ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE DEFICIENTES

PLANO DE ATIVIDADES 2024

DELEGAÇÃO DE SINTRA

Morada: Rua Mirita Casimiro, nº 5

2725-240 Mem Martins

Tele: 219201121

Email: info@apd-sintra.org.pt

Website: www.apd-sintra.org.pt

ÍNDICE

APRESENTAÇÃO 3
Disposições estatutárias 3
INTRODUÇÃO 4
ATIVIDADES 5
OBJETIVO ESTRATÉGICO I. PARTICIPAÇÃO 6
OBJETIVO ESTRATÉGICO II. INTERVENÇÃO 6
2.1 Comunicação 6
2.2 Redes Sociais 6
2.3 Organizações Nacionais de defesa dos direitos dos cidadãos 7
OBJETIVO ESTRATÉGICO III. INCLUSÃO 7
3.1 Ações de denúncia 7
3.2 Ações de sensibilização 8
3.3 Iniciativas de âmbito geral para capacitar entidades públicas e privadas, e apoio a associados 8
OBJETIVO ESTRATÉGICO IV. ASSOCIATIVISMO 9
4.1 Reforço da intervenção 9
OBJETIVO ESTRATÉGICO V. CULTURA E DESPORTO 11
5.1 Recreação e lazer 11
5.2 Desporto 11
CONCLUSÃO 13

APRESENTAÇÃO

DISPOSIÇÕES ESTATUTÁRIAS

Âmbito

A Associação Portuguesa de Deficientes é uma organização não-governamental, sem fins lucrativos dotada de personalidade jurídica e tem a nacionalidade Portuguesa. A associação é uma organização de pessoas com deficiência e os órgãos sociais da Delegação Local de Sintra (APD-Sintra) são todos compostos por pessoas com deficiência.

Princípios fundamentais

Os princípios fundamentais da Associação emanam da Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, incluindo as pessoas com deficiência física, mental, intelectual ou sensorial, e são os seguintes:

a) Não discriminação;

b) Igualdade de oportunidades;

c) Participação;

d) Plena inclusão.

Objetivos

A Associação tem por objeto a representação, promoção e defesa de todos os direitos humanos e liberdades fundamentais das pessoas com deficiência portuguesas.

INTRODUÇÃO

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

Continuaremos a trabalhar para que no concelho de Sintra sejam minoradas as dificuldades sentidas pelas populações mais fragilizadas, e especificamente das pessoas com deficiência, em áreas fundamentais para que se tenha uma vida digna, como a Saúde, o Emprego, a Justiça, a Habitação e em particular as Acessibilidades.

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 adotem comportamentos adequados à solução de tais dificuldades.

Para suporte à realização das atividades para o ano de 2024 a APD-Sintra conta com o seguinte elenco diretivo e enquadramento humano:

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
José António Silva Pereira da Mota	Motorista – Voluntário
Nina Sofia Castro e Silva	Motorista – Voluntário
Manuel dos Santos Pinheiro	Motorista – Voluntário
Ricardo Pires	Voluntário
Victor Sousa	Voluntário
Jorge Almeida	Técnico de Desporto

ATIVIDADES

O Plano de Atividades para 2024 assenta nos seguintes objetivos estratégicos:

Objetivo estratégico I **Participação**	Participar na elaboração das políticas e medidas a adotar em relação à deficiência. Acompanhar e monitorizar o cumprimento e aplicação das medidas a nível local.
Objetivo estratégico II **Intervenção**	Participar nas iniciativas das organizações e entidades que defendem e promovem os direitos humanos dos cidadãos. Analisar e difundir informação sobre a situação social das pessoas com deficiência.
Objetivo estratégico III **Inclusão**	Realizar ações de sensibilização para a deficiência e para o cumprimento dos direitos das pessoas com deficiência que assegurem a inclusão.
Objetivo estratégico IV **Associativismo**	Informar os associados e outras pessoas com deficiência sobre os direitos civis, políticos e sociais que lhes assistem. Encaminhar os cidadãos para os serviços públicos competentes Estreitar laços com outras organizações de defesa dos direitos das pessoas com deficiência.
Objetivo estratégico V **Cultura e desporto**	Promover e criar condições para a prática desportiva das pessoas com deficiência. Promover e patrocinar iniciativas e atividades culturais, desportivas e de lazer.

OBJETIVO ESTRATÉGICO I. PARTICIPAÇÃO

Entidade/Comissão/ Conselho	Objetivos
Reuniões do CLAS	Trabalho em Rede com diferentes parceiros onde há espaço para expor os projetos e iniciativas no âmbito social no concelho de Sintra e solicitar o parecer aos mesmos.
Reuniões do Núcleo Executivo da Comissão Social de Freguesia.	Trabalho em Rede com diferentes parceiros onde há espaço para expor os projetos e iniciativas no âmbito social na freguesia de Algueirão Mem-Martins e solicitar aplicado a situações concretas.
Autarquias Locais	Como principal pilar no que toca aos apoios recolhidos pela APD-Sintra, as autarquias locais são sobretudo parceiros imprescindíveis nas nossas atividades. 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 arquitetónicas nos espaços e edifícios públicos.

