

ASSOCIAÇÃO

Diretora Helena Rato | Órgão Oficial da Associação Portuguesa de Deficientes



DESTAQUE



n.º 308 | agosto 2021
Trimestral | 0,6€



União e Ação rumo à Inclusão!

"União e Ação rumo à Inclusão!" eis o lema programático da nova Direção Nacional da Associação Portuguesa de Deficientes, eleita a 26 de junho, para o quadriénio 2021-2025. No seu Programa Eleitoral, a lista encabeçada pela agora Presidenta Gisela Valente, assumiu o compromisso de defender os Direitos Humanos das pessoas com deficiência, denunciando e combatendo as persistentes discriminações de que são alvo devido ao incumprimento da legislação que consubstancia os direitos que lhes são garantidos pela Constituição da República Portuguesa. Com esse objetivo, e tendo como referencial as queixas e problemas que nos são transmitidos pelos sócios da APD, foram consideradas **prioritárias 12 áreas de ação**,

a saber: **acessibilidade física** dos espaços públicos, dos edifícios onde são prestados serviços públicos e das habitações; **mobilidade e transportes públicos**, designadamente, pugnando pelo aumento da oferta de transportes públicos acessíveis, em todo o país, e pela efetiva garantia de estacionamento dos veículos individuais destinados ao transporte de pessoas com deficiência; **acessibilidade comunicacional** para as pessoas com deficiência visual ou auditiva e garantia da info-inclusão das pessoas com deficiência; **acesso atempado a cuidados de saúde**, sensibilizando para a necessidade de se dotar os Centros de Saúde de equipas multidisciplinares capazes de prestar cuidados de saúde integrados e de qualidade; **produtos de apoio**, denunciando o incumprimento da lei e as causas que lhes são subjacentes e procurando sensibilizar os poderes públicos para a necessidade de aumentar a dotação orçamental que lhes é destinada; **educação inclusiva**, pela redução de alunos por turma e pelo aumento de professores e outros profissionais de apoio, incluindo no âmbito do desporto escolar; **formação profissional inclusiva** que melhore a empregabilidade e seja uma mais-valia para o enriquecimento cultural das pessoas com deficiência; **emprego**, contribuindo para a identificação das causas que prejudicam a empregabilidade das pessoas com deficiência, visando a sua correção; **proteção social**, procurar conhecer a situação socioeconómica das famílias que albergam pessoas com deficiência de forma a sensibilizar os poderes públicos para a necessidade de se reduzir a pobreza das pessoas com deficiência; **redução da idade da reforma**, sem penalização, das pessoas com deficiência; **desporto adaptado**, continuando a apoiar as equipas APD e divulgando a prática de desporto adaptado; **reforço do movimento associativo**, reivindicando o reforço do apoio das entidades públicas de âmbito nacional, municipal ou regional.

Mensagem da presidente da APD aos sócios.

p.3

Linhas de Ação da Direção Nacional da APD para o mandato 2021/2025.

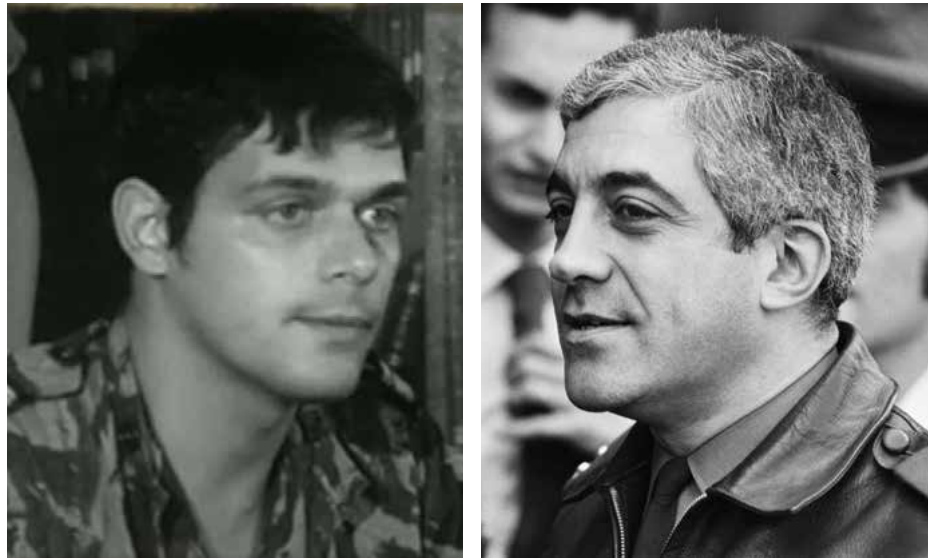
centrais

Portugal com 32 atletas nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020.

p.7

Reportagem de Maria Catarina Teixeira sobre a equipa de BCR da APD Lisboa.

p.8


HOMENAGEM


25 de Abril, Sempre!

Nunca é demais lembrarmos aquela madrugada “onde emergimos da noite e do silêncio” e agradecermos aos valentes Capitães de Abril que tão corajosa e generosamente acabaram com um regime caduco e opressor e nos devolveram dignidade e cidadania.

Por esse feito, esses Homens viverão para sempre na nossa memória coletiva mesmo que nos pese o seu desaparecimento pela lei da vida, como aconteceu recentemente com Otelo Saraiva de Carvalho e Diniz de Almeida, a quem prestamos a mais sentida homenagem.

