



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE DEFICIENTES
DELEGAÇÃO LOCAL DE SINTRA

Plano de Atividades 2022

APD - SINTRA

Rua Mirita Casimiro, nº 5

2725-240 Mem Martins

Tele: 219201121

Email: info@apd-sintra.org.pt

Web: www.apd-sintra.org.pt

Índice

1	Apresentação	3
1.1	Disposições estatutárias	3
2	Introdução	3
3	Atividade Associativa.....	4
3.1	Atendimento.....	4
3.2	Atividades de e para Pessoas com Deficiência	5
3.3	Acessibilidades.....	5
3.4	Apoios Diversos aos Associados	6
3.5	Direitos Humanos das Pessoas com Deficiência	6
3.6	Sensibilização/Consciencialização	6
4	Comunicação Social.....	7
5	Atividade Institucional.....	7
5.1	Protocolo com a Segurança Social.....	7
5.2	Rede Social.....	7
5.3	Autarquias.....	7
5.3.1	Câmara Municipal de Sintra	8
5.3.2	Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins	8
5.3.3	Junta de Freguesia de Rio de Mouro	8
5.3.4	União das Freguesias de Aqualva e Mira Sintra	9
5.3.5	Outras Freguesias do Concelho de Sintra	9
6	Atividade Cultural e Recreativa.....	9
6.1	Encontros/Convívio	9
6.2	Encontro de Dirigentes	9
7	Atividade Desportiva	9
7.1	Encontro Desportivo.....	11
8	Conclusão	12

1 Apresentação

1.1 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.

2 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.

À semelhança do ano passado, este plano de atividades está condicionado pela situação epidemiológica que vivemos e pela evolução que a mesma tenha em 2022. Se no ano passado nos vimos forçados a adiar ou cancelar uma boa parte das iniciativas que tínhamos previsto, antevemos que também no próximo ano se mantenham alguns dos constrangimentos, que naturalmente terão impacto na execução de algumas atividades deste plano, mas que esperamos não impeçam a sua concretização.

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 2022, e após a realização de eleições, 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
Paulo Manuel dos Santos Leandro	Motorista – Voluntário
Ricardo Pires	Voluntário
Victor Sousa	Voluntário
Jorge Almeida	Técnico de Desporto

3 Atividade Associativa

3.1 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 2022.

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, tendo em conta que estamos a viver

um momento atípico, a APD-Sintra procurará encontrar respostas no sentido de ir ao encontro das necessidades das pessoas com deficiência e em particular dos seus associados.

3.2 Atividades de e para Pessoas com Deficiência

Serão realizadas atividades de atendimento, prática desportiva, ações de demonstração e sensibilização, bem como de convívio e animação para pessoas com deficiência, seus familiares e amigos, das quais destacamos as seguintes:

- a) Atendimento nas instalações da APD- Sintra de Janeiro a Dezembro de 2022 aos Associados, seus familiares e população em geral.
- b) Combate às barreiras arquitetónicas de Janeiro a Dezembro de 2022 de acordo com as solicitações das pessoas com deficiência residentes no Concelho de Sintra, protocolos que venhamos a estabelecer com autarquias e outras que detetemos.
- c) Na vertente desportiva, de Janeiro a Dezembro de 2022, a equipa Basquetebol em Cadeira de Rodas participará em todas as competições nacionais da 1ª e 2ª Divisão e estará presente nos concelhos de Sintra, Lisboa, Cascais, Leiria, Braga, Paredes, Gaia, Lousada e outros.
- d) O Encontro Convívio em 2022, que lamentavelmente não se realizou nos últimos 2 anos devido à situação pandémica, será, esperamos, realizado como habitualmente a 8 de Dezembro na nossa Sede tendo como convidados os nossos associados e seus familiares e amigos.
- e) As demonstrações desportivas da modalidade Basquetebol em Cadeira de Rodas de Janeiro a dezembro 2022, em particular junto da comunidade escolar, envolvendo os alunos, os professores e outros.

Estas serão algumas das atividades relevantes no reforço dos laços da APD-Sintra com aqueles que representa e com as mais diversas entidades.

3.3 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 2022 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.

Com a perspetiva realização e implementação em 2022 do ‘*Plano Municipal para Pessoas com Deficiência*’, estruturado pela Câmara Municipal de Sintra mas adiado pela pandemia, é expectativa da Delegação poder participar e contribuir para a melhoria das acessibilidades e diminuição das barreiras arquitetónicas no concelho de Sintra.

3.4 Apoios Diversos aos Associados

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

- a) **Transporte** – Para os elementos que compõem a equipa de desporto, membros da direção, outros associados para reuniões, atividades e outras solicitações que possam surgir;
- b) **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;
- c) **Cedência de Ajudas Técnicas/Produtos de Apoio** – A ceder de acordo com regulamento próprio e disponibilidade das ajudas existentes;
- d) **Boletim Informativo** – Pretendemos retomar em Janeiro de 2022 a publicação trimestral do Boletim Informativo “*Delegação*” com informação relevante para os nossos associados e divulgação das atividades da Delegação;
- e) **Acesso ao Equipamento de Escritório** – Para a realização de pequenos trabalhos;
- f) **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;

3.5 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.

3.6 Sensibilização/Consciencialização

Ano após ano, são muitas as atividades de divulgação, sensibilização e consciencialização em que a APD-Sintra vem participando. E se em 2021 nos vimos limitados na execução destas atividades, contamos retomá-las em 2022, mantendo o enfoque na 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.

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.

4 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.

5 Atividade Institucional

5.1 Protocolo com a Segurança Social

Tal como atrás referido, 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 2022, 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.

5.2 Rede Social

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

5.3 Autarquias

Sendo o 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.

5.3.1 Câmara Municipal de Sintra

O apoio que a Câmara Municipal de Sintra 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.

Foi, sobretudo, com o apoio da Câmara Municipal de Sintra que conseguimos finalmente, no decorrer de 2021, reunir apoios suficientes para adquirir e adaptar uma carrinha, ainda que usada, mas que permitirá em 2022 assegurar o transporte de pessoas com deficiência de forma adequada e com a necessária segurança e dignidade.

É nossa expectativa que 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, particularmente nos dois últimos e difíceis anos, e prosseguir o objetivo de ir renovando o equipamento desportivo necessário à prática do basquetebol em cadeiras de rodas.

5.3.2 Junta de Freguesia de Algueirão - Mem Martins

É objetivo da APD-Sintra restabelecer 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.

O Encontro/Convívio que realizaremos no dia 8 de Dezembro, para comemoração da passagem do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, é um marco importante nas boas relações que mantemos com esta Junta de Freguesia, pelo que contamos com a presença de membros do seu executivo no próximo ano de 2022.

5.3.3 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 2022 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.

5.3.4 União das Freguesias de Aqualva e Mira Sintra

Tentaremos uma vez mais 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 arquitetónicas realizado anteriormente.

5.3.5 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, com particular incidência no combate às barreiras arquitetónicas.

6 Atividade Cultural e Recreativa

A APD-Sintra continuará a realizar atividades recreativas e culturais, com destaque para os Encontros/Convívio, que, e apesar da interrupção forçada, são uma tradição na APD-Sintra.

6.1 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.

6.2 Encontro de Dirigentes

Não tendo sido possível uma vez mais a sua realização, em 2022 tentaremos novamente promover um encontro que reúna os dirigentes que ao longo da sua 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.

7 Atividade Desportiva

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 2022, 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.

Também nesta área esperamos que o próximo ano as normas e regulamentações que vierem a ser definidas no âmbito do combate à pandemia não condicionem ou impeçam a realização das atividades previstas.

