



# O Porta Aberta

Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa

Boletim Informativo nº14 | Abril / Maio / Junho 2012

## Nesta edição

O impacto das comunicações e da Informática 2

Operação Fátima

35º Aniversário 3

Projecto "Metamorfose da CVP" 4

7ª Edição da Semana da Responsabilidade Social 5

Cantinas Sociais na CVP e Centro Social e Paroquial de Recardães

Ação Temática "Vacinação" 6

Férias da Páscoa

Ação Temática Prevenção de Hábitos Alcoólicos

7  
Colaboradores da Ciclo-Fapril e CVP juntos pela mesma causa

## Idade igual a maturidade



A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa completou os seus 35 anos de existência, no passado dia 21 de Abril. Ao longo destes 35 anos a Delegação de CVP de Águeda tem cumprido e até ultrapassado medidas que atenuam as desigualdades dos mais vulneráveis num trabalho constante que se tem traduzido na redução dos níveis de pobreza e exclusão social. Nesta caminhada, o que tem animado os órgãos sociais, a Direcção técnica e administrativa não tem tido a obtenção de resultados financeiros, mas antes o resultado em respostas sociais que se traduzem numa melhor qualidade de vida para aqueles que nos procuram e que já são muitos, mas com adensar da crise tememos que virão a ser mais. O "barómetro" que nos faz tirar esta ilação, são os resultados em números referentes ao ano de 2011, pois refeições servidas foram 38 484, cabazes de alimentos 999, atendimentos 1169, jovens apoiados 3 104, famílias acompanhadas 217, apoios económicos 295, alojamento para os Sem-abrigo 122, entre outros. Esta Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa com 35 anos de vida, mas sempre preocupada com aqueles que mais precisam, pois não quer que falte uma refeição quente, uma muda de roupa, uma palavra amiga e quando necessário um transporte em ambulância. Vivemos para servir, queremos continuar a fazê-lo, mas apelamos àqueles que podem ajudar, não se esqueçam de nós, que é como quem diz "não esqueçam os mais vulneráveis".

César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)

## O impacto das comunicações e da Informática

### Opinião



*“Com a ajuda destes meios conseguimos ultrapassar os nossos limites, adquirir conhecimento, agilizar e facilitar as nossas actividades quotidianas.”*

Cada vez existe mais dependência, quer do computador, quer das telecomunicações. É evidente o progresso e as vantagens que a informática trouxe à sociedade. Se notarmos em nosso redor, a maioria das nossas comodidades não existiriam sem as tecnolo-

gias de informação e comunicação. Telemóveis, consolas de jogos, aparelhos de áudio e vídeo, GPS, quase tudo utiliza tecnologias informáticas ou foi criado com recurso a estas tecnologias. Os computadores integraram as nossas vidas causando um impacto pessoal e profissional significativo. Os meios tecnológicos permitem-nos atingir objectivos pessoais e profissionais, tais como, fazer cursos à distância, comunicar com pessoas espalhadas pelo globo, praticar actividades de lazer, conseguir um emprego com local ou horário de trabalho mais flexíveis. O computador ligado à Internet é o melhor e mais

rápido meio para conseguirmos aceder a todo o tipo de dados, organizados das mais diversas formas, por fontes fidedignas ou não, para atingir os mais diversos fins. A utilização que damos a esta inquantificável quantidade de informação, representa parte do nosso conhecimento. Com a ajuda destes meios conseguimos ultrapassar os nossos limites, adquirir conhecimento, agilizar e facilitar as nossas actividades quotidianas. A informática veio revolucionar também o mercado de trabalho, aumentando as oportunidades de emprego para aqueles que detêm competências informáticas desde o nível de utilizador até às funções técnicas mais específicas. As empresas preocupam-se em contratar colaboradores capazes de trabalhar com as tecnologias indispensáveis aos seus processos, exigindo-nos a capacidade de estarmos sempre actualizados. Dispondo de tecnologia com tamanho poder e capacidade para revolucionar as nossas vidas, compete-nos a responsabilidade de a usar em nosso benefício. João Lemos (*Monitor de Informática da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)