Por ocasião do falecimento de Otelo Saraiva de Carvalho a APD, enviou o seguinte voto de pesar à Associação 25 Abril:

O 25 de Abril terminou com uma ditadura cruel que ostracizava as pessoas com deficiência,

condenando-as à miséria, e travava uma guerra colonial que levou milhares de jovens à morte ou a adquirirem deficiência.

Por isso, a Associação Portuguesa de Deficientes, APD, está eternamente grata aos Capitães de Abril que com coragem e determinação abriram a oportunidade às pessoas com deficiência conquistarem os Direitos Humanos, em pé de igualdade com todos os outros cidadãos, como ficou consignado na Constituição da República Portuguesa de 1976.

É, pois, com profundo pesar que apreendemos o falecimento de Otelo Saraiva de Carvalho, o Óscar que ficará para a memória de todos os que prezam a Liberdade e os Valores de Abril.

25 de Abril Sempre!

CML faz Voto de Louvor à participação de Portugal nos Campeonatos do Mundo de Atletismo para Deficiência Intelectual

A Assembleia Municipal de Lisboa deliberou e aprovou por unanimidade um Voto de Louvor subscrito pelos Grupos Municipais do PEV e do PCP pela “Participação de Portugal nos Campeonatos do Mundo de Atletismo para Deficiência Intelectual”, que decorreu em junho passado, e onde os atletas conquistaram para Portugal 29 medalhas, cinco das quais de ouro. Lenine Cunha, com sete medalhas, entre as quais três de ouro, e Ana Filipe, com três (uma de ouro), foram os atletas portugueses mais medalhados na competição. O atleta paralímpico, medalha de bronze nos Jogos Londres 2012, recebeu ainda o prémio de melhor atleta masculino da competição.

Neste sentido, a Assembleia Municipal de Lisboa deliberou: 1 - Saudar a excelente participação das equipas portuguesas nos Campeonatos do Mundo de atletismo para deficiência intelectual; 2 – Saudar, em particular, os atletas que reconquistaram para Portugal o título de Campeão do Mundo de atletismo para deficiência intelectual. 3 - Expressar o seu reconhecimento a toda a equipa técnica, treinadores e dirigentes, apelando ao Governo e às autarquias locais para unirem esforços no sentido de promover um crescente apoio às práticas inclusivas de desporto, criando condições para uma maior profissionalização e reconhecimento do seu valor para os atletas e para Portugal.



Com 218 medalhas conquistadas, Lenine Cunha é o desportista mais medalhado do mundo.


LEGISLAÇÃO

Portaria n.º 102-B/2021163393881 de 14 de maio
Procede à quarta alteração à Portaria n.º 337-C/2018, de 31 de dezembro, que estabelece o regime de comparticipação do Estado no preço dos tratamentos termais prescritos nos cuidados de saúde primários do Serviço Nacional de Saúde

Declaração n.º 12/2021163728572 de 21 de maio
Composição do conselho consultivo do mecanismo nacional de monitorização da implementação da Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

Decreto-Lei n.º 37/2021163728573 de 21 de maio
Cria uma medida excepcional de compensação ao aumento do valor da retribuição mínima mensal garantida

Portaria n.º 108/2021163994098 de 25 de maio
Define os critérios a ter em conta na prova da deficiência para efeitos de atribuição da bonificação por deficiência do abono de família para crianças e jovens

Lei n.º 35/2021164798790 de 8 de junho
Aprova medidas de apoio aos estudantes do ensino superior público e altera a Lei n.º 38/2020, de 18 de agosto

Portaria n.º 120/2021 de 8 de junho
Define o modelo de funcionamento e de gestão da Bolsa Nacional de Alojamento Urgente e Temporário, criada ao abrigo do Decreto-Lei n.º 26/2021, de 31 de março

Portaria n.º 122/2021164955308 de 11 de junho
Procede à primeira alteração da Portaria n.º 200/2020, de 19 de agosto, que cria e regulamenta o Programa de Acessibilidades aos Serviços Públicos e na Via Pública

Portaria n.º 122-A/2021 de 14 de junho
Procede à primeira alteração da Portaria n.º 206/2020, de 27 de agosto, que regula a medida Estágios ATIVAR.PT, e à primeira alteração da Portaria n.º 207/2020, de 27 de agosto, que regula a medida Incentivo ATIVAR.PT

Portaria n.º 128/2021 de 24 de junho
Procede à quarta alteração da Portaria n.º 82-C/2020, de 31 de março, alterada pelas Portarias n.ºs 162/2020, de 30 de junho, 218/2020, de 16 de

setembro, e 302/2020, de 24 de dezembro
A presente portaria procede à quarta alteração da Portaria n.º 82-C/2020, de 31 de março, alterada pelas Portarias n.ºs 162/2020, de 30 de junho, 218/2020, de 16 de setembro, e 302/2020, de 24 de dezembro, que criou a medida de Apoio ao Reforço de Emergência de Equipamentos Sociais e de Saúde e um regime extraordinário de majoração das bolsas mensais dos «Contrato emprego-inserção» (CEI) e «Contrato emprego-inserção+» (CEI+), bem como um incentivo de emergência à substituição de trabalhadores ausentes ou temporariamente impedidos de trabalhar.

Decreto-Lei n.º 66/2021 de 30 de julho
Cria a tarifa social de fornecimento de serviços de acesso à Internet em banda larga.