OBJETIVO ESTRATÉGICO II. INTERVENÇÃO

Ação	Objetivos
2.1 Comunicação	
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. Têm um papel determinante na divulgação, sensibilização e para exercer influência junto da sociedade. 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.
2.2 Redes Sociais	
Redes Sociais	Sabendo que as redes sociais são hoje um meio extremamente eficaz na divulgação das nossas atividades estenderemos a nossa presença aos vários canais existentes e amplamente utilizados por toda a população, particularmente os mais jovens

2.3 Organizações Nacionais de defesa dos direitos dos cidadãos	
Entidades Públicas e Privadas	Participar em iniciativas na defesa dos direitos humanos para 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.

OBJETIVO ESTRATÉGICO III. INCLUSÃO

Área	Ações
3.1 Ações de denúncia	
Acessibilidade	Realizar ações de denúncia junto das entidades competentes: 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 2024 alargar a sua área de atuação no concelho de Sintra; Infelizmente, vamos assistindo aos mais absurdos abusos que privam as pessoas com deficiência e mobilidade condicionada 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.
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 sejamos solicitados.

3.2 Ações de sensibilização	
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 2024 alargar a sua área de atuação no concelho de Sintra. Continuar a colaborar com as autarquias e outras entidades para a resolução de todos os casos de inacessibilidade identificados;
Desporto	Realização de ações 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 ações de sensibilização dos seus alunos para com a problemática da deficiência.
Emprego	Procurar 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.
3.3 Iniciativas de âmbito geral para capacitar entidades públicas e privadas, e apoio a associados	
Cedência de equipamento e material	Disponibilização de acesso ao Equipamento de Escritório para os nossos associados.
Transporte adaptado	Disponibilização de transporte para os elementos que compõem a equipa de desporto, membros da direção, outros associados para reuniões, atividades e outras solicitações que possam surgir.
Produtos de apoio	Cedência de Ajudas Técnicas/Produtos de Apoio – A ceder de acordo com regulamento próprio e disponibilidade das ajudas existentes;
Academia	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.

OBJETIVO ESTRATÉGICO IV. ASSOCIATIVISMO

A nível interno	Objetivo
4.1 Reforço da intervenção	
Associados	**Centro de atendimento:** O atendimento a todas as pessoas com deficiência, seus familiares e população em geral que temos vindo a efetuar ao longo dos últimos anos está totalmente dependente da renovação do Acordo de Cooperação com a Segurança Social. A manter-se o acordo, a APD-Sintra continuará a assegurar o atendimento de todas as pessoas que procurem o nosso apoio no ano 2024. Continuamos a entender que nos dias de hoje, apesar de o acesso facilitado a um conjunto alargado de informação relevante, 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. A APD-Sintra procurará encontrar respostas no sentido de ir ao encontro das necessidades das pessoas com deficiência e em particular dos seus associados. Para os serviços da Sede Nacional de casos que necessitem de atendimento especializado como apoio jurídico, psicológico e de serviço social.
Sustentabilidade Financeira	**Câmara Municipal de Sintra** O apoio que tem concedido, no âmbito do PAFI e do Associativismo Desportivo, é indispensável para que a APD-Sintra possa subsistir e assegurar a execução das suas atividades de âmbito social e desportivo. É nossa espectativa que em 2024 haja condições para que o 'Plano Municipal para Pessoas com Deficiência' da Câmara Municipal de Sintra possa ser posto em prática. Estamos em crer que é uma oportunidade de intervir em várias matérias fundamentais na área de deficiência, de uma forma articulada, coordenada e em parceria com outras instituições, para que não só se resolvam questões concretas, mas também se estimule no nosso concelho uma consciência ativa e atuante para com a problemática da deficiência. Também no âmbito do Apoio ao Associativismo Desportivo, esperamos continuar a contar com o apoio da Câmara Municipal de Sintra, imprescindível para dar continuidade à equipa de desporto e prosseguir o objetivo de ir renovando o equipamento desportivo necessário à prática do basquetebol em cadeiras de rodas.