### Operação Fátima

Decorreu de 4 a 11 de Maio mais uma “Operação Fátima” da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, que este ano, para além de ter funcionado nas nossas instalações, teve o seu principal apoio aos peregrinos na Casa de Redolho. Desde os primórdios da sua existência que a CVP de Águeda presta este serviço àqueles que com a sua fé demandam à Cova da Iria e aqui encontram ajuda para suavizar tão longa caminhada, com o tratamento às bolhas, lavagem aos pés, massagem e quando necessário são-lhes prestados primeiros socorros. Esta é uma das muitas respostas sociais prestada à comunidade pela Delegação, à qual os seus voluntários se entregam de alma e coração, dignificando a Instituição e Águeda. Este ano para além das viaturas, PMA, material de enfermagem e outros, estiveram envolvidos 22 voluntários, que assistiram 248 peregrinos, numa prestação de serviço de voluntariado que totalizou 374 horas e 30 minutos. Toda esta entrega ao bem comum passa despercebida à maioria dos cidadãos e o que mais nos entristece, infelizmente também daqueles que podem e devem ajudar. César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)

## 35º Aniversário da Cruz Vermelha



No passado dia 21 de Abril, a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa assinalou o seu 35º Aniversário de entrada ao serviço da comunidade. O dia iniciou-se com o hastear das bandeiras, com formatura, na parada da Delegação, seguindo-se a recepção às entidades oficiais. Acto contínuo, todos rumaram à Borralha, a fim de participarem, na igreja matriz, na missa de aniversário (animada pelo Coro da Cruz Vermelha de Águeda) e homenageando os sócios, directores, trabalhadores, voluntários já falecidos. A Dra. Sandra Fernandes, falecida há um ano, também foi recordada com saudade. Imediatamente antes da sessão solene, no Auditório Veiga Camelo, o nosso Coro Misto interpretou duas excelentes peças fortemente aplaudidas. A mesa de honra era constituída por Arquitecto Veiga Camelo, Santos Sousa (Director da Segurança Social de Aveiro), Pimenta Araújo (Cruz Vermelha Nacional), Jorge Almeida (Câmara Municipal de Águeda) e César Marques (Presidente da Delegação).

Começou por usar da palavra César Marques, agradecendo a presença de todos e, olhando Santos Sousa de-lhes as boas-vindas augurando que esta seja a primeira de muitas mais visitas a esta casa e apelou aos poderes central e local para que “não deixem de apoiar as instituições sociais, pois são elas que, num momento de crise como a que atravessamos, se empenham na diminuição da pobreza e das desigualdades”. Solicitou ainda a Santos Sousa que “não podendo melhorar os acordos, pelo menos os mantenha”. Dissertou sobre a criação da Cruz Vermelha em Portugal, lembrou os fundadores do então Núcleo de Águeda, em 1977 (Sebastião Lobo, Arménio e Eva Costa) e referiu os números astronómicos dos serviços e apoios prestados no ano de 2011. Jorge Almeida, Vice Presidente da Câmara Municipal dirigiu as primeiras palavras a “quem ousou sonhar e trazer para Águeda esta instituição”, considerou-a “uma garantia de tranquilidade para o município e que “esta casa terá sempre que ser apoiada pela Câmara, pelas respostas atípicas que dá”. Santos Sousa afirmou que vai esforçar-se por ajudar a Cruz Vermelha Portuguesa de Águeda. Relativamente aos números anteriormente apresentados disse que não fazia a mínima ideia e deixou uma palavra de apreço e esperança pelo trabalho que a Delegação está a desenvolver. Finalizou as intervenções Pimenta Araújo felicitando a Delegação de Águeda, bem como o respectivo Coro, considerando-o de “nível internacional”. Sublinhou que a Direcção de César Marques “conseguiu pôr a Delegação num patamar muito dignificante” e desejou “que a crise vos seja leve e todos sejam capazes de a resolver e ultrapassar”. Considerou ainda a actividade da CVP de Águeda como sendo uma referência a nível nacional. No final houve um almoço ligeiro, confeccionado nas instalações da Delegação, terminando assim as comemorações do 35º Aniversário da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

*“...considerou-a uma garantia de tranquilidade para o município e que “esta casa terá sempre que ser apoiada pela Câmara, pelas respostas atípicas que dá”.*

