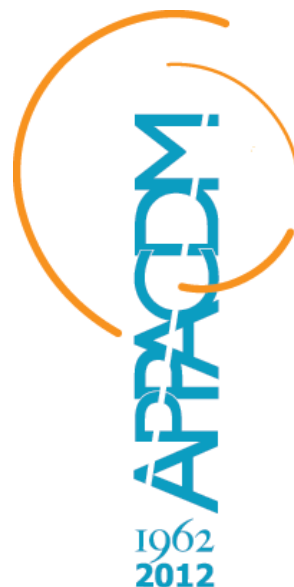
Os dados acerca do número de pessoas com deficiência em Portugal, embora escassos, indicam, segundo os Censos de 2011, que cerca de 17,8% da população portuguesa com cinco ou mais anos de idade declarou ter muita dificuldade, ou não conseguir realizar, pelo menos, uma das seis atividades diárias (ver, ouvir, andar, memorizar/concentrar-se, tomar banho/vestir-se, compreender/fazer-se entender). Na população com 65 ou mais anos, este indicador atinge os 50%, fator que a impossibilitará que, em interação com o meio, seja exercida de forma plena a cidadania.

É neste contexto que a implementação da Linha do Cidadão com Deficiência do Provedor de Justiça tem por objetivo o esclarecimento de dúvidas e a resolução de questões apresentadas, não só por pessoas com deficiência, mas por todos aqueles que, de uma ou de outra forma, estão relacionadas ou pretendem estar informadas acerca desta problemática da deficiência.

**A Linha do Cidadão Portador de Deficiência**

**– 800 208 462 –**

**é gratuita e funciona todos os dias úteis,  
das 9h30 às 17h30.**



**APPACDM Lisboa**

Av. 5 de outubro n.º 104 | 5.º andar

1050-060 Lisboa

Telefone 21 792 87 20

Fax 21 792 87 49

E-Mail [sedeapplx@mail.telepac.pt](mailto:sedeapplx@mail.telepac.pt)

[www.appacdm-lisboa.pt](http://www.appacdm-lisboa.pt)

Siga-nos no facebook em:

<https://www.facebook.com/APPACDM.Lx>

## Mais Apoio.

Com a Ajuda de todos criamos mais sorrisos. Obrigado.

Nib: 0010 0000 12745970001 32

# 50 anos a criar sorrisos