



DELEGAÇÃO LOCAL DE SINTRA

*APD-SINTRA*

***PLANO DE ACTIVIDADES***

***ANO DE 2015***

---

<b>1 Introdução.....</b>	<b>2</b>
<b>2 Actividades Locais Relevantes .....</b>	<b>3</b>
2.1.Atendimento.....	3
2.2.Redes Sociais .....	3
2.3. Actividades de Animação para Pessoas com Deficiência.....	3
<b>3 Acessibilidades .....</b>	<b>3</b>
<b>4 Apoios Diversos aos Associados .....</b>	<b>4</b>
<b>5 Protocolo com a Segurança Social .....</b>	<b>4</b>
<b>6 Direitos Humanos das Pessoas com Deficiência.....</b>	<b>4</b>
<b>7 Comunicação Social .....</b>	<b>5</b>
<b>8 Sensibilização/Consciencialização.....</b>	<b>5</b>
<b>9 Actividades Desportivas.....</b>	<b>5</b>
<b>10 Actividades Recreativas e Culturais .....</b>	<b>6</b>
10.1. Encontros/Convívio.....	6
10.2. Festa de Natal.....	6
<b>11 Autarquias .....</b>	<b>7</b>
11.1. Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins.....	7
11.2. Junta de Freguesia de Rio de Mouro.....	7
11.3. Junta de Freguesia de Casal de Cambra .....	7
11.4. Outras Freguesias do Concelho de Sintra.....	7
11.5. Câmara Municipal de Sintra.....	8
<b>12 Conclusão .....</b>	<b>8</b>

## 1 Introdução

O ano de 2015 será um marco importante na vida da Delegação Local de Sintra da Associação Portuguesa de Deficientes – APD-Sintra, que tendo sido constituída no ano de 1980, em 2015 comemora 35 anos da sua existência.

O Plano de Actividades que se segue, contempla um conjunto alargado de actividades visando a participação e realização de provas desportivas, a identificação para eliminação de barreiras arquitectónicas e as mais diversas actividades sociais, tendo por objectivo fundamental a alcançar, a inserção social das pessoas com deficiência, e em particular dos associados da APD-Sintra.

Sendo notório que de ano para ano se vão acentuando as dificuldades para as franjas da população mais fragilizadas, como é o caso de parte significativa das pessoas com deficiência, em áreas fundamentais para que se tenha uma vida digna, como na Saúde, no Emprego, na Justiça e na Habitação, a APD-Sintra procurará intervir, na medida das suas possibilidades, para que se minorem efeitos negativos ou se adoptem comportamentos adequados à solução de tais dificuldades.

Para suporte à realização das actividades para o ano de 2015, a APD-Sintra conta com o seguinte:

### ELENCO DIRECTIVO

NOME	CARGO
Pedro António Fernandes Gonçalves	Presidente
João Custódio Vale de Gato	Vice-Presidente
Paulo Jorge Taborda Dias	Tesoureiro
Rui Manuel Alves Lourenço	Secretário
Armando António Nuno	Vogal
Rui Manuel M. M. Nicolau	Suplente
Sérgio Eleutério	Suplente

### RECURSOS HUMANOS:

NOME	CARGO
Paulo Renato Sotto Mayor Fonseca	Técnico Administrativo
Victor Manuel Jesus Sousa	Coordenação - Voluntário

## 2 Actividades Locais Relevantes

### 2.1. Atendimento

Com base no Acordo Atípico com a Segurança Social, a APD-Sintra assegura a continuidade do atendimento a todas as pessoas com deficiência, seus familiares e outros que procurem o nosso apoio o ano 2015.

Apesar do acesso facilitado às chamadas novas tecnologias, e porque nem todos os cidadãos lhe tem acesso, há ainda quem recorra ao contacto telefónico e pessoal, justificando a manutenção deste serviço de atendimento aberto a todos.

### 2.2. Rede Social

É perspectiva da APD-Sintra manter-se como membro do Núcleo Executivo da Comissão Social da Freguesia de Algueirão – Mem Martins e pela coordenação da Comissão Especializada para erradicação das barreiras arquitectónicas.

A APD-Sintra continuará a integrar o CLAS – Comissão Local de Acção Social, em representação da Comissão Social da Freguesia de Algueirão - Mem Martins.