Plantel Época – 2021/2022

NOME	DEFICIÊNCIA	FUNÇÃO	CLASSE
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
Ibrahim Mandjam	Amputado membro inferior	Atleta	4.0
João Cardoso	Pólio	Atleta	4.0
José Amorim	Spina-Bífida	Atleta	2.5
José Carlos Cardoso	Paraplégico	Atleta	2.0
Luis Henriques	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	2.5
Mamadú Candé	Pólio	Atleta	2.5
Marco Gonçalves	Paraplégico	Atleta	1.5
Paulo Dias	Amputado membro inferior	Atleta	4.5
Paulo Fonseca	Pólio	Atleta	3.5
Pedro Gonçalves	Spina-Bífida	Atleta	3.5
Ricardo Pires	Sem Deficiência	Atleta	5.0
Rui Lourenço	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	4.0
Rui Nascimento	Spina-Bífida	Atleta	3.5
Rui Nicolau	Paraplégico	Atleta	1.0

Enquadramento Humano / Técnico – 2021/2022

NOME	FUNÇÃO
Pedro Gonçalves	Dirigente
Rui Lourenço	Dirigente
Jorge Almeida	Treinador
Victor Sousa	Delegado
Isilda Mendes	Responsável de Segurança
Ricardo Pires	Apoio Logístico

Calendário APD – Sintra época 2021/2022

1ª e 2ª Divisões – Fase Regular

DATA	PROVA	JOGO	LOCALIDADE
17/Out/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / Lousavidas	C. Cambra
24/Out/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / APD Lisboa	C. Cambra
7/Nov/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	GDD Alcoitão / APD Sintra	Queluz
13/Nov/21	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / GDD Alcoitão B	Lisboa
14/Nov/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Braga / APD Sintra	Braga
20/Nov/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / APD Paredes	S. Minas
28/Nov/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Leiria / APD Sintra	Leiria
5/Dez/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	Os Especiais / APD Sintra B	Lisboa
12/Dez/21	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / BC Gaia	S. Minas
9/Jan/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / APD Braga	S. Minas
16/Jan/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / a definir	Lisboa
22/Jan/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	Lousavidas / APD Sintra	Lousada
30/Jan/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Lisboa / APD Sintra	Lisboa
6/Fev/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / GDD Alcoitão	S. Minas
12/Fev/22	Taça de Portugal	APD Sintra / BC Gaia	S. Minas
19/Fev/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Paredes / APD Sintra	Paredes
26/Fev/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / a definir	Lisboa
6/Mar/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	APD Sintra / APD Leiria	S. Minas
19/Mar/22	Camp. Nac. 1ª Divisão	BC Gaia / APD Sintra	Gaia
24/Abr/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / a definir	A definir
21/Mai/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / a definir	A definir
22/Mai/22	Camp. Nac. 2ª Divisão	APD Sintra B / a definir	A definir

7.1 Encontro Desportivo

No mês de Dezembro retomaremos a realização de mais um Encontro Desportivo onde reuniremos todas as 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.

8 Conclusão

Lamentamos que em mais um Plano de Atividades tenhamos que transitar para 2022 algumas das atividades que não foi possível realizar em 2021, mas mantemos a esperança que no decorrer do próximo ano se assista finalmente à redução dos efeitos que a pandemia tem tido em todos nós, e a confiança de poder concretizar todas as atividades destacadas neste plano.

A realização das eleições para os corpos sociais, em 26 de Junho de 2021, ditou a continuação do da atual elenco diretivo à frente dos destinos da delegação. Apesar de não ter sido possível reforça-lo, esperamos que a falta de recursos humanos possa ser compensada com uma entrega e empenho ainda maiores de todos os dirigentes, que conjugada com a inestimável colaboração de todos os voluntários, que nunca achamos demais agradecer, não nos fará desistir de procurar concretizar este plano.

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, 27 de Novembro de 2021

A Direção