Presidente da Direção Nacional da APD

Mensagem aos sócios de Gisela Valente

“Caros associados, membros do movimento associativo e sociedade em geral,

Neste ato de tomada de posse dos corpos sociais, afirmo que me sinto muito honrada por integrar esta equipa e que tenho consciência de que a APD tem um património de ação e de prestígio que resulta daqueles que fundaram esta Associação e das sucessivas direções que têm afirmado a importância da nossa luta pelos nossos direitos.

Quero em nome da Direção deixar:

. Uma saudação aos dirigentes - aos homens e mulheres - que integram os corpos sociais das diversas delegações, porque também a sua ação será fundamental para o próximo mandato;

. Uma saudação aos trabalhadores da APD, pela dedicação à Associação;

. Uma saudação aos sócios pela confiança no trabalho da APD. A APD tem travado lutas difíceis, com muitos obstáculos, no

entanto, com muitos objetivos alcançados.

Sabemos que os próximos tempos não vão ser fáceis, porque a vida das pessoas com deficiência, e das suas organizações, o não é, nem vai ser, mas cá estamos!

Agradeço a confiança depositada no nosso programa eleitoral e tudo faremos para a união e para a participação de todos na concretização dos objetivos a que nos propomos para este mandato, porque juntos fazemos ouvir melhor a nossa voz e temos mais força!

Sobre o mote do nosso programa "União e Ação rumo à inclusão!" tenho a dizer-vos que neste momento, em pleno séc. XXI, já não deveríamos estar a referir-nos à inclusão, pois somos pessoas com direitos como todas as outras, aliás como está consagrado na nossa Constituição da República. No entanto, sabemos que a segregação, integração e inclusão, são palavras que nos têm diferenciado dos demais, e é isso que não queremos!

Portanto, temos que nos unir e agir para estarmos em pé de igualdade com os demais portugueses.

Termino dizendo-vos que poderão contar comigo para, em equipa, levarmos a cabo esta jornada de trabalho na APD.

Muito obrigada!"

A Presidente, Gisela Valente

O que falta hoje é ouvir as Associações das pessoas com deficiência

"Os objetivos da APD para este novo mandato são: Construir uma sociedade inclusiva, combater as discriminações, assegurar a dignidade das pessoas com deficiência, os seus direitos, a sua participação... O grande problema hoje da inclusão é a desorganização das políticas includentes – não há um instrumento regulador, unificador e agregador das políticas... O que falta hoje é ouvir as Associações das pessoas com deficiência, assegurar os direitos dos destinatários e corrigir o que para aí vai de desmandos..."

Palavras de Joaquim Cardoso,
Presidente da Delegação Distrital de Évora, em entrevista à Rádio Campanário

PIQUENICÃO NACIONAL 2021

28 agosto/Parque Multiusos Duppigheim

Boidobra-Covilhã

“ A Festa da Inclusão ”



Organização:



Associação Portuguesa de Deficientes
Delegação Distrital de Castelo Branco

Apoios:



Faça a sua inscrição pelo Tlf: 275085250 Tlm: 928061956

ou por email; info-castelobranco@apd.org.pt

Até 21 de agosto

*Para sócios, não sócios e seus familiares

*Desistência nos dias uteis da penúltima semana antes do evento

não reembolso

EDITORIAL

Algo está podre no Reino da Dinamarca

Vivemos num mundo em permanente sobresalto. Pandemia Covid-19 e suas múltiplas variantes, cada uma mais ameaçadora do que a outra, catástrofes ambientais, incêndios florestais, inundações diluvianas, vagas de calor extremo, secas persistentes, marés negras provocadas por derrames de petróleo, mar em chamas no Golfo do México e no Mar Cáspio. A estas catástrofes acrescentam-se as guerras, o terrorismo nas suas múltiplas facetas, as crises económicas e financeiras e subsequentes crises sociais que engendram cortes infinitas de refugiados - refugiados da violência e da miséria, mais de 82 milhões, segundo as Nações Unidas.

Mas, ao mesmo tempo, a Humanidade produz verdadeiros “milagres”. Por exemplo, avançamos na exploração espacial, vamos a Marte, construímos cidades sobre ilhas artificiais, fabricamos comboios que viajam a mais de 600 km/h e aviões supersónicos, desenvolvemos a inteligência artificial, fabricamos próteses biónicas, produzimos vacinas contra a Covid-19 num tempo record.

Há, pois, que perguntar como é possível? Como é possível que se mantenham e agravem as crises ambientais, económicas e sociais que nos estão a levar para o abismo quando conseguimos desenvolver capacidades técnicas e científicas que possibilitam a resolução de problemas devido a um avanço tecnológico até há pouco apenas ficcional? A resposta só pode ser uma: há uma disfuncionalidade sistémica no modelo de governação dominante.

De forma esparsa e descoordinada, a comunicação social vai relatando casos de corrupção em larga escala, protagonizados por banqueiros, altos dirigentes de clubes de futebol, empresários e políticos. Contudo, para além da responsabilidade individual, omitem-se as causas sistémicas que possibilitam e até fomentam essa corrupção. Quando muito, são referidos os paraísos fiscais, esquecendo-se de lembrar que esses paraísos se alimentam de rios de dinheiro que escapam ao controlo público porque os Estados desmontaram os instrumentos de controlo e transferiram para o setor privado o poder financeiro, autojustificando-se com a globalização ou, para usar uma linguagem mais usual, para “atrair o investimento estrangeiro”. Privados desse poder, os Estados perderam capacidade de resposta aos grandes problemas que afetam a Humanidade e os Governos ficaram reféns de interesses que atuam em função do ganho imediato de dinheiro.