### 2.3. Actividades de Animação para Pessoas com Deficiência

Serão realizadas actividades de animação para pessoas com deficiência, seus familiares e amigos, tais como as seguintes:

#### QUADRO SÍNTESE DE ACÇÕES

ACTIVIDADE	DATA	LOCAL	DESTINATÁRIOS
Atendimento	Janeiro/Dezembro	Instalações APD-Sintra	Associados, seus familiares, amigos e outros
Rede Social	Mensalmente	Diversas em Mem Martins	Membros da Comissão Social Freguesia de Algueirão-Mem Martins
Desporto	Janeiro/Dezembro	Sintra, Lisboa, Cascais, Leiria, Braga, Paredes e outros.	Atletas da equipa de basquetebol em cadeira de rodas da APD-Sintra
Encontro/Convívio	8 de Dezembro	Instalações APD-Sintra	Associados familiares e amigos.

Estas são actividades relevantes no reforço dos laços da APD-Sintra com aqueles que representa e com as mais diversas entidades.

## 3 Acessibilidades

Exigir que se cumpra o que estabelece o Decreto-Lei 163/2006, de 8 de Agosto, relativamente às condições de acessibilidade, embora não se afigure como fácil, será uma tarefa constante na APD-Sintra no ano de 2015.

Infelizmente vamos assistindo aos mais absurdos abusos que privam as pessoas com deficiência de se movimentar livremente, disso sendo exemplo o estacionamento de viaturas em cima dos passeios e no acesso às passadeiras destinadas aos peões e não aos carros.

Para contornar tais obstáculos, as pessoas com mobilidade condicionada, quer sejam pessoas com deficiência, idosos, pais com carrinhos dos seus bebés,

peças doentes e outras, são forçadas a circular pela estrada, pondo em risco a sua segurança e a sua própria vida.

A APD-Sintra continuará em 2015 empenhada no combate às malfadadas barreiras arquitectónicas.

## 4 Apoios Diversos aos Associados

A Delegação Local de Sintra continuará a disponibilizar aos seus associados alguns serviços e equipamentos, como sejam:

- **Internet** – Acesso gratuito.
- **Transporte** – Para os elementos que compõem a equipa de desporto, membros da direcção e outros associados para reuniões e actividades.
- **Emprego** – Procurando sensibilizar as empresas do concelho de Sintra para que empreguem as pessoas com deficiência que nos apresentem pedido para tal.
- **Cedência de Ajudas Técnicas** – A ceder de acordo com regulamento próprio.
- **Boletim Informativo.**
- **Acesso ao Equipamento de Escritório** – Para a realização de pequenos trabalhos.
- **Transportes Públicos** – Intervenção junto das empresas de transportes públicos, para que assegurem as condições de acesso e utilização por parte das pessoas com mobilidade condicionada e em especial às pessoas com deficiência, sempre que para isso sejam solicitados

## 5 Protocolo com a Segurança Social

É fundamental para a vida da APD-Sintra a continuidade do Acordo Atípico que mantemos com a Segurança Social. Estamos na expectativa de que no ano de 2015, tal acordo venha a ser renovado, porque só assim será possível assegurar o funcionamento regular da Delegação Local de Sintra, realizar o atendimento das pessoas com deficiência do concelho de Sintra, prestar suporte técnico à equipa de desporto e apoiar a realização de actividades destinadas aos associados, seus familiares e amigos.

## 6 Direitos Humanos das Pessoas com Deficiência

A defesa dos direitos humanos e em particular dos direitos humanos das pessoas com deficiência, não pode nunca ser descurada, de modo a que algum dia e passo a passo, venhamos a alcançar uma sociedade onde prevaleça o direito e a igualdade entre todos os cidadãos.

A APD-Sintra fará o que estiver ao seu alcance para sensibilizar as entidades locais, na defesa dos Direitos Humanos das Pessoas com Deficiência.

## 7 Comunicação Social

Ninguém melhor do que os Órgãos de Comunicação Social para divulgar, sensibilizar e exercer influência junto das populações e das mais diversas entidades e instituições.

Sempre que possível, a APD-Sintra divulgará as suas actividades, procurando que se alterem mentalidades e comportamentos com o objectivo final de erradicar o preconceito e a discriminação relativamente às pessoas com deficiência.

## 8 Sensibilização/Consciencialização

Ano após ano, são muitas as actividades de divulgação, sensibilização e consciencialização em que a APD-Sintra vem participando, em particular junto da comunidade escolar, envolvendo os alunos, os professores e outros. Assim será em 2015.

A participação da APD-Sintra na Rede Social aproxima e facilita um bom relacionamento com instituições, com as nossas autarquias, designadamente, Câmara Municipal de Sintra e Junta de Freguesia de Algueirão-Mem Martins.

## 9 Actividades Desportivas

É sabido que a actividade desportiva se apresenta como o meio mais eficaz e que mais rapidamente produz efeitos na inserção social das pessoas com deficiência.

Ser praticante de uma actividade desportiva é garantir mais saúde física, equilíbrio psíquico e alcançar um alto nível da tão almejada auto-estima.

Tal como nos anos anteriores, no ano de 2015, o desenvolvimento das actividades desportivas terá sempre como base os valores de ética e fair-play e a procura da elevação das pessoas com deficiência motora.

### Plantel Época - 2014/2015

NOME	DEFICIÊNCIA	FUNÇÃO	CLASSE
Pedro Gonçalves	Spina-bífida	Dirigente/treinador/atleta	3.5
Rui Lourenço	Bi-amputado membros inferiores	Dirigente/treinador/atleta	4.0
Paulo Dias	Amputado abaixo do joelho	Dirigente/atleta	4.5
Ricardo Pires	S/Deficiência	Mecânico	
João Cardoso	Pólio	Atleta	4.0
Carlos Passos	Paraplégico	Atleta	1.5
Victor Monteiro	Paralisia Cerebral	Atleta	1.0
José Cardoso	Paraplégico	Atleta	2.0
Rui Nicolau	Paraplégico	Atleta	1.0
Isilda Mendes	Paraplégica	Atleta	2.0
Paulo Fonseca	Pólio	Atleta	3.5
Helder Pires	Paraplégico	Atleta	1.0

## CALENDÁRIO DE JOGOS – 2014/2015

DATA	HORA	LOCAL	PROVA	JOGO
1.Nov.14	15h00	Casal de Cambra	Supertaça	APD-Leiria / APD-Sintra
8.Nov.14	11h00	Serra das Minas	Campeonato Nacional	APD-Sintra / APD-Leiria
15.Nov.14	17h30	Rota dos Móveis	"	APD-Paredes / APD-Sintra
22.Nov.14	11h00	Ajuda - Lisboa	"	GDR-A Joanita / APD-Sintra
7.Dez.14	11h30	Alcabideche	"	GDD-Alcoitão / APD-Sintra
13.Dez.14	15h00	Serra das Minas	Encontro Desportivo DIPD	APD-Sintra /
10.Jan.15	15h00	Serra das Minas	Campeonato Nacional	APD-Sintra / APD-Braga
31.Jan.15	15h00	Universitário de Lisboa	Campeonato Nacional	APD-Lisboa / APD-Sintra
7.Fev.15	18h00	Universitário de Lisboa	Taça de Portugal	APD-Lisboa / APD-Sintra
15.Fev.15	11h00	Municipal da Maceira	Campeonato Nacional	APD-Leiria / APD-Sintra
22.Fev.15	15h00	Serra das Minas	"	APD-Sintra / APD-Paredes
28.Fev.15	14h15	Serra das Minas	"	APD-Sintra / GDR-A Joanita
21.Mar.15	15h00	Serra das Minas	"	APD-Sintra / CD-Os Especiais
22.Mar.15	11h00	Serra das Minas	"	CD-Os Especiais / APD-Sintra
28.Mar.15	11h00	Serra das Minas	"	APD-Sintra / GDD-Alcoitão
11.Abr.15	15h00	Ferreiros- Braga	"	APD-Braga / APD-Sintra
18.Abr.15	11h00	Serra das Minas	"	APD-Sintra / APD-Lisboa
9.Mai.15		A definir	Taça Portugal Meia-Final	APD-Sintra / A apurar
10.Mai.15		"	Taça Portugal Final	APD-Sintra / A apurar

## 10 Actividades Recreativas e Culturais

A realização de actividades recreativas e culturais, com destaque para os Encontros/Convívio, que já se tornaram numa tradição na APD-Sintra, são para manter no ano de 2015, embora estejamos confrontados com significativos cortes nos apoios, esperando que tal não venha a verificar-se no próximo ano.

