

# MAIS.

MAIS INFORMAÇÃO. MAIS COMUNICAÇÃO.

2016 | EDIÇÃO TRIMESTRAL



APPACDM de Lisboa | Juntos Criamos Sorrisos

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE PAIS E AMIGOS DO CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL DE LISBOA

## Editorial.

### Olhar retrospectivo

Dezembro, como final de um ciclo suscita o balanço ou o olhar retrospectivo sobre o ano que agora termina.

Volvidos nove anos, retornei ao voluntariado ativo, como presidente da direção desta nossa Instituição.

Durante aquele período mantive-me próximo, quer porque atento, como pai, à dinâmica da estrutura que o Tiago frequenta, quer como associado, interventivo que procurei ser, nos diferentes espaços de participação.

No regresso, encontrei uma Instituição onde o empenho afetivo dos colaboradores e voluntários, em articulação com parceiros e famílias, continua elemento diferenciador essencial na vida das pessoas a quem prestamos serviços.

No âmbito da organização, é de assinalar uma maior sistematização nos procedimentos, associada às atuais exigências de qualificação das instituições de cariz social, dinamizada pela adopção do sistema de certificação de qualidade, na circunstância o "EQUASS ASSURANCE".

Como consequência do estímulo à melhoria contínua, que o EQUASS constitui, resulta uma maior responsabilidade para que tal se traduza num efetivo incremento na qualidade da prestação do serviço junto das pessoas para quem existimos.

Em jeito de balanço de 2016, evidenciaria a realização de eventos vários com que procurámos materializar, não só a divulgação da instituição, mas também o reatar de relações de proximidade com famílias, utentes, colaboradores e parceiros, através de encontros, reuniões e atividades recreativas, entre outras.

Inevitável é também a referência às dificuldades impostas pelas políticas sociais e pelo contexto socioeconómico do país, presentes na obrigação de uma gestão criteriosa dos recursos existentes, exigindo contenção nos custos e adicional capacidade de motivação e de participação.

Mas Dezembro é sobretudo, NATAL, data muito especial para os nossos utentes, pela genuinidade com que a vivem. Por isso nos Centros, é sempre um período de particular alegria, estimulada pelas festas e atividades dinamizadas pelos nossos colaboradores, e em que contamos sempre com a presença das famílias.

Dezembro é também, o tempo em que se idealiza/esboça o ano novo, o futuro.

Esperam-nos novos desafios, novas iniciativas, que encararemos com esperança e energia.

Retomo, pessoalmente e em nome do coletivo de que faço parte, o compromisso de, na medida das nossas capacidades e possibilidades, contribuir para o cumprimento sustentado da Missão da Instituição.

**Continuaremos a contar com a colaboração de TODOS, desejando-vos UM ANO NOVO CHEIO DE ESPERANÇA, PAZ e AMIZADE.**

## MAIS... proximidade.

### Reunião de colaboradores

Prosseguindo o objetivo de **maior proximidade com utentes, famílias e trabalhadores**, conforme assumido no início do mandato, teve lugar no **Centro Júlia Moreira, a 12 de dezembro de 2016, uma reunião da direção com o núcleo representativo dos colaboradores.**

Acreditamos que estas ações favorecem a comunicação, motivação e a oportunidade de a organização beneficiar de sugestões de melhoria, elementos que contribuem para a coesão social e consequentemente para o bem-estar dos nossos utentes.

Contámos com a presença de 22 colaboradores, de diferentes estruturas e categorias profissionais, tendo a Direção começado por se centrar nas principais orientações constantes do plano de acção para 2017 com enfoque nas que mais influenciam, a sustentabilidade da instituição, nomeadamente:

- redução do financiamento do acordo do CAO J. Moreira;
- suspensão de atividade da Escola de Educação Especial (Bonny Stilwell);
- atualização salarial de algumas categorias profissionais, de acordo a Convenção Coletiva do Trabalho;
- atualização do salário mínimo nacional.

A Direção partilhou a sua preocupação nesta matéria e a necessidade de tomar medidas que minimizem o seu impacto contando, uma vez mais, com o empenho e a compreensão de todos. Recordou o esforço que tem sido feito, também por direções anteriores, na redução dos custos, com particular incidência nos recursos humanos, mas que havia limites que não estando ultrapassados, deveriam ser considerados em função da qualidade do atendimento. Por isso, embora a possibilidade de realização se possa situar no médio prazo, a concentração de estruturas, visando minimizar custos de funcionamento, deverá ser explorada.