Parafrazeando a personagem Hamlet de Shakespeare, “algo está podre no Reino da Dinamarca”.

Helena Rato

Linhas de ação da Direção Nacional da APD para o mandato 2021-2025



A lista que deu origem à nova Direção Nacional da Associação Portuguesa de Deficientes para o quadriénio 2021-2025, eleita a 26 de junho, assumiu o compromisso de defender os Direitos Humanos das pessoas com deficiência, para o qual foram propostas as seguintes 12 áreas de ação prioritárias.

Acessibilidade física

Acompanhamento do planeamento, implementação e execução dos programas de intervenção do PRR destinados a melhorar as acessibilidades para as pessoas com deficiência (envelope de 48 milhões de euros); denúncia pública de casos graves de falta de acessibilidades; sensibilização das autarquias e gestores de transportes públicos.

Mobilidade e transportes públicos

Continuar a denunciar e reivindicar a melhoria de oferta de transportes públicos acessíveis em meio urbano e rural, designadamente, tomando em consideração o plano governamental para a "Mobilidade Sustentável" incluído no PRR; solicitar a introdução de um tarifário diferenciado na Via Verde com discriminação positiva para as pessoas com deficiência, em especial aquelas cujas ofertas de transporte público são francamente diminutas (fora das metrópoles de Lisboa e Porto).

Acessibilidade comunicacional

Desenvolver uma campanha de sensibilização, eventualmente em colaboração com outras associações, sobre a necessidade dos serviços públicos garantirem a acessibilidade comunicacional a pessoas surdas e cegas; sensibilizar o poder político para a necessi-

dade de se incorporar hardware e software na lista homologada de produtos de apoio, considerando que a infoexclusão constitui um entrave no acesso a serviços e bens de primeira necessidade, com consequências eventualmente dramáticas.

Acesso atempado aos cuidados de saúde

Sensibilizar os Grupos Parlamentares da Assembleia da República e o Governo para a necessidade de dotar os Centros de Saúde com equipas multidisciplinares capazes de prestar cuidados médicos e de enfermagem, mas também, de fisioterapia e outras terapias, incluindo na área de saúde mental; continuar a reivindicar que o transporte das pessoas com deficiência para consultas e outros cuidados de saúde seja gratuito; desenvolver ações de sensibilização para que o SNS proceda à melhoria dos circuitos de informação entre os serviços que prestam diversos tipos de intervenção em cuidados de saúde, de forma a agilizar e reduzir o tempo de espera entre os diversos tipos de intervenção.

Produtos de apoio

Continuar a participar ativamente na Comissão de Acompanhamento da Atribuição dos Produtos de Apoio (CAPA); sensibilizar a Assembleia da República e o Governo para que se tomem medidas efetivas no sentido de aumentar a transparência da gestão da

dotação orçamental para o financiamento da atribuição dos produtos de apoio; propor a revisão da lista homologada de produtos de apoio; reclamar a existência de entidades prescritoras para todos os tipos de deficiência em todos os distritos e com prazos máximos de consulta.

Educação Inclusiva

Desenvolver a colaboração com a FENFROP no sentido de se identificar situações que mereçam uma intervenção junto das autoridades competentes; continuar a apoiar alunos com deficiência, em articulação com os pais, para a resolução de situações críticas.

Formação profissional

Colaborar com outras organizações de pessoas com deficiência e com o IIEFP no sentido de se aprofundar o conhecimento sobre esta questão.

Emprego

Melhorar a plataforma de emprego da APD, tornando-a mais conhecida de potenciais empregadores e das pessoas com deficiência; apresentar uma proposta para a revisão da legislação sobre quotas de emprego na Administração Pública, incluindo a possibilidade de se introduzirem normas de discriminação positiva para técnicos superiores e cargos dirigentes.

Proteção social

Reclamar o cumprimento efetivo dos direitos fundamentais em matéria de segurança social, denunciando sempre que necessário a visão assistencialista de intervenção social; defender o aumento do valor mínimo do subsídio para assistência a filho deficiente, o aumento do valor das bonificações do abono de família para crianças e jovens com deficiência e o valor da PSI. Esta deve ser equiparada ao IAS e paga durante 14 meses, assegurando o direito das pessoas com deficiência a receber os subsídios de Natal e de Férias.

Redução da Idade da Reforma

Continuar a desenvolver as ações necessárias para se alcançar esta reivindicação.

Desporto adaptado

Continuar a linha de atuação de apoio às equipas de desporto adaptado da APD, existentes ou a criar, designadamente atuando junto dos órgãos de soberania e do poder local no sentido de os sensibilizar para a necessidade de aumentar o investimento em infraestruturas e equipamentos para o desporto adaptado. Divulgar as atividades de desporto adaptado e o mérito dos desportistas a nível nacional e internacional através dos órgãos de comunicação da APD.

Secretariado Executivo da Direção Nacional

Estatutariamente o Secretariado é composto pelo Presidente e Tesoureiro da Direção Nacional (DN) e mais três elementos designados pela DN, a saber, um Vice-presidente, um Secretário e um Vogal. Seguindo a prática dos mandatos anteriores, a DN nomeou para Vice-presidente e para Secretário os dirigentes da DN eleitos para esses cargos. A DN decidiu nomear três vogais efetivos da DN para vogais do Secretariado Executivo, ficando dois na situação de vogais suplentes deste órgão. Assim, o Secretariado Executivo tem a seguinte constituição:

Gisela Valente, Presidente



Nasceu na aldeia de Vila de Rei na freguesia de Bucelas, em 1976. Tem deficiência auditiva. Professora licenciada no 1º Ciclo do Ensino Básico desde 2006; Possui o grau de mestre em Educação Especial no Domínio Cognitivo e Motor (Pós-graduação - concluída em 2010; Grau de Mestre em 2012). Atualmente trabalha na Educação Especial como professora contratada pelo Ministério da Educação.

Luís Oliveira, Tesoureiro



Nasceu em Lisboa, em 1963. Tem uma deficiência motora na sequência de sequelas do vírus da poliomielite nos membros inferiores. Concluiu o ensino secundário e iniciou a sua atividade associativa desde muito cedo, por influência familiar, na Coletividade – Academia Musical 1º de Junho. Por volta de 1985 conheceu a APD e integrou a equipa de desporto adaptado da Associação, vindo a integrar a Direção Nacional como suplente. Assumiu o cargo de Tesoureiro da Direção Nacional, em 2016.

Helena Rato, Vice-presidente



Nasceu em 1944, em Lisboa. Mãe e cuidadora de uma filha com deficiência. Doutorada em Economia, tem o grau de Investigadora Coordenadora. Membro da Presidência do Conselho Português para a Cooperação. Diretora do Jornal Associação. Em 2016, integrou a Direção Nacional da APD, como Vogal efetiva.

Bruno Lopes, Secretário



Nasceu em Lisboa, em 1982. Tem uma deficiência motora na sequência de acidente de viação. Licenciou-se em Engenharia Mecânica pelo Instituto Superior de Engenharia de Lisboa (ISEL). Iniciou a sua atividade associativa, enquanto suplente na Direção Nacional, na Associação Portuguesa de Deficientes (APD) em 2010, tendo assumido a responsabilidade do Pelouro de Desporto. Tornou-se atleta da equipa de basquetebol em cadeira de rodas da APD Lisboa. É Secretário da Direção Nacional da APD desde 2013.

Albino Paulo, Vogal efetivo



Nasceu em Lisboa, em 1960. Tem uma insuficiência respiratória grave que lhe causa limitações. Por volta dos 18 anos decidiu deixar de estudar e iniciar a sua vida profissional. Em 1996 foi eleito para a direção do Sindicato dos Gráficos, integrado mais tarde no SITE. Em 2016, integrou a Direção Nacional enquanto Vice-Presidente e assumiu a responsabilidade do Pelouro das Delegações.

Carlos Dias, Vogal suplente



Nasceu em Odivelas, em 1963. Tem uma deficiência motora na sequência de um acidente de trabalho. Fez a escolaridade obrigatória, tendo começado a trabalhar muito cedo. Em 2004 conheceu a APD através do desporto adaptado, sendo convidado a integrar a equipa da APD Lisboa da qual faz parte até aos dias de hoje. Iniciou a sua atividade associativa em 2016 integrando a Direção Nacional da APD, enquanto Vogal suplente.

Filipe Sousa, Vogal suplente



Nasceu em Bissau, em 1982. Tem uma deficiência física fruto de uma condição neurológica. Concluiu o ensino secundário, onde iniciou a sua atividade associativa em 1998 na Associação de estudantes na Escola Reinaldo dos Santos, em Vila Franca de Xira. Desde 2012 que é membro do grupo de voluntariado da Mapfre. É praticante de atletismo adaptado e desde 2016 que integra a Direção Nacional da Associação Portuguesa de Deficientes na qualidade de vogal.

**A este órgão,
nomeado pela Direção
Nacional, compete
executar as
deliberações da DN
e todas as tarefas
inerentes à gestão
diária.**

 NOTÍCIAS

APD Porto ganha Prémio Fidelidade Comunidade



A Delegação Distrital do Porto da APD foi um dos vencedores do Prémio Fidelidade Comunidade, iniciativa do Grupo Fidelidade que pretende fortalecer o setor social, nomeadamente as organizações que apoiam as populações vulneráveis. A candidatura da APD Porto pretendia apoio para suprir a necessidade de proceder à transforma-

ção do espaço onde funciona o Centro de Atendimento do projeto "C2iD - Capacitar os Cuidadores Informais na Área da Deficiência", um espaço cedido pela Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia a necessitar de reabilitação. Para a atribuição deste prémio foi tido em conta que a Delegação Distrital do Porto, fundada em 1981, para além de desenvolver o projeto "C2iD - Capacitar os Cuidadores Informais na Área da Deficiência", uma ação que aposta na formação para o conhecimento dos cuidadores informais de pessoas com deficiência através da centralização de serviços, tem também um Centro de Atividades Ocupacionais para 10 pessoas com deficiência mental, dinamiza um Lar Residencial, um Centro de Atendimento e desenvolve ações de caráter associativo no âmbito do Desporto Adaptado.

Para além do prémio no valor de 20.000€, a APD Porto beneficiará também de parcerias com as empresas do Grupo Fidelidade, fornecedores, clientes e parceiros de negócio.

Ação de Sensibilização para o Ténis em Cadeira de Rodas



No dia 26 de junho, a APD Castelo Branco promoveu uma ação de sensibilização para o Ténis em Cadeira de Rodas no court de ténis da Faculdade de Ciências da Saúde da Universidade da Beira Interior. A APD Castelo Branco agradece aos atletas que



participaram, João Couceiro, vice-campeão de ténis em cadeira de rodas, José Sousa, campeão regional, e dois atletas do Covilhã Country Club, e à Tuna Médica Feminina da UBI, assim como a todos os que apoiaram e patrocinaram este evento.

Atividades da APD Porto

Realizou, no dia 29 de maio, a Assembleia Distrital e Apresentação do Relatório de Atividades e Contas do ano 2020. No mesmo dia realizou o almoço convívio para sócios, familiares e amigos. Nos meses de junho e julho participou em três reuniões organizadas pela Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia sobre "Transferência de competências para os órgãos municipais, no domínio da ação social". No âmbito do projeto "C2iD" e com o objetivo de estabelecer novas parcerias reuniu com a APPC (Associação do Porto de Paralisia Cerebral); Liga dos Amigos do Centro Hospitalar de Gaia; AP-PACDM do Porto; APPACDM de Gaia. No dia 26 de junho realizou-se a eleição para os novos Corpos Sociais da Delegação Distrital do Porto da APD para o Quadriénio 2021/2025. A 15 de julho tomaram posse os novos Corpos Sociais da APD - Porto para o Quadriénio 2021/2025. No dia 24 de julho a equipa da APD - Porto sagrou-se Campeã Nacional de Andebol em cadeira de rodas ACR6, num jogo realizado no Pavilhão Pedro I em Alcobaça. AAPD- Porto foi uma das 9 entidades vencedoras do Prémio Fidelidade Comunidade 2021 - 1ª fase, com o projeto de criação do Gabinete Integrado de Apoio ao Cuidador em Gaia.

1º Torneio de BCR Cidade da Covilhã



O 1º Torneio de Basquetebol em Cadeira de Rodas Cidade da Covilhã, organizado pela APD Castelo Branco, decorreu no passado mês de julho e contou com a parceria da Associação de Basquetebol de Castelo Branco e da Federação Portuguesa de Basquetebol.

A APD de Castelo Branco agradece aos seus parceiros e os apoios concedidos pela União de Freguesias da Covilhã e Canhoso, Câmara Municipal da Covilhã, Universidade da Beira Interior e seus Serviços Sociais e a todos os que contribuíram para que o Torneio fosse um sucesso.



Participe na Vida Associativa da APD

<http://www.apd.org.pt>
info-sede@apd.org.pt
 T 213 889 883



Atualize as suas quotas
 NIB: 003506750003288643081



APD Braga conquista sexta Taça de Portugal consecutiva e sagra-se Campeão Nacional da I Divisão de BCR pelo quinto ano consecutivo

No passado mês de julho, a equipa da APD Braga, treinada por Ricardo Vieira, revalidou o título de Campeão Nacional da I Divisão de Basquetebol de Cadeiras de Rodas pelo quinto

ano consecutivo, ao vencer o BC Gaia por 60-4, e apenas duas semanas depois de ter conquistado a sexta Taça de Portugal consecutiva à mesma equipa. Parabéns Campeões!



APD Leiria é campeã nacional de Andebol Acr4

Na final do Campeonato Nacional de Andebol, vertente Acr4, que decorreu no passado mês de julho, a equipa da Delegação de Leiria da Associação Portuguesa de Deficientes venceu a meia-final contra o Messines, no primeiro jogo da primeira meia-final, seguindo depois para a final, disputada em Torre Marinha (Lisboa), onde venceu, com grande

exibição de todo o coletivo, a APD Porto, a então detentora do título. Com esta vitória, a APD Leiria recuperou o título de campeão nacional de Acr4. Parabéns a todas as equipas envolvidas. Aproveitamos para dar os parabéns ao IFC Torrense pela fantástica organização e segurança mantida dentro e fora do pavilhão.

Reunião da federação com os clubes de BCR

Na reunião do Comité Nacional de Basquetebol em Cadeiras de Rodas (CNBCR) com os clubes e associações, que decorreu em julho, o CNBCR exortou as associações a encorajarem a criação de equipas de BCR junto dos seus afiliados e elencou propostas sobre a classificação de atletas, entre as quais, a continuidade da majoração de pontos atribuída aos atletas sub22, sub16 e femininos nos moldes atuais e a possibilidade de retoma do modelo competitivo prévio à pandemia.



Portugal com 32 atletas nos Jogos Paralímpicos Tóquio 2020

A missão lusa para os Paralímpicos de Tóquio 2020, a decorrer entre 23 de agosto e 5 de setembro, é constituída por 32 atletas de oito modalidades. Atletismo e Boccia são as modalidades mais representadas com 10 atletas cada, seguidas pela Natação com cinco atletas, a Canoagem e o Ciclismo com dois atletas cada e o Judo, Equestre e Badminton com um atleta cada. A comitiva lusa integra vários estreates, nos quais se destaca Beatriz Monteiro, representante no Badminton, que chega a Tóquio com apenas 15 anos.

Em relação aos Jogos Rio 2016, dos quais saiu com quatro medalhas de bronze, Portugal leva menos cinco atletas, mas aumentou de sete para oito o número de modalidades nas quais estará representado.