## Projecto “Metamorfose” da CVP



O Projecto “Metamorfose”, com qual a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa concorreu ao “Águeda 21”, através dos jovens dos Ateliers de Desenvolvimento de Competências juntamente com os utentes do Centro de Alojamento Temporário (CAT), assim como os da ação social e beneficiários do Rendimento Social de Inserção (RSI), acaba de ser reconhecido pela nossa Câmara Municipal, com o prémio “Águeda 21”, no valor de 2000,00 Euros. Sentimo-nos honrados pelo prémio que destaca a Excelência e premeia a Sustentabilidade, mas que cabe por inteiro, a todos aqueles que nele estão envolvidos, pois é uma demonstração pública, que sentem e vivem a instituição e concelho, não esquecendo os promotores do referido prémio e o seu aspecto inovador. Com a criação do “Águeda 21” por parte da Câmara Municipal de Águeda, que convida a comunidade a participar e a elaborar projectos para a sustentabilidade do nosso concelho e outros. Pegando na ideia, os nossos jovens dos 12 ao 16 anos, dos Ateliers de Desenvolvimento de Competências, acompanhados pelos utentes do CAT e do RSI, supervisionados pelas suas técnicas, das quais

destaco a monitora Paula Santos, desenvolveram este projecto sustentado principalmente na agricultura, com a sua horta biológica, em terrenos cedidos pela nossa Câmara, no parque de Alta Vila, e a reutilização e reciclagem de resíduos, envolvendo empresas e entidades privadas para angariação de materiais para a realização de Workshops de reciclagem. Em traços gerais este é o Projecto “Metamorfose” da CVP, contemplado com o 1.º Prémio. César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da CVP*)

*“...Sentimo-nos honrados pelo prémio que destaca a Excelência e premeia a Sustentabilidade, mas que cabe por inteiro, a todos aqueles que nele estão envolvidos...”*



## 7ª Edição da Semana da Responsabilidade Social (SRS 12)

No âmbito da 7ª Edição da Semana da Responsabilidade Social (SRS 12), a convite da Associação Portuguesa de Ética Empresarial (APEE) e da HFA - Henrique, Fernando & Alves, SA., a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa esteve presente no Seminário, num painel subordinado ao tema " *O papel das IPSS na mudança e inovação para novos estilos de vida*", no passado dia 11 de Maio no Auditório da Caixa de Crédito Agrícola. Esta Edição, à semelhança do que aconteceu nas anteriores, decorreu em simultâneo em várias cidades, nomeadamente Lisboa, Aveiro, Viana do Castelo, Águeda, Figueira da



Foz e Évora e demonstraram, mais uma vez, que a responsabilidade social é uma temática que merece uma preocupação crescente mas que todo o país está desperto para as necessidades e preocupações actuais neste domínio. A escolha do tema desta SRS12 surgiu no seguimento da recente publicação da Estratégia da Comissão Europeia para a Responsabilidade Social 2011-2014, um documento de referência que reconhece a relação entre a inovação, o desenvolvimento sustentável e a necessidade de envolvimento de todas as organizações, nomeadamente dos sectores público e privado nas questões da Responsabilidade Social. Neste contexto, a APEE pretendeu promover o debate em torno desta temática, apresentando o " *estado da arte*" da Responsabilidade Social, contribuindo para o enriquecimento da SRS, tanto ao nível de conteúdos como na demonstração das práticas mais socialmente responsáveis que temos no nosso país. Num painel de troca de experiências e promoção de boas práticas entre instituições do sector social, a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa expôs todo o trabalho desenvolvido com os seus utentes nas diferentes respostas sociais e demonstrou como é possível intervir activamente, de forma responsável, sustentável e inovadora, promovendo a mudança de estilos de vida e desenvolvendo atitudes cívicas e responsáveis da população mais carenciada do concelho. Carla Ferreira (*Coordenadora da Acção Social da Delegação de Águeda da CVP*)

## Cantinas Sociais na CVP de Águeda e no Centro Social e Paroquial de Recardães



A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa e o Centro Social e Paroquial de Recardães, acabam de serem seleccionados pela Segurança Social de Aveiro, para a implementação do Programa de Emergência Social (PES) do Protocolo de Cooperação 2011-2012 em vigor, no concelho de Águeda. Este protocolo celebrado no passado dia 28 de Maio, no âmbito da Convenção da Rede de Cantinas Sociais para o Programa de Emergência Alimentar, destina-se essencialmente a: idosos com baixos rendimentos, famílias expostas ao fenómeno do desemprego, famílias com filhos a cargo, pessoas com deficiência, pessoas com dificuldades de ingresso no mercado do trabalho. Com a assinatura deste Protocolo, as duas instituições terão como referencial mais 65 refeições diárias, que se destinarão essencialmente ao consumo domiciliário e destinadas à população alvo atrás designada, devido ao agravamento social das famílias do nosso concelho. Os critérios desta selecção, de acordo com a Segurança Social de Aveiro, foram encontradas nas instituições que reuniam as condições adequadas para a execução do referido protocolo. Este protocolo em nada nos vai ajudar financeiramente, mas sentimo-nos felizes pela escolha, pois ela representará para as duas instituições mais uma resposta social à comunidade e em tempo de crise todas as ajudas são poucas. César Marques (*Presidente da CVP de Águeda*)