### 10.1. Encontros/Convívio

No dia 8 de Dezembro realizar-se-á mais um encontro/convívio comemorativo da passagem do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência destinado aos associados, seus familiares e amigos, e onde esperamos contar uma vez mais com a presença de representantes das nossas autarquias.

### 10.2. Festa de Natal

A realização da Festa de Natal afigura-se como muito difícil, devido aos actuais condicionalismos financeiros tanto da APD-Sintra como dos seus associados. Contudo, pretendemos ainda assim criar a oportunidade de que se realize este festejo no ano de 2015.

## **11 Autarquias**

Estando as nossas autarquias confrontadas com acentuada redução na transferência de verbas, acreditamos no seu apoio...

Sendo parceiros imprescindíveis na intervenção para eliminação de barreiras arquitectónicas, sem a colaboração da Câmara Municipal de Sintra e das freguesias do concelho, não será possível a realização de obras para eliminar ou minorar os efeitos das barreiras arquitectónicas que diariamente e a todo o instante tolhem os movimentos das pessoas com mobilidade condicionada e, em especial, das pessoas com deficiência.

A APD-Sintra, tudo fará para manter, estreitar e alargar o relacionamento com a Câmara Municipal de Sintra e cada uma das vinte freguesias do concelho de Sintra.

### **11.1. Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins**

Para o ano de 2015, a APD-Sintra espera merecer o apoio do executivo da junta de freguesia de Algueirão – Mem Martins, a exemplo do que vem acontecendo ao longo dos anos.

Tem sido fundamental para a vida da nossa Delegação, o apoio da junta de freguesia de Algueirão – Mem Martins, sem o que ficaríamos comprometidas as actividades sociais levadas a cabo pela nossa associação.

Tais consequências não deixariam de se fazer sentir no desenvolvimento da prática desportiva e na obtenção de resultados, que têm como objectivo fundamental, a inserção social dos seus praticantes.

O Encontro/Convívio que geralmente se realiza o 8 de Dezembro de cada ano, para comemoração da passagem do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, é um marco importante nas boas relações que mantemos com os membros da Junta. Contamos com a presença de membros do seu executivo no próximo ano de 2015.

### **11.2. Junta de Freguesia de Rio de Mouro**

A junta de freguesia de Rio de Mouro tem sido um pilar importante no apoio à realização de actividades sociais e desportivas da APD-Sintra, visando a inserção social das pessoas com deficiência.

Estamos certos de que no ano de 2015 se manterá a parceria, iniciada no ano de 2014, para identificação e erradicação de barreiras arquitectónicas em edifícios de atendimento público e na via pública.

### **11.3. Junta de Freguesia de Casal de Cambra**

Procuraremos reforçar a colaboração com a Junta de Freguesia de Casal de Cambra, realçando-se o empenho que a tem demonstrado no apoio à APD-Sintra.

### **11.4. Outras Freguesias do Concelho de Sintra**

A APD-Sintra, apesar da falta de recursos humanos e financeiros, não vai descurar a necessidade de estabelecer contacto e estreitar relações com todas as freguesias do concelho de Sintra nas mais diversas matérias que às pessoas com deficiência digam respeito.

### **11.5. Câmara Municipal de Sintra**

O apoio que a Câmara Municipal de Sintra tem concedido, no âmbito do PAFI e do Associativismo Desportivo e Juvenil, torna-se indispensável para que a APD-Sintra possa subsistir e assegurar a execução das suas actividades de âmbito social e desportivo.

Sem a colaboração da Câmara Municipal de Sintra, tornar-se-ia impossível a eliminação de barreiras arquitectónicas. Estamos de certos que tal colaboração se manterá no ano 2015.

Mantemos a esperança de que no próximo ano, se mantenham os apoios à APD-Sintra, provenientes do PAFI e do Apoio ao Associativismo Desportivo.

## **12 Conclusão**

Embora estejamos perante um plano de Actividades vasto e diversificado, a sua concretização é possível com base no empenho dos nossos dirigentes e no enquadramento humano que resulta do Acordo de Cooperação com a Segurança Social.

Mem Martins, 23 de Novembro de 2014

A Direcção