Nessa medida a direção informou estar em curso a avaliação de algumas dessas – poucas - oportunidades, que poderão passar pelas realocações da Sede e do Lar da Penha de França, tema que será retomado logo que ponderadas todas as variáveis e condicionantes envolvidas.

Mais avançada estaria a transferência do CAO de Sta Clara para a Júlia Moreira, sem a atividade específica de tipografia, ponderado também o fim do contrato de arrendamento daquela instalação em setembro de 2017.

Também foi anunciada a urgente necessidade de substituição de pelo menos uma carrinha e lembrado o esforço permanente de conservação do edificado e de resposta aos requisitos definidos pela Segurança Social.

Os colaboradores partilharam preocupações/necessidades no âmbito da conservação do edificado e do equipamento informático, cuja funcionalidade consideram aquém das necessidades.

Congratulamo-nos pela possibilidade de termos um papel atuante, nestas iniciativas, que reforçam sinergias entre as diferentes partes interessadas e contribuem para o desenvolvimento sustentável dos valores da instituição.

### Encontro de Representantes dos Utes



No âmbito do trabalho desenvolvido pelos Departamentos de Psicologia e Serviço Social, no sentido de promover a autodeterminação dos utentes da APPACDM de Lisboa, o CAO Ajuda organizou o VII Encontro de Representantes dos utentes. Este encontro realizou-se no passado dia 9 de Novembro, no Centro de Atividades Ocupacionais Bonny Stilwell e contou com a presença de 26 representantes das várias estruturas. O tema "**O Bullying nas Relações Interpessoais**", surgiu do trabalho desenvolvido em cada estrutura e foi uma escolha feita com base nas suas reais preocupações e necessidades.

Para a dinamização do encontro, contámos com o empenho dos colaboradores das diversas estruturas e com a indispensável ajuda e conhecimento de dois agentes da PSP do Programa Escola Segura.

## MAIS NATAL.

### CASAS DE ALAPRAIA



Em Alapraia fizemos o habitual convívio familiar. Organizámos um *atelier*, com o respetivo material, em que as famílias se juntaram para criar uma árvore de Natal. Esta atividade despertou a criatividade, promovendo a confraternização entre todos. Foi uma festa alegre e tranquila!



### CENTRO DE ATIVIDADES OCUPACIONAIS DA AJUDA



Ajuda não é apenas o local onde nos encontramos, mas sim uma palavra que nos caracteriza! Em parceria com o Cordão da Amizade da Rádio Renascença, fizemos um apelo junto das famílias, amigos e colaboradores e recolhemos vários produtos de primeira necessidade para quem mais precisa, tendo nós a certeza que vão chegar direitinhos aos seus destinatários.

A Festa de Natal contou uma vez mais com um público muito participativo que encheu o auditório e se maravilhou com as diferentes apresentações e surpresas preparadas. O programa foi divertido, e contou com a participação de utentes e colaboradores em diversas atuações.

### LAR RESIDENCIAL DA PENHA DE FRANÇA



Com a presença de utentes, familiares, equipa, convidados especiais e tivemos ainda um momento musical, dinamizado pelo nosso Musicoterapeuta, foi possível criar um ambiente Natalício e muito caloroso ao agrado de todos.

A entrega das prendas foi o momento "alto" da noite. O Pai Natal trouxe um maravilhoso presente das famílias desta Residência: uma aparelhagem de som e DVD com Karaoke! Com a festa de final de ano a aproximar-se, certamente iremos testar as nossas capacidades artísticas!

Para celebrar o Natal, não faltou o passeio à baixa para ver as luzes e muitas outras surpresas que foram surgindo pelo caminho. Repetiremos este passeio no Ano Novo!

## QUINTA DOS INGLESINHOS



Também na Quinta o “sabor” do Natal foi muito especial!

Os momentos de festa, contaram com o entusiasmo e a alegria dos utentes e formandos na atuação “Circo La Lune”. Como sempre o PAI NATAL marcou presença e, entre outros presentes, trouxe as tão desejadas televisões que irão animar os espaços de convívio do centro.

No habitual jantar de Natal dos residentes, não faltaram as delícias desta quadra nem os presentes.

## CENTRO DAS PEDRALVAS



Porque o Natal deve ser comemorado com a família e os amigos, Pedralvas reuniu, uma vez mais, todos aqueles que fazem a diferença na vida dos nossos utentes.

Foi sem dúvida uma tarde de afetos, boa disposição e muita animação.

## CENTRO JÚLIA MOREIRA



No Centro Júlia Moreira foram várias as atividades de Natal, entre ateliers e passeios, não esquecendo o convívio com as famílias no almoço e jantar de Natal, para CAO e Lar, respetivamente.

O grupo de teatro Nós, atuou no dia 25 de novembro, no Museu de Lisboa, para uma escola de ensino básico e no dia 7 de dezembro no Lar das Pedralvas.

## MAIS voluntariado.

### Se eu dou também recebo e muito... em carinho, em ternura

Os repórteres da Rádio Acreditar entrevistaram Joana Rodrigues, professora durante 37 anos e agora voluntária na Residência da Penha de França desde setembro de 2014.

Em poucas perguntas percebemos que para Joana Rodrigues a APPACDM de Lisboa é uma família que ganhou desde que dedica, parte do seu tempo, a ajudar-nos no trabalho administrativo.

#### **Porque decidiu ser voluntária?**

Quando me reformei queria fazer qualquer coisa. Fui perguntando o que seria preciso e o que se podia fazer, já conhecia a APPACDM de Lisboa há muitos anos, cerca de 30 anos.

#### **Porque é voluntária?**

Porque gosto de ajudar, gosto de conviver, não gosto de estar em casa sem fazer nada.

#### **Porque escolheu a Penha de França?**

Porque conheço a Instituição tal como disse há 30 anos e por coincidência tenho um familiar que está ligado à Instituição.

#### **Gosta de nós?**

Gosto muito. Alguns conheço já há algum tempo.

#### **O que é para si ser voluntária?**

É estar disposto a fazer pelos outros qualquer coisa em que a recompensa que temos não é o salário não é o dinheiro, mas sim a amizade, a estima, a ajuda porque se eu ajudo como voluntária vocês também me ajudam a mim. Se eu dou também recebo, e muito.... em carinho, em ternura. Quando comecei a ser voluntária alarguei a minha família!

#### **E só faz voluntariado na nossa instituição?**

Não. Sou voluntária também noutros locais onde dou "aulas" de português, porque quando trabalhava, a minha profissão era Professora de Português.

#### **Gosta de estar na Penha?**

Gosto muito, embora esteja pouco tempo com os utentes devido aos horários de chegada deles à residência, mas faço sempre por conseguir estar um bocadinho com eles. Sempre que é possível levo outros amigos para estarem com os utentes e assim já fizemos uma apresentação de música com violas e flautas, e eles gostaram muito.

#### **Já agora queremos saber o que faz nos tempos livres, quando não faz voluntariado?**

Gosto de concertos, bailados, música, teatro cinema, museus. Agora estou muito contente, porque ando a aprender flauta e italiano na universidade sénior.

**Muito obrigada Joana. Foi um prazer conversar consigo, uma pessoa bem-disposta e cheia de energia. Também gostávamos que fosse nossa voluntária, no CAO Ajuda!**



## MAIS partilha.

### Visita do Ministério da Assistência e Reinserção Social da República de Angola

No dia 20 de outubro, recebemos a visita da delegação do Ministério da Assistência e Reinserção Social da República de Angola.

Esta visita teve como principais objetivos a partilha de experiências quanto aos modelos de intervenção junto da pessoa com deficiência intelectual e incapacidade, no sentido de promover a sua gradual autonomia e inclusão social. De manhã foi visitado o CAO da Ajuda, em que presenteámos as nossas visitas com uma animada atuação do Grupo Pé de Dança. A visita prosseguiu da parte da tarde no Lar das Pedralvas onde, para além da visita às instalações, foi feita uma apresentação da instituição, no que respeita ao funcionamento das diferentes estruturas e serviços que prestamos.

Este momento proporcionou ainda a reflexão sobre os modelos utilizados na intervenção com os nossos utentes e o paradigma vigente em Angola. O nosso utente Ivan Simons foi o responsável pela reportagem fotográfica!



## MAIS responsabilidade social.

### Grupo Traço de União

No âmbito da responsabilidade social a Cooperativa Traço de União, pelo 6º ano consecutivo, fez um donativo de 5% das receitas realizadas no Espaço Essências-DaySPA e Terapias à APPACDM de Lisboa, entregue na festa de Natal do Lar das Pedralvas, pelo diretor André Leite.

Mais uma vez agradecemos a vossa generosidade e gesto solidário. Juntos criamos sorrisos!



### SCHINDLER no Centro Júlia Moreira

Os colaboradores da **SCHINDLER**, através da empresa **Neves de Almeida**, nossa parceira em outros eventos semelhantes, estiveram no Centro Júlia Moreira, no passado dia 8 de Dezembro, numa ação de responsabilidade social.

Esta ação permitiu a remodelação da sala do grupo 1, para utentes com deficiência intelectual severa. Entre as aquisições destacamos um cadeirão articulado, um retroprojetor, um sofá e uma lona gigante com paisagem relaxante, que certamente irá proporcionar mais conforto e bem-estar.

### Ação Solidária - Valéria Olivari

No dia 25 de novembro, um grupo de 10 utentes da Residência da Penha de França e do Centro Júlia Moreira, estiveram numa ação solidária, a convite de Valéria Olivari, da Empanaderia y Pasteleria Las Cholas.

Para além de participarem na decoração da árvore de Natal e confeccionarem umas deliciosas pizzas para o almoço, também saborearam algumas iguarias da gastronomia Peruana.

Ainda houve tempo para cantarem e dançarem na companhia dos padrinhos e madrinhas – os amigos da Valéria Olivari, que aceitaram o seu convite para abraçar esta ação. No final, cada utente recebeu um presente!

Obrigado pelo convite e pela partilha!



## Também somos socialmente responsáveis!

Nos dias 9 e 10 de novembro, as Casas de Alapraia, em parceria com a Câmara Municipal de Cascais e outras instituições, participaram numa ação de Responsabilidade Social com o objetivo de recolher produtos em benefício dos animais (cães e gatos), acolhidos pela Associação São Francisco de Assis.

Esta iniciativa deu a oito utentes a oportunidade de exercer a cidadania ativa, em prol desta associação que desenvolve um trabalho meritório, acolhendo e prestando cuidados aos animais vítimas de abandono. Porque somos amigos dos animais, ficámos felizes por termos angariado 182 unidades que farão as delícias dos cães e gatos desta Associação.



## MAIS criatividade.

### CRIDEM 2016 - 14º Concurso Nacional

O CRIDEM 2016 - 14º Concurso Nacional de Expressão Plástica de Pessoas com Deficiência Intelectual, proporcionou à população com deficiência intelectual a oportunidade de mostrar o seu potencial criativo.

A APPACDM de Lisboa participou nesta iniciativa com a obra "**Pedaços de Vida**" de Paula Guelho, Manuela Oliveira, Ana Portas e Manuel António Mota do Lar Residencial de Pedralvas, que recebeu, na categoria de Desenho, uma Menção Honrosa.



## MAIS Projetos e Inovação.

### COMUNIC'LAB - BPI Capacitar

A APPACDM de Lisboa recebeu no dia 5 de Dezembro a uma **Menção Honrosa no valor de 19.093 Euros com o Projeto COMUNIC'LAB**, atribuída pelo **Programa BPI Capacitar**. A associação foi distinguida entre 305 candidaturas, tendo sido 19 projetos eleitos este ano.

Este projeto destina-se a equipar "**Laboratórios de Comunicação**" em dois Centros de Atividades Ocupacionais (Ajuda e Júlia Moreira), com tecnologia adaptada. Pretende-se alargar e atualizar a experiência da **Rádio Acreditar** numa outra dimensão, alargando a experiência ao espaço da *web*.

Ficamos agradecidos pela aposta que o BPI faz num trabalho que irá trazer muitas alegrias aos nossos utentes, e sobretudo que irá os capacitar para novos desafios.



## Musicoterapia

Desde o mês de setembro que as **Casas de Alapraia**, em colaboração com a empresa "**Clave de Ti**", levaram a cabo o projeto na área da musicoterapia, **cofinanciado pelo INR**.

Este projeto possibilita aos **25 utentes** do Lar Casas de Alapraia, experimentar a música e os seus elementos (ritmo, melodia e harmonia), como meio facilitador de comunicação. O projeto irá permitir, através de dois encontros, a realizar no próximo mês de Dezembro, uma interação com a comunidade que nos é próxima e também com outras instituições convidadas ou alunos de escola regular.

Esta nova atividade tem sido muito positiva para todos e é com muito agrado que assistimos ao entusiasmo e empenho dos participantes durante as sessões.



*projeto cofinanciado pelo Programa de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P.*

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



Siga-nos no facebook em:  
[www.facebook.com/APPACDM.Lx](https://www.facebook.com/APPACDM.Lx)

## Mais Apoio.

Com a Ajuda de todos criamos mais sorrisos. Obrigado.  
Nib: 0010 0000 12745970001 32