Ao longo de 10 participações em Jogos Paralímpicos, nove das quais consecutivas, Portugal conquistou 92 medalhas, sendo o Atletismo, com 53, o Boccia, com 26, e a Natação, com nove, as três modalidades com mais pódios.



Beatriz Monteiro, de 15 anos, é a atleta mais jovem da comitiva portuguesa

PROMOÇÃO DE 10% PARA SÓCIOS DA APD



Acessibilidades
Cadeiras e plataformas



Adaptações de Veículos
Acessos e condução



Cadeiras de rodas
Manuais e elétricas

ergométrica

Loja online e assistência técnica
info@ergometrica.pt | Telf. 210 191 250
<https://ergometrica.pt/loja-online/>

“...Com uma perna ou sem uma perna, nós somos capazes de tudo!”

Os benefícios do paradesporto para a saúde e bem-estar das pessoas com deficiência são inegáveis e reconhecidos, mas tal não se reflete em apoios nem participação significativos em Portugal, onde as equipas passam por bastantes dificuldades.

Reportagem de Maria Catarina Teixeira



Há, nas traseiras do edifício dos Bombeiros Voluntários de Sacavém, no alto de uma ruela de passeios estreitos em calçada, um pequeno pavilhão, do qual ecoam os barulhos de rodas a chiar e de bolas a bater no chão. “Parece que estás nos carrinhos de choque!”, graceja Teresa Xavier, ainda a recompor-se do violento e ruidoso embate entre cadeiras de rodas no qual foi apanhada.

A treinadora juntou-se no aquecimento a Tabor da, Ahmat, Filipe e Bruno, os primeiros quatro jogadores a chegar ao treino da equipa de BCR (basquetebol em cadeira de rodas) da Associação Portuguesa de Deficientes de Lisboa (APD Lisboa). Os impulsos nas rodas inclinadas das cadeiras vão sendo cada vez mais fortes, a velocidade por eles produzida cada vez maior e os choques cada vez mais violentos. O outro treinador, Daniel Pereira, quando finalmente chega com Emanuel, gosta do que vê.

O caminho até Sacavém é longo para a equipa lisboeta, provisoriamente aqui instalada há mais de um ano, e o campo de jogo, além de não ter as medidas oficiais, está encaixado à justa entre as quatro apertadas paredes do pavilhão, mas “é o que há... é melhor do que nada”, desvaloriza Ahmat Afashokove, em harmonia com o resto da equipa. O mais importante para todos é não voltar a parar de treinar.

Um por um, acabam por chegar todos os jogadores que treinarão hoje. Já só faltava César, habituado a servir-se dos transportes públicos e, confessa, algo cansado de protestar as avarias nas rampas de acesso para cadeira de rodas nos autocarros – hoje perdeu dois de seguida por esse motivo. “Não é minha culpa! Está lá o simbolozinho da cadeira, tem de ter!”, insiste o paratleta, enquanto se transfere para a cadeira desportiva. Está tudo a postos para o início do treino.

Paradesporto para “malta bruta”

As rodas são empurradas com ainda mais rapidez e os choques entre cadeiras tornam-se mais intensos e frequentes. Várias bolas são lançadas vigorosamente pelo pavilhão e as cadeiras deslizam a rasar as paredes. “Num primeiro impacto detestei. Eu ainda estava cheio de dores do acidente e isto aqui é... é para malta bruta”, confessa Bruno Lopes, “não achei piada nenhuma”. Considerado por muitos o paradesporto mais

agressivo, “não é qualquer pessoa com deficiência que faz o basket”, explica César Ferreira, para quem o contacto inicial com a modalidade também foi algo angustiante: “é tudo muito monstruoso... muito contacto, intensidade, exige força, equilíbrio”. No entanto, todos concordam, quando ultrapassados os primeiros receios, a prática desportiva torna-se fundamental em todos os aspetos do quotidiano, “alimenta a nossa alma, alimenta a nossa autoestima... é até emocionante, sabes?”, reflete César.

Quanto aos benefícios da prática desportiva, particularmente da adaptada, os especialistas identificam diversas dimensões no seu valioso contributo além da mais evidente – a saúde física, evidenciada tanto pelas visíveis melhorias ao nível do bem-estar geral, bem como pela minimização das lesões relacionadas com cada condição específica (tais como a mobilidade reduzida ou a dor). “É um veículo de inclusão”, esclarece Pedro Pires, investigador na área do desporto adaptado no IPCB, na medida em que contribui não só para a autoconfiança da própria pessoa com deficiência, como para a transformação do olhar social sobre ela, movendo-se o foco das “suas dificuldades para as suas potencialidades”.

O competitivo Filipe Nogueira, como o próprio se descreve, confirma a importância do trabalho orientado por objetivos coletivos, assim como o convívio regular, para o ânimo e redução do stress, assim como Bruno, para quem “ter sempre alguma coisa para conquistar” tem sido essencial na retoma e manutenção da vida ativa.

Uma área ainda “muito verde”

“Merecias... tens de ter mais confiança, meu!”, exclama Emanuel, após ver Filipe ficar tão perto de acertar um lançamento tripla. A entreajuda é constante, mas quando um jogador cai, de acordo com as regras do BCR, tem mesmo de se levantar sozinho – e estes paratletas fazem-no em menos de um segundo. Fossem todos os obstáculos estruturais da modalidade tão simples...

