



ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE DEFICIENTES
DELEGAÇÃO LOCAL DE SINTRA

Plano de Atividades 2021

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	7
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	8
5.3.5	Outras Freguesias do Concelho de Sintra	8
6	Atividade Cultural e Recreativa	9
6.1	Comemorações do 40º Aniversário.....	9
6.2	Encontros/Convívio	9
6.3	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.

Não poderemos dissociar o plano de atividades para o próximo ano da situação particular e extremamente condicionante que vivemos em 2020, que obrigou a cancelar ou adiar para 2021 a quase totalidade das atividades que tínhamos previsto. Antevemos também que no próximo ano se mantenham muitos dos constrangimentos que temos vivido e que naturalmente terão impacto na concretização deste plano.

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 2021, a APD-Sintra conta com o seguinte 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
Mamadou Moctar Diallo	Motorista – Voluntário
António Carlos da Silva Rocha	Motorista – Voluntário
Ricardo Pires	Voluntário
Victor Sousa	Voluntário
Paulo Dias	Voluntário

3 Atividade Associativa

3.1 Atendimento

Perspetivando-se a renovação do Acordo de Cooperação com a Segurança Social, a APD-Sintra continuará a assegurar o atendimento a todas as pessoas com deficiência, seus familiares e população em geral que procurem o nosso apoio no ano 2021.

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 esta mos 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 2021 aos Associados, seus familiares e população em geral.
- b) Combate às barreiras arquitetónicas de Janeiro a Dezembro de 2021 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 2021, 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, Vagos, Lousada e outros.
- d) O Encontro Convívio em 2021 será realizado uma vez mais 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 2021, nas escolas do Concelho de Sintra e outras com objetivo de mostrar aos professores, alunos e seus familiares.

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 2021 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 do '*Plano Municipal para Pessoas com Deficiência*', estruturado pela Câmara Municipal de Sintra, 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 já em Janeiro a publicação 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. Assim será em 2021, com especial atenção para a 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

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 2021, 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 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, torna-se indispensável para que a APD-Sintra possa subsistir e assegurar a execução das suas atividades de âmbito social e desportivo.

A pandemia vivida em 2020 ditou, lamentavelmente e uma vez mais, o adiamento da concretização do processo de troca da atual carrinha de 9 lugares por uma nova. No entanto, estamos confiantes que em 2021 o iremos realizar e continuar a merecer o apoio

da Câmara Municipal de Sintra, que ao abrigo do PAFI tem sido um alicerce basilar no apoio às várias atividades da nossa associação.

Novamente a situação pandémica obrigou ao adiamento do *'Plano Municipal para Pessoas com Deficiência'* a implementar pela Câmara Municipal de Sintra e que se afigura com 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 de forma a permitir manter a equipa de desporto 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

A APD-Sintra espera no ano de 2021 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 atividades sociais e desportivas levadas a cabo pela nossa associação 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 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 2021.

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 2021 se mantenha a parceria, iniciada no ano de 2017, para identificação e erradicação de barreiras arquitetónicas em edifícios de atendimento público e na via pública.

5.3.4 União das Freguesias de Agualva e Mira Sintra

Procuraremos 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 em 2010 na área de Mira Sintra.

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, em 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 já se tornaram numa tradição na APD-Sintra, e também para o primeiro Encontro de Dirigentes.

6.1 Comemorações do 40º Aniversário

Não podendo assinalar a passagem do 40º aniversário da Delegação de Sintra com o destaque que merecia, é nosso objetivo fazê-lo em 2021 com a

6.2 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.

6.3 Encontro de Dirigentes

Não tendo sido possível a sua realização no passado ano, em 2021 não deixaremos de 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 2021, 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, e como aconteceu em 2020, estaremos dependentes das normas e regulamentações que virem a ser definidas no âmbito do combate à pandemia, que não deixarão de se fazer sentir em 2021 e que poderão certamente condicionar a realização de várias atividades.

Plantel Época – 2020/2021

NOME	DEFICIÊNCIA	FUNÇÃO	CLASSE
Carlos Passos	Paraplégico	Atleta	1.5
Hélder Pires	Paraplégico	Atleta	1.0
Hugo Lourenço	Amputado membro inferior	Atleta	4
Humberto Miranda	Bi-amputado membros inferiores	Atleta	4
Ibrahim Mandjam	Amputado membro inferior	Atleta	4.0
Isilda Mendes	Paraplégica	Atleta	2.0
João Cardoso	Pólio	Atleta	4.0
José Amorim	Spina-Bífida	Atleta	2.5
Mamadú Candé	Pólio	Atleta	3.5
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 – 2020/2021

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

Calendário APD – Sintra época 2020/2021**1ª e 2ª Divisões – Fase Regular**

DATA	PROVA	JOGO
25.Out.20	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Leiria / APD Sintra
21.Nov.20	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B/ APD Lisboa B
21.Nov.20	Camp. Nacional 2ª Divisão	GDD Alcoitão B / APD Sintra B
29.Nov.20	Camp. Nacional 1ª Divisão	GDD Alcoitão / APD Sintra
12.Dez.20	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Sintra / APD Braga
02.Jan.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Paredes / APD Sintra
09.Jan.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Sintra / BC - Gaia
16.Jan.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	Os Especiais / APD Sintra B
23.Jan.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Sintra / APD Leiria
07.Fev.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Lisboa / APD Sintra
13.Fev.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Braga B / APD Sintra B
13.Fev.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B / APD Braga B
14.Fev.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B / Lousavidas
06.Mar.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Sintra / GDD Alcoitão
20.Mar.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Braga / APD Sintra
11.Abr.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	APD Sintra / APD Paredes
17.Abr.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Lisboa B / APD Sintra B
17.Abr.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	Lousavidas / APD Sintra B
18.Abr.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B / GDD Alcoitão B
24.Abr.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	AD Vagos / APD Sintra B
08.Mai.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B / Os Especiais
08.Mai.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	AD Vagos / APD Sintra B
09.Mai.21	Camp. Nacional 2ª Divisão	APD Sintra B / AD Vagos
05.Jun.21	Camp. Nacional 1ª Divisão	BC – Gaia / APD Sintra
15.Mai.21	Taça de Portugal	APD Sintra / Vencedor jogo F

7.1 Encontro Desportivo

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 objetivos de divulgar promover a modalidade junto de outras pessoas com deficiência e da população em geral.

8 Conclusão

É grande a nossa esperança que no decorrer do próximo ano se assista ao gradual atenuar dos efeitos devastadores que o Corona Vírus teve em todo o mundo e muito em particular no nosso país. Só assim poderemos aspirar a poder concretizar todas as atividades destacadas neste plano, algumas das quais fomos forçados a transitar do ano passado.

Não tenho sido possível a realização das eleições para os corpos sociais agendadas para 2020, aguardaremos o seu reagendamento, e esperamos poder continuar com atual elenco diretivo, e se possível reforça-lo, sendo a falta de recursos humanos uma enorme condicionante no desenvolvimento sustentado da nossa delegação.

Ainda assim, não deixaremos de procurar concretizar este plano, que conta com empenho dos nossos dirigentes e do trabalho voluntário, que muito reconhecemos e não podemos deixar de agradecer.

Reafirmando o que declarámos no final do Plano de Atividades para 2020, manteremos a nossa vontade de intervir na comunidade por forma a alterar mentalidades e comportamentos para que, e em especial no momento extremamente difícil que vivemos, todos sem exceção possam viver numa sociedade mais justa, fraterna e solidária!

Mem Martins, 11 de Dezembro de 2020

A Direção