## Acção Temática “Vacinação”

A Equipa de Rendimento Social Inserção organizou no dia 12 de Junho, mais uma Acção Temática para Beneficiários do Rendimento Social de Inserção subordinada ao tema



“Vacinação” que decorreu no auditório da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa. Um assunto muitas vezes negligenciado pela população em geral e pelos beneficiários de RSI em particular. Assistiram à referida Acção 75 beneficiários de RSI, criteriosamente seleccionados, acompanhados pela Equipa Técnica do RSI da CVP, tendo comparecido também beneficiários do Centro Social e Paroquial de Valongo do Vouga. A Acção foi dinamizada pela Enfermeira Rosa Seabra do Centro de Saúde de Águeda. A Enf. Rosa iniciou a Acção com uma breve definição do que é a Vacinação e uma breve resenha histórica da mesma. De seguida explicou

qual a utilidade das Vacinas e que estas são diferentes dos medicamentos, já que estes últimos têm uma acção terapêutica e benefícios somente individuais e as Vacinas têm uma acção preventiva e benefícios individuais mas também colectivos. A palestrante deu continuidade à Acção explicando o que é o PNV - Plano Nacional de Vacinação e a importância de seguir escrupulosamente desde o nascimento até à data estipulada, todas as tomas das vacinas para imunizar ao máximo os indivíduos contra doenças como a Tuberculose, Hepatite, Poliomielite, Meningite, Sarampo, Rubéola, Papeira, Difteria, *Haemophilus Influenza Tipo B*, Cancro do Colo do Útero e Tétano. A Enf. Rosa explicou alguns dos sintomas que antecedem o aparecimento das doenças descritas anteriormente e por último falou do diferente nº de doses de Vacinas que são tomadas consoante cada doença, bem como as contra-indicações, ou seja as situações excepcionais em que a toma de determinada vacina deve ser adiada e ainda das reacções adversas causadas pelas vacinas e que devem ser avaliadas pelo enfermeiro. A Enf. Rosa terminou a Acção elucidando que é no sentido de acautelar estas reacções que os utentes, tanto adultos como crianças, devem permanecer em observação depois da toma das vacinas. Seguiu-se um pequeno debate, em que alguns beneficiários colocaram algumas dúvidas à Enf. Rosa. Maria do Rosário Almeida (*Ajudante da Acção Directa da Equipa do RSI da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)

*“Assistiram à referida Acção 75 beneficiários de RSI, criteriosamente seleccionados, acompanhados pela Equipa Técnica do RSI da CVP...”*

## Férias da Páscoa nos Ateliers

Realizou-se de 26 de Março a 5 de Abril as Férias da Páscoa nos Ateliers de Desenvolvimento de Competências da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa. Nestas férias os jovens de 12 a 16 anos realizaram várias actividades como a acção cívica “Limpar Portugal”, o trilho pedestre “Trilho de Águeda”, Atelier de escrita criativa “Ler de pernas para o ar”, actividades desportivas, de culinária e visitas temáticas ao Museu do Papel, à Portucel, ao Lugar dos Afectos e a actividade mais lúdica que foi a ida à Feira de Março em Aveiro. Foram duas semanas de intenso dinamismo onde o Respeito e a Responsabilidade estiveram em foque na concretização dos objectivos do Plano Pedagógico dos Ateliers. Paula Santos (*Animadora Socioeducativa da Delegação de Águeda da CVP*)

## Acção Temática “Prevenção de Hábitos Alcoólicos”



No dia 18 de Maio de 2012, teve lugar no Auditório da Delegação da Cruz Vermelha de Águeda uma Acção de Sensibilização intitulada “*Prevenção de Hábitos Alcoólicos*”. A referida Acção iniciou com o Dr. Pedro Monteiro, Coordenador do NLI, a agradecer a presença dos beneficiários do RSI, bem como da disponibilidade evidenciada pela Equipa de Enfermagem do Centro Saúde de Águeda, nomeadamente do Enfermeiro Rui Branco e Enfermeira Rosa Seabra, acompanhados por 3 estