

MAIS...

mais informação, mais comunicação

N.º 30 | MARÇO 2015



*"A vida é uma sucessão contínua de oportunidades."
Gabriel Garcia Marquez*

UNESCO certifica os nossos bailarinos

O grupo de dança 2FEET surge de um projecto da APPACDM de Lisboa que, em parceria com EDAK-Escola de Dança Ana Köhler, foi apoiado pela Fundação EDP Solidária.

Pag.3

Voltámos... e com muitos desafios

Medidas de Apoio Social

O Serviço Social, tal como entendido pela nossa Organização, orienta-se pelo constante interesse e conhecimento dos problemas, que afetam a qualidade de vida das famílias e das pessoas que diariamente temos o prazer de atender.

Pag.5

Sustentabilidade Ambiental O nosso FUTURO

Uma ideia simples. Criar a primeira cooperativa portuguesa de energias renováveis, através da qual qualquer pessoa poderia rentabilizar as suas poupanças investindo coletivamente em projetos de energia renovável. Como se se tratasse de uma aplicação bancária de longo prazo, mas utilizando projetos concretos e lucros reais.

Pag.4

Voltámos... e com muitos desafios

Ao longo dos 53 anos de vida da nossa Instituição, garantimos sempre, com maiores ou menores dificuldades, a actividade e os serviços que fomos prestando.

É certo que a comparticipação das famílias foi constante, ainda que com modelos ajustados ao longo do tempo, garantiu-se com maior ou menor justiça o princípio solidário entre famílias, em que as maiores comparticipações de uns, garantiram igualdade de oportunidades a todos sem exceção.

Esta matriz solidária identitária do nosso modelo associativo, foi acompanhada pelo Estado de forma muito diferente, consoante o entendimento que se fazia do sector.

Tudo começou por subsídios atribuídos casuisticamente e muito em função da capacidade de influência que se pudesse ter junto do poder político.

Foi na segunda metade da década de 70, que a preocupação em criar resposta para as crianças e jovens com deficiência, começou generalizar-se e ao movimento das famílias, o Estado respondeu em maior escala mas ainda de forma casuística.

Já nos anos 80, o objectivo do estado social e a nossa entrada na Europa, permitiram o desenvolvimento do princípio de cooperação entre Instituições e o Estado.

Nos últimos 25 anos, temos vindo a assistir à construção e desconstrução desta relação de cooperação, muito em função das opções ideológicas de quem em cada momento tem mandato para a governação.

No entanto, dada a dimensão que o movimento solidário atingiu e sendo consensual a sua imprescindibilidade na aplicação de políticas publicas, que garantam uma parte do que se entende como Estado Social, temos assistido na última década, a grandes e significativas alterações legislativas, que regulam a nossa actividade.

A sequência destas alterações legais, promoveu a qualificação das respostas asseguradas pelas Instituições, mas colocou sobre elas, uma pressão tutelar e inspectiva com custos muito significativos, não acompanhados na mesma proporção pelo financiamento do Estado.

A exigência na gestão, é hoje uma realidade bem diferente da de outros tempos e o novo enquadramento resultante da lei de bases da economia social, define novos contornos de actuação, sobre os quais devemos reflectir e fazer opções. O recentíssimo Dec.Lei 172-A/2014, actualiza e adapta o nosso estatuto jurídico a esta nova realidade e permite o acesso ao novo quadro comunitário, construído num conceito de economia social assente nas empresas sociais.

Neste quadro, que desafios acrescem aos já existentes?

Desde logo a alteração estatutária a que legalmente estamos obrigados até Novembro de 2015.

João Dias



UNESCO certifica os nossos bailarinos

O grupo de dança 2FEET surge de um projecto da APPACDM de Lisboa que, em parceria com EDAK-Escola de Dança Ana Köhler, foi apoiado pela Fundação EDP Solidária.

O grande objectivo desta iniciativa foi a criação de um grupo de jovens que possam aumentar o vocabulário em dança, técnica e valências artísticas.

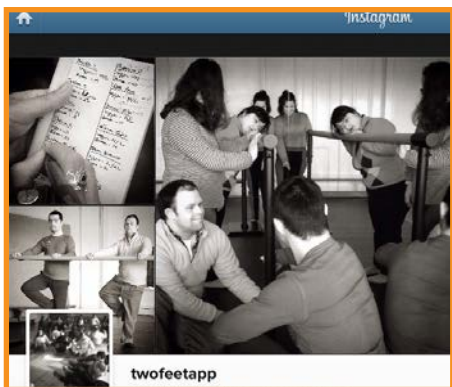
Este aumento de competências técnicas na área da dança, trará benefícios ao nível do desenvolvimento pessoal, bem estar físico e emocional, mas essencialmente da valorização da pessoa com deficiência intelectual, no desempenho de uma actividade artística de qualidade, que possa ser reconhecida pelo público geral.

Operacionalmente as aulas funcionam às 3^{as} e 5^{as}-feiras, sendo que a sua frequência dará acesso a uma **Certificação de Bailarino pelo Conselho Internacional de Dança da Unesco**.

Os jovens estão bastantes motivados e empenhados, a aumentar o seu vocabulário em dança clássica e contemporânea, e já deram início aos trabalhos para a criação da coreografia, que irão apresentar, daqui a um ano, numa sala de espectáculos de Lisboa.

Podem acompanhar o desenvolvimento deste grupo na página do **facebook** da associação em www.facebook.com/APPACDM.Lx, e no **instagram** em instagram.com/twofeetapp.

Táisia Espadinha



Eleição dos Representantes

Foi escolhido o 53º aniversário da APPACDM, dia 2 de Fevereiro, para a realização da **eleição dos representantes no bloco Júlia Moreira**. A campanha eleitoral decorreu nos dias 29 e 30 de Janeiro.

Na eleição houve lugar a seção de voto, cadernos eleitorais, urnas de votos. Foram eleitos todos os representantes do CAO e Lar. **Os representantes do Bloco, Nuno Carvalho e Nuno Aleixo foram eleitos com igual número de votos.**

Iolanda Furtado



RALLY PAPER

No próximo dia 30 de Maio, terá lugar mais uma edição do Rally Paper da APPACDM de Lisboa, desta vez com destino a Cascais.

Não perca!
Em breve daremos mais notícias.



Sustentabilidade Ambiental - O nosso FUTURO

Coopérnico

Cooperativa de energias renováveis

Uma ideia simples. Criar a primeira cooperativa portuguesa de energias renováveis, através da qual qualquer pessoa poderia rentabilizar as suas poupanças investindo coletivamente em projetos de energia renovável. Como se se tratasse de uma aplicação bancária de longo prazo, mas utilizando projetos concretos e lucros reais.

Tínhamos o conceito desenvolvido, plano de negócio estudado, a tecnologia era madura e a prova de conceito até já tinha sido feita, numa central de energia solar fotovoltaica em Tavira que produzia energia limpa há apenas 2 meses.

Mas não era suficiente, faltavam os locais para instalação de novas centrais de produção de eletricidade solar e o objetivo de aliar aos benefícios económicos e ambientais os sociais.

Reuni com pelo menos 6 instituições de solidariedade social, entre elas a APPACDM de Lisboa, que de imediato acolheu a nossa ideia, porque, tal como nós, partilham das mesmas preocupações e querem contribuir para um futuro, social e ambientalmente sustentável.

Antes do final do mesmo ano, mais precisamente em Novembro, entrava em funcionamento a segunda central fotovoltaica da Coopérnico, a primeira em Lisboa, e aquela a que nos referimos como sendo a mais

“fotogénica”: a central da Creche “a Tartaruga e a Lebre” da APPACDM de Lisboa.

Hoje, 2 anos depois de tudo começar, a APPACDM de Lisboa é muito mais que um parceiro, é um amigo que nos encoraja a continuar e nos apoia a inovar.

Nuno Brito Jorge
Presidente da Direção da Coopérnico

Criar Raízes

Uma entidade internacional - **CULTURA E DINTORNI** - convidou-nos para sermos parceiros, com uma proposta de projecto a submeter no âmbito do programa Erasmus+.

A proposta de projecto tem o nome **Roots to Fly** (“criar raízes para crescer”) e envolve actividades de partilha de experiências, com vista ao desenvolvimento de uma rede europeia que permita oferecer aos parceiros, novas ferramentas para apoiar as pessoas com deficiência intelectual e incapacidade de modo a ampliar as suas competências, promovendo a auto-estima, mobilidade e autonomia.

Aguardamos aprovação do projeto.

Economia Social

A Economia Social não é uma novidade e há muito que dela fazemos parte, a novidade é a formalização e regulação do papel de Instituições sem fins lucrativos, num espaço intermediário entre o estado e o mercado.

Não fazem parte do sector privado nem do sector publico, mas é incontornável o papel que desempenham na sociedade. As Instituições não estão imunes a correntes ideológicas e colocadas perante este desafio, correm o risco de perder a sua matriz diferenciadora e identitária.

A incorporação dos “valores” de mercado (eficácia a toda o custo, rentabilidade, competitividade, redução das pessoas a clientes e ou a capital humano), podem induzir comportamentos de concorrência, em oposição à relação e cooperação entre pares.

Feitas as escolhas certas, não deixaremos de manter o essencial da nossa identidade e de cumprir a nossa missão com qualidade, neste novo quadro que nos oferece tanto de ameaças como de oportunidades.

João Dias

Estatutos

Na sequência da comunicação do nosso Presidente da Mesa da Assembleia, Dr. Celso Manata, sobre o processo de alteração estatutária, destacam-se as principais alterações na lei.

O Decreto-lei 172-A/20014 reformula a nossa definição de IPSS, destacando-se o facto de a nossa actuação dever ser pautada pelo cumprimento dos princípios orientadores da economia social, definidos na Lei de Bases da Economia Social (30/2013).

Esta reformulação clarifica a separação entre os fins principais e os instrumentais.

Introduz normas que possibilitam um controlo mais efectivo dos titulares dos órgãos sociais (administração e fiscalização).

Clarifica as opções para a concretização da autonomia financeira e orçamental.

João Dias

Medidas de Apoio Social Contributos para o Diagnóstico Social

O Serviço Social, tal como entendido pela nossa Organização, orienta-se pelo constante interesse e conhecimento dos problemas, que afetam a qualidade de vida das famílias e das pessoas que diariamente temos o prazer de atender.

Baseado no Diagnóstico Social realizado numa amostra de 82 jovens a frequentar Apoio Ocupacional, evidenciam-se não apenas realidades que condicionam o serviço prestado, mas sobretudo que nos orientam no sentido de repensar a necessidade emergente de respostas inovadoras.

São disso exemplo o aumento da média de idades, atualmente de 36 anos, naquela valência. Também o fato de se verificar uma predominância de famílias monoparentais femininas, cuja média de idade dos cuidadores é de 68 anos. A fragilidade das redes de suporte merece igualmente a nossa reflexão; as exigências decorrentes da vida ativa dos irmãos e a acumulação de responsabilidades com seus próprios agregados, muitas vezes geograficamente distantes.

O número de famílias pensionistas é hoje mais de metade dos casos analisados. O rendimento familiar aponta sobretudo para a classe média e média-baixa, sendo este um indicador com perspectivas de evoluir nesta linha de tendência.

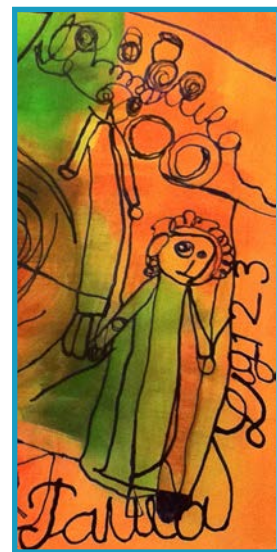
Outros fatores de risco são a incidência de doença crónica do cuidador, limitações da mobilidade física e até quadros de doença psiquiátrica/depressão. O isolamento social surge como natural consequência, muitas vezes acentuado pela existência de parentes colaterais a cargo (avós). Neste cenário, a pessoa com deficiência tem vindo a tornar-se ela própria um recurso e igualmente um cuidador.

A aposta em respostas inovadoras, fundamentadas no conhecimento real e documentado das situações, a adaptação e flexibilidade de métodos e instrumentos de diagnóstico, de horários e modalidades de atendimento aos familiares, também o incremento do trabalho em rede e parceria são caminhos a desenvolver e repensar. As nossas equipas de profissionais assumem desta forma o desafio de bem acompanhar todos aqueles que em nós confiam e são fonte de motivação e incentivo para continuar.

Observar, compreender para agir ajustados às necessidades é um compromisso assumido pelos técnicos da APPACDM de Lisboa, sempre disponíveis para contributos e sugestões.

Contamos com a participação de todos!

Autoria do estudo: APPACDM de Lisboa - Gabinete de Serviço Social
Diagnóstico Social 2015 – Bloco Ajuda



Carla Briosa

Síndrome de Down - Envelhecer com Saúde

Nas décadas de 70 e 80 a APPACDM de Lisboa, pela mão da Pedopsiquiatra Alice de Mello Tavares (Co-fundadora da APPACDM de Lisboa), distinguimo-nos na investigação sobre Síndrome de Down.

A experiência e o conhecimento adquirido em 53 anos de trabalho, em particular as pessoas com o Síndrome de Down, permite-nos saber o que as caracteriza bio-psico-socialmente.

Deveremos propor linhas de orientação que retardem a ação dos agentes de envelhecimento, numa perspetiva pluridisciplinar e multifatorial.

Sabemos que a esperança de vida das pessoas com Síndrome de Down, até há poucos anos, era bastante reduzida, estando bem caracterizadas, até aos 18 anos, as doenças que mais os afetam.

Observamos no dia-a-dia, sinais relacionados com a progressiva dificuldade na execução de atividades resultante das alterações físicas e mentais que se manifestam precocemente.

A necessidade de conhecer, caracterizar e estudar, os mecanismos do envelhecimento, os fatores de morbilidade e co-morbilidade, os quais terminam geralmente em morte ou situação clínica irrecuperável, está na origem deste estudo.

Propomo-nos realizar um estudo científico cujo objetivo se alicerça no conhecimento dos mecanismos patogénicos de envelhecimento das pessoas com Síndrome de Down.

Esta é uma oportunidade que a nossa Associação se constitua como um centro de competências para, trabalhar, ajudar e criar intercâmbios com pais, jovens, associações nacionais e internacionais, com o intuito de implementar aquelas que serão as nossas conclusões e orientações clínicas provenientes deste estudo.



Centro de Arqueologia de Almada

São muitos os edifícios que utilizamos na nossa actividade, que transportam uma história nem sempre conhecida; É o caso da Quinta dos Inglesinhos.

Em parceria com o Centro de Arqueologia de Almada (CAA) vamos tentar descobrir o papel desta quinta e do seu edifício na comunidade.

Há uma História para contar desde...
É o que vamos descobrir!

“Deus quer, o Homem sonha e a obra nasce”

O projeto que queremos levar a cabo visa, no essencial, criar bem-estar, felicidade e mais qualidade de vida em particular na área da saúde, onde os estudos são muito embrionários, não monitorizados e avaliados.

Acreditamos que o estudo tem um potencial de aplicação que poderá alterar os conceitos de envelhecimento, não da população dita normal, mas daqueles que cuidamos, amamos e protegemos e que foram a razão da génese da APPACDM de Lisboa.

APPACDM de Lisboa
Equipa de trabalho:
João Paulo Brandão (Medicina Geral)
Jorge Leiria (Psiquiatria)
Marina Pousão (Psicologia)
Raquel Lourenço (Terapia Ocupacional)
Olivia Felícia (Qualidade)

Curiosidade...

APPACDM de Lisboa no GOOGLE

Porque é que a APPACDM de Lisboa é a primeira a aparecer na pesquisa do Google?

As posições dos sites nos resultados de pesquisa são determinadas com base em centenas de fatores, formulados para fornecer aos usuários finais resultados úteis e precisos.

As novidades envolvem muito mais do que os tradicionais fatores de relevância baseados no conteúdo de um site, a sua infraestrutura e links que apontam para o mesmo.

Nos últimos tempos são consideradas novas variáveis, entre elas a usabilidade, a mobilidade, a presença nos média social, e, cada vez mais, fatores off-site que vão muito além da tradicional construção de links.

As redes sociais passam a ter mais importância nas buscas, porque é através delas que milhões de pessoas estão a conectar os sites que frequentam e indicando páginas na web.

Encontros Temáticos

Aproveitamos o relançamento do MAIS, para anunciar que iremos promover, durante o decorrer no ano, encontros temáticos na nossa Instituição.

Nestes encontros serão convidadas a participar algumas personalidades que, no âmbito da temática definida, abordarão questões relevantes.

(MAIS) ENCONTROS TEMÁTICOS

1º encontro: 11 de Abril de 2015
Quinta dos Inglesinhos – Salão
15h00 às 18h00, seguido de lanche no lagar
Tema: Empreendedorismo

Brevemente daremos conhecimento do programa.

Conhece os nossos Meios de Divulgação Institucional?

Pois bem... vamos dar-lhe a conhecer um pouco do que pretendemos com cada um!

No nosso site, em www.appacdm-lisboa.pt pode conhecer-nos um pouco melhor. Saber da nossa história, da nossa visão, missão e valores. Procuramos comunicar para que vão acompanhando a nossa atividade.

Também estamos facebook.

O nosso perfil tem tido uma adesão gradual, levando a nossa instituição a outros públicos.

Também aqui divulgamos as atividades desenvolvidas nos nossos centros, notícias no âmbito da deficiência intelectual e outras que conduzam os utilizadores ao nosso site.

A **informação à sexta-feira**, procura um contacto mais direto com associados e parceiros. Esta informação é enviada por email e privilegia a proximidade com todos.

Também no Instagram

No âmbito do projeto *twoFeet*, um projeto de dança, resultante do protocolo assinado com a EDP Solidária, criámos um perfil no Instagram – @twofeetapp, com intuito de divulgar fotos dos ensaios do grupo nas aulas que decorrem no ginásio do CAO da Ajuda e na EDAK – Escola de Dança Ana Köhler.

O MAIS manterá os formatos digital e em papel, numa publicação bimensal.

Agora que já sabe onde estamos, não deixe de acompanhar as nossas atividades e partilhar os nossos SORRISOS!

Marta Reis



Ajude-nos a encontrar **Soluções com Valor.**

CONTRIBUA 0,5% DO SEU IRS.

No Anexo H, no campo 901 adicione o NIF da APPACDM de Lisboa:

504646788

OBRIGADO!

Atividades Ocupacionais - encadernação artesanal

APPACDM DE LISBOA
 siga-nos aqui...

Não tem desculpa para não saber de nós!



www.appacdm-lisboa.pt

www.facebook.com/APPACDM.Lx

www.instagram.com/twofeetapp



Projeto Ilumine Este Sorriso!

Nascemos há mais de 50 anos sob o signo da luz.
Uma luz que irradiava esperança num futuro melhor para as pessoas com deficiência.
Levámos essa luz a tantos quantos se juntaram a nós e a tornaram;
Cada vez mais FORTE!
Cada vez mais VIVA!
Transformámos essa luz em FORÇA, ENERGIA, VITÓRIAS, SORRISOS E ALEGRIA!
Acreditamos que essa LUZ fará cada vez mais a diferença na vida das pessoas para as quais existimos.
Queremos ser mais!
Acreditamos que podemos ser muitos!

Junte-se a **NÓS!**

ILUMINE ESTE SORRISO!
SIGA ESTA LUZ!

Este é o mote para a ação de angariação de fundos que estamos empenhados em levar a cabo durante o ano de 2015. Para tal estamos a convidar parceiros e amigos para se juntarem a nós e financiarem este projeto.

Tem contactos de potenciais financiadores, mecenas ou beneméritos? Junte-se a nós!

Siga esta Luz em:
www.appacdm-lisboa.pt
www.facebook.com/APPACDM.Lx

Olívia Felícia
Responsável do Projeto

21 792 87 30 | 96 381 91 79
iluminestesorriso@appacdm-lisboa.pt

OBRIGADO!
CONTAMOS COM A SUA COLABORAÇÃO!



50 anos
a criar sorrisos

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

Siga-nos no facebook em:
www.facebook.com/APPACDM.Lx
Instagram – @twofeetapp

Mais Apoio.

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