



DELEGAÇÃO LOCAL DE SINTRA

APD-SINTRA

PLANO DE ACTIVIDADES

2019

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

1 Introdução

O Plano de Atividades que apresentamos descreve um conjunto de actividades que têm como objectivo fundamental alcançar a inclusão social das pessoas com deficiência, e em particular dos associados da APD-Sintra.

Prestes a completar 40 anos de existência, e apesar de verificarmos melhorias significativas em algumas áreas fundamentais para que se tenha uma vida digna, como a Saúde, o Emprego, a Justiça e a Habitação, e em particular no concelho de Sintra, ainda há muito a fazer para atenuar as dificuldades sentidas pelas populações mais fragilizadas, e especificamente das pessoas com deficiência.

Neste sentido a APD-Sintra procurará intervir, na medida das suas possibilidades e sempre que possível com a colaboração das autarquias e em cooperação com outras organizações, para que se minorem efeitos negativos, se procurem soluções e se adoptem comportamentos adequados à solução de tais dificuldades.

Para suporte à realização das actividades para o ano de 2019, a APD-Sintra conta com o seguinte:

ELENCO DIRECTIVO

NOME	CARGO
Pedro António Fernandes Gonçalves	Presidente
Rui Manuel Alves Lourenço	Vice-Presidente
Rui Manuel Mirrado Matrola Roque Nicolau	Secretário
Hélder Alexandre Gaspar de Almeida Pires	Tesoureiro
Isilda Maria Alberto Mendes	Vogal
Paulo Jorge Taborda Dias	Suplente
Armando António Nuno	Suplente

RECURSOS HUMANOS

NOME	CARGO
Paulo Renato Sotto Mayor Fonseca	Técnico Administrativo
Diogo Inácio	Motorista - Voluntário
Otília Rodrigues	Motorista - Voluntário
Catarina Fernandes	Estagiária - Contexto Trabalho

2 Actividades Locais Relevantes

2.1. Atendimento

Caso venha a ser renovado o Acordo de Cooperação com a Segurança Social, a APD-Sintra assegura a continuidade do atendimento a todas as pessoas com deficiência, seus familiares e população em geral que procurem o nosso apoio no ano 2019.

Embora as denominadas "*novas tecnologias*" permitam um acesso mais fácil e rápido a um conjunto alargado de informação relevante, nem todos os cidadãos lhes têm acesso, e há ainda quem recorra ao contacto telefónico e pessoal na procura de esclarecimentos ou solução para os seus problemas, justificando a manutenção deste serviço de atendimento aberto a toda a população.

2.2. Rede Social

A APD-Sintra continuará a integrar o CLAS – Conselho Local de Acção Social, procurando ter uma participação mais activa e estreitar laços com as entidades que o compõem.

2.3. Actividades de Atendimento e Animação para Pessoas com Deficiência

Serão realizadas actividades atendimento e 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
Barreiras arquitectónicas	Janeiro/Dezembro	Diversos, de acordo com as solicitações das pessoas com deficiência	Pessoas com deficiência residentes no concelho de Sintra. 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/Desportivo	Dezembro	Pavilhão Municipal da Serra das Minas.	Atletas da equipa de basquetebol em cadeira de rodas do Distrito de Lisboa.
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 seja uma tarefa fácil, tem sido uma missão recorrente e constante na APD-Sintra, que procurará no ano de 2019 alargar a sua área de actuação no concelho de Sintra.

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, pessoas doentes e outras, são forçadas a circular pela estrada, pondo em risco a sua segurança e, por vezes, mesmo a própria vida.

Nas obras de requalificação realizadas em 2018, nas freguesias de Algueirão-Mem Martins e Rio de Mouro, foram levadas em consideração as necessidades das pessoas com mobilidade condicionada, com o rebaixamento dos passeios junto às passadeiras para peões, pelo é nossa expectativa que em 2019 se mantenha tal cuidado nas diversas obras que venham a ser realizadas no nosso Concelho.

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 na tentativa de encontrar soluções de emprego para os associados residentes no concelho de Sintra;
- **Cedência de Ajudas Técnicas/Produtos de Apoio** – A ceder de acordo com regulamento próprio;
- **Boletim Informativo** – Com informação relevante para os nossos associados e divulgação das actividades da Delegação;
- **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 2019, 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, jamais pode 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

É conhecida de todos a influência que a Comunicação Social tem na nossa sociedade e de como pode ser determinante na sensibilização, mudança de mentalidades e comportamentos perante o preconceito e a discriminação.