	Protocolo com a Segurança Social A manutenção de um Acordo com a Segurança Social é crucial para a vida da APD-Sintra. Ainda mantemos a esperança de que o acordo seja revisto e renovado para o ano de 2024, porque só assim será possível dar continuidade ao 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 atividades destinadas aos associados, seus familiares e amigos.
Parcerias	**Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins** É objetivo da APD-Sintra reforçar a cooperação com a junta de freguesia de Algueirão Mem-Martins, sem a qual fica diminuída a capacidade de intervenção da delegação e de levar a cabo as atividades sociais e desportivas que têm como objetivo fundamental a inclusão social dos seus intervenientes. Para isso procuraremos estabelecer parcerias em todas as áreas de atuação 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 arquitetónicas.
	Junta de Freguesia de Rio de Mouro A junta de freguesia de Rio de Mouro tem sido um suporte importante no apoio à realização de atividades sociais e desportivas da APD-Sintra, visando a inclusão social das pessoas com deficiência. É nosso desejo que no ano de 2024 se retome a parceria para identificação e erradicação de barreiras arquitetónicas em edifícios de atendimento público e na via pública, e que esta se possa alargar a mais localidades desta extensa freguesia.
	União das Freguesias de Agualva e Mira Sintra Tentaremos uma vez mais encetar uma cooperação mais estreita com a União das Freguesias de Agualva e Mira Sintra, onde pretendemos alargar à zona de Agualva o trabalho de levantamento de barreiras arquitetónicas realizado anteriormente em Mira Sintra.
	Outras Freguesias do Concelho de Sintra A APD-Sintra, apesar da falta de recursos humanos e financeiros, e da dimensão e assimetrias do concelho de Sintra, não vai descurar a necessidade de estabelecer contacto e estreitar relações com todas as freguesias nas mais diversas matérias que às pessoas com deficiência digam respeito, com particular incidência no combate às barreiras arquitetónicas.

OBJETIVO ESTRATÉGICO V. CULTURA E DESPORTO

A nível interno	Objetivo
5.1 Recreação e lazer	
Procuraremos reativar e voltar a mobilizar os nossos associados para o Encontro / Convívio no dia 8 de Dezembro com o objetivo de assinalar o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência e onde esperamos contar uma vez mais com a presença de representantes das nossas autarquias.	
5.2 Desporto	
Ser praticante de uma atividade desportiva é garantir mais saúde física, equilíbrio psíquico e alcançar um alto nível de autoestima, pelo que a atividade desportiva apresenta-se como o meio mais eficaz e que mais rapidamente produz efeitos na inclusão social das pessoas com deficiência. Tal como nos anos anteriores, em 2024, o desenvolvimento das atividades desportivas terá sempre como base os valores de ética e fair-play e a procura da elevação das pessoas com deficiência motora. A equipa de desporto participará em todas as competições nacionais de Basquetebol em Cadeira de Rodas tanto na 1ª divisão como também na 2ª divisão, com a sua equipa B destinada à formação de novos atletas.	
Procuraremos retomar a realização de mais um Encontro Desportivo onde reuniremos equipas de Basquetebol em Cadeira de Rodas do Distrito de Lisboa, com os objetivos de divulgar promover a modalidade junto de outras pessoas com deficiência e da população em geral.	

Enquadramento Humano / Técnico – 2023/2024

NOME	FUNÇÃO
Pedro Gonçalves	Dirigente
Rui Lourenço	Dirigente
Jorge Almeida	Treinador
Victor Sousa	Delegado
Ricardo Pires	Apoio Logístico

Plantel Época – 2023/2024

NOME	DEFICIÊNCIA	FUNÇÃO	CLASSE
Baldé Sarifo	Amputado membro inferior	Atleta	4.0
Bu Bá	Pólio	Atleta	-
Carlos Passos	Paraplégico	Atleta	1.5
Hélder Pires	Paraplégico	Atleta	1.0
Hugo Lourenço	Amputado membro inferior	Atleta	4.0
Humberto Miranda	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	4.0
João Cardoso	Pólio	Atleta	4.0
João Coelho	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	-
José Amorim	Spina-Bífida	Atleta	2.5
Mamadú Candé	Pólio	Atleta	2.5
William Benedito	Paraplégico	Atleta	1.5
Marco Gonçalves	Paraplégico	Atleta	1.5
Paulo Fonseca	Pólio	Atleta	3.5
Ricardo Pires	Sem Deficiência	Atleta	5.0
Rui Lourenço	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	4.0
Rui Nicolau	Paraplégico	Atleta	1.0

CONCLUSÃO

Estamos cientes da grave crise económica e social, que agrava em muito a já de si difícil situação de um elevado número de pessoas com deficiência e limita os apoios financeiros que poderemos vir a recolher. Ainda assim, e apesar da falta de recursos financeiros e humanos, e da disponibilidade muito limitada de alguns dirigentes, esperamos conseguir reunir condições para que se cumpra este plano de atividades, reforçando novamente os agradecimentos a todos os que, voluntariamente, connosco colaboram e sem os quais seria impossível dar continuidade à nossa atividade.

Terminamos uma vez mais com o reafirmar de que manteremos a nossa determinação em ter um papel ativo na comunidade por forma de alcançar aquele que é um dos objetivos fundamentais da nossa associação, a alterar mentalidades e comportamentos para que todos sem exceção possam viver numa sociedade mais justa, fraterna e solidária!

Mem Martins, 23 de Novembro de 2023

A Direção