A partir de março do ano passado, os pavilhões municipais, incluindo aquele de que a APD Lisboa dispunha habitualmente – o do Casal Vistoso – ficaram indisponíveis. Uns ocupados no combate da pandemia, outros sem acessibilidade para cadeiras de rodas. A possibilidade

de continuar os treinos em Sacavém surgiu por acaso e, mesmo sendo fora de Lisboa e estando a ser paga com verbas da APD, acabou por resultar em mais horas de treino do que era costume, visto que dantes os horários eram muito competitivos e o paradesporto acabava por ficar sempre para último. Contudo, só foi possível fazer desta contrariedade uma mais-valia graças às carências do cenário anterior.

Para Luís Oliveira, tesoureiro da Direção Nacional da APD e antigo paratleta, por mais de 30 anos, esta escassez de infraestruturas insere-se num panorama mais amplo de baixa participação, pouca divulgação e fraco investimento. Das cadeiras, aos cintos, às rodas, às próprias deslocações, “é tudo muito caro”, esclarece o treinador Daniel, exemplificando que cada cadeira custa entre os 3 e os 11 mil euros e o apoio na sua aquisição não é uniforme: “alguns atletas têm seguros, ou patrocínios próprios, vão às instituições, propõem, e conseguem ou não...”, mas a maior parte é da própria APD, que consegue comprar uma cadeira por ano com os apoios a que se candidata: “E pronto, vai-se sobrevivendo assim... é mesmo sobreviver, não é?”

De acordo com dados da Universidade do Minho, há em Portugal uma baixíssima participação de pessoas com deficiência em atividades desportivas com carácter regular e competitivo (apenas 0,4%), principalmente quando comparado a países como a Austrália, onde mais de metade destas pessoas pratica algum tipo de desporto (53%). Além disso, há outros tipos de assimetria a ressaltar, desde logo a ainda mais baixa participação de mulheres, a concentração da pouca atividade existente no Porto e em Lisboa, e as assimetrias ao nível do desporto escolar.

“Na escola é que se aprende, não é?”, argumenta Luís Oliveira, envolvido nos poucos projetos de financiamento ganhos pela APD, tais como palestras e demonstrações em escolas, através das quais Ângelo Pereira conheceu e chegou ao BCR, com 11 anos. Contudo, tendo em conta as dificuldades ou meros acasos que conduziram a restante equipa até aqui, ainda há muito a fazer ao nível da divulgação. Um colega, um amigo, um familiar ou até mesmo, no caso de Ahmat, um completo desconhecido (“Um jogador viu-me na rua, deu-me um panfle-

to e eu vim para cá... ya!”) trouxeram a maioria dos jogadores até à APD.

O investigador Pedro Pires sugere que faz falta “um programa de sensibilização no seio escolar para o desporto e os seus benefícios se tornarem de todos e para todos”, já Luís Oliveira aponta aos centros de reabilitação, onde “devia haver um gabinete que orientasse as pessoas no sentido da prática desportiva como fator de inclusão, integração e recuperação da pessoa com deficiência”.

Nenhum destes jogadores foi encaminhado diretamente por profissionais de saúde até à prática de desporto adaptado, e não existem dados relativos à divulgação dos seus benefícios em Portugal nem aos motivos que guiam estas pessoas para a prática desportiva: “no seio da comunidade científica ainda são escassos os estudos aprofundados sobre desporto adaptado”, clarifica Pedro Pires.

Qual o caminho?

Por hoje acabou o treino, e é num clima de boa disposição que alguns jogadores vão fazendo flexões ainda na cadeira desportiva, enquanto outros vão voltando às muletas, próteses e cadeiras comuns.

As circunstâncias do desporto adaptado ainda não são ideais, mas, de acordo com o investigador Pedro Pires, “o que falta é formação específica para intervir na área do desporto adaptado”, já os paratletas, treinadores e dirigentes apontam à necessidade primordial da divulgação e investimento institucional.

“Temos conseguido algumas conquistas, mas é uma luta com frutos muito demorados, e com muita batalha... é através de questionários para demonstrar a necessidade [do paradesporto] que se tem tido alguma evolução, mas mesmo assim, ainda há muito para fazer” relativamente à plena inclusão das pessoas com deficiência na sociedade, explica Luís Oliveira, não só no desporto, mas noutras áreas, “nas acessibilidades, na saúde...”

Para o jovem Emanuel, existe muito desconhecimento “temos de divulgar mais, temos de transparecer às pessoas com deficiência que eles são capazes de tudo, nós todos somos capazes de tudo, com uma perna ou sem uma perna, nós somos capazes de tudo!”



ASSOCIAÇÃO

Diretora Helena Rato | Propriedade Associação Portuguesa de Deficientes | Redação Administração e Publicidade APD - Lg. Rato, n.º 1B, 1250-185 Lisboa, tl. 213 889 883/4, fax. 213 871 095, Contribuinte n.º 501 129 430, Registo ICR n.º 105 717 | Redação, Design e Paginação Formiga Amarela - Oficina de Textos e Ideias, Lda. | Impressão Grafedisport-Impressão e Artes Gráficas SA. Estrada Consiglieri Pedroso n.º 90, 2730-053 Barcarena | Assinatura anual (4 meses: 2€) Depósito Legal 2667/89 | Tiragem 13 500 exemplares | Estatuto Editorial: <https://www.apd.org.pt/index.php/comunicacao-apd/jornal-associacao>



PORTE
PAGO