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.

A APD-Sintra estará, como sempre esteve, disponível para colaborar com os órgãos de Comunicação Social que se mostrem disponíveis para tratar de matéria que tenha em vista os Direitos Humanos das 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. Assim será em 2019, com especial atenção para a realização de acções de demonstração desportiva junto da comunidade escolar do concelho de Sintra, envolvendo os alunos, os professores e outros, bem como a cedência de cadeira de rodas, bengalas e

outras ajudas técnicas, a fim de as escolas realizarem acções de sensibilização dos seus alunos para com a problemática da deficiência.

A APD-Sintra continuará a colaborar com estudantes e técnicos na realização de estudos e teses sobre as pessoas com deficiência e sua integração social

9 Actividades Desportivas

A actividade desportiva apresenta-se como o meio mais eficaz e que mais rapidamente produz efeitos na inclusão 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.

O acordo de parceria com o Sporting Clube de Portugal, celebrado em 2017, será aprofundado em 2019, de modo a conseguir mais visibilidade, condições e um plantel que possibilite a conquista de títulos, nesta época de 2018/2019 e seguintes, apostando na formação de novos atletas.

Tal como nos anos anteriores, no ano de 2019, 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 – 2018/2019

NOME	DEFICIÊNCIA	FUNÇÃO	CLASSE
Pedro Gonçalves	Spina-Bífida	Dirigente/treinador/atleta	3.5
Rui Lourenço	Bi-amputado membros inferiores	Dirigente/treinador/atleta	4.0
Carlos Passos	Paraplégico	Atleta	1.5
Victor Monteiro	Paralisia Cerebral	Atleta	1.0
Rui Nicolau	Paraplégico	Atleta	1.0
Isilda Mendes	Paraplégica	Atleta	2.0
Paulo Fonseca	Pólio	Atleta	3.5
Hélder Pires	Paraplégico	Atleta	1.0
Humberto Miranda	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	4
José Cardoso	Paraplégico	Atleta	2
Hugo Lourenço	Amputado membro inferior	Atleta	4
João Cardoso	Pólio	Atleta	4
Paulo Dias	Amputado membro inferior	Atleta	4.5
Pedro Martins	Spina-Bífida	Atleta	2.5
Ibrahim	Amputado membro inferior	Atleta	4.0
Ricardo Pires	Sem Deficiência	Atleta	5.0

Enquadramento Humano / Técnico – 2018/2019

NOME	FUNÇÃO
Delfim Loureiro	Treinador
Pedro Gonçalves	Dirigente/treinador
Rui Lourenço	Dirigente/treinador
Ricardo Pires	Apoio Logístico
Catarina Fernandes	Estagiária – Contexto Trabalho

Calendário de Jogos – 2018/2019 – Fase Regular

DATA	PROVA	JOGO
20.Out.18	Campe. Nac. 1º Divisão	SCP-APD Sintra/APD Leiria
10.Nov.18	Campe. Nac. 1º Divisão	APD Parades/SCP-APD Sintra
17.Nov.18	Campe. Nac. 1º Divisão	SCP-APD Sintra/GDD Alcoitão
24.Nov.18	Campe. Nac. 2º Divisão	GDR Joanita/SCP-APD Sintra B
9.Dez.18	Campe. Nac. 2º Divisão	APD Lisboa/SCP-APD Sintra B
9.Dez.18	Campe. Nac. 2º Divisão	SCP-APD Sintra B/GDR Joanita
15.Dez.18	Campe. Nac. 1º Divisão	APD Lisboa/SCP- APD Sintra
6.Jan.19	Campe. Nac. 1º Divisão	APD Leiria/SCP-APD Sintra
12.Jan.19	Campe. Nac. 2º Divisão	SUB 22/SCP- APD Sintra B
13.Jan.19	Campe. Nac. 2º Divisão	SCP- APD Sintra B/CD Os Especiais
19.Jan.19	Campe. Nac. 1º Divisão	SCP- APD Sintra/ APD Paredes
20.Jan.19	Campe. Nac. 2º Divisão	UDI / SCP- APD Sintra B
26.Jan.19	Campe. Nac. 1º Divisão	SCP- APD Sintra/ APD Braga
27.Jan.19	Taça de Portugal	SCP- APD Sintra/ GDR A Joanita
2.Fev.19	Campe. Nac. 1º Divisão	GDD Alcoitão/ SCP- APD Sintra
9.Fev.19	Campe. Nac. 2º Divisão	SCP- APD Sintra B/ APD Lisboa B
10.Fev.19	Campe. Nac. 2º Divisão	CD Especiais/SCP- APD Sintra B
16.Fev.19	Campe. Nac. 1º Divisão	APD Braga/SCP- APD Sintra
9.Mar.19	Campe. Nac. 1º Divisão	SCP- APD Sintra/ APD Lisboa
10.Mar.19	Campe. Nac. 2º Divisão	BC Gaia/SCP- APD Sintra B
31.Mar.19	Campe. Nac. 2º Divisão	SUB. 22/SCP- APD Sintra B
31.Mar.19	Campe. Nac. 2º Divisão	SCP- APD Sintra B/ BC Gaia

No mês de Dezembro realizaremos mais um Encontro Desportivo onde reuniremos todas as equipas de Basquetebol em Cadeira de Rodas do Distrito de Lisboa, com os objectivos de divulgar promover a modalidade junto de outras pessoas com deficiência e da população em geral.

10 Actividades Recreativas e Culturais

A APD-Sintra continuará a realizar actividades recreativas e culturais, com destaque para os Encontros/Convívio, que já se tornaram numa tradição na APD-Sintra, e para o primeiro Encontro de Dirigentes.

10.1. Encontros/Convívio

Como já é tradicional, 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. Encontro de ex-Dirigentes

Em 2019 pretendemos promover um encontro que reúna todos os dirigentes que, ao longo dos seus 38 anos de existência, contribuíram para o desenvolvimento e elevação da APD-Sintra, procurando sempre a inclusão social e a defesa dos Direitos Humanos das Pessoas com Deficiência.

11 Autarquias

Estando as nossas autarquias confrontadas com acentuada redução na transferência de verbas, acreditamos ainda assim na continuidade do 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 tolem 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 onze freguesias do concelho de Sintra, procurando com elas estabelecer protocolos para o levantamento e correção das barreiras arquitectónicas nos espaços e edifícios públicos.

11.1. Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins

A APD-Sintra espera no ano de 2019 continuar a merecer o apoio da junta de freguesia de Algueirão – Mem Martins, a exemplo do que vem acontecendo desde a sua criação, em 1980, e sem o qual ficariam comprometidas as actividades sociais e desportivas levadas a cabo pela nossa associação que têm como objectivo fundamental, a inclusão social dos seus intervenientes.

Para isso procuraremos estabelecer parcerias em todas as áreas de actuação em que o executivo desta Junta de Freguesia entenda que o contributo da nossa Delegação possa ser mais benéfico, com particular ênfase no combate às barreiras arquitectónicas.

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, pelo que contamos com a presença de membros do seu executivo no próximo ano de 2019.

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 inclusão social das pessoas com deficiência.

É nosso desejo que no ano de 2019 se mantenha a parceria, iniciada no ano de 2017, para identificação e erradicação de barreiras arquitectónicas em edifícios de atendimento público e na via pública.

11.3. União das Freguesias de Aqualva e Mira Sintra

Procuraremos encetar uma cooperação mais estreita com a União das Freguesias de Aqualva e Mira Sintra, onde pretendemos alargar à zona de Aqualva o trabalho de levantamento de barreiras arquitectónicas realizado em 2010 na área de Mira 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, em particular incidência no combate às barreiras arquitectónicas.

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 em particular a eliminação de barreiras arquitectónicas. Estamos certos que tal colaboração se manterá no ano 2019.

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

O plano de Actividades para o ano de 2019 está dimensionado tendo em conta as previsíveis dificuldades financeiras que a APD-Sintra terá de enfrentar no próximo ano, bem como a falta de recursos humanos e sua especialização, que são factores condicionantes para que se consiga um sólido desenvolvimento da delegação, tendo em vista uma melhor prestação no apoio às necessidades manifestadas pelos nossos associados e população em geral.

No entanto, estamos convictos de que a sua concretização é possível com base no empenho dos nossos dirigentes, do trabalho voluntário, bem como no apoio das nossas autarquias, e reflecte sobretudo uma inabalável vontade de intervir por forma a alterar mentalidades e comportamentos para que se torne possível viver numa sociedade para todos mais justa, fraterna e solidária.

Mem Martins, 24 de Novembro de 2018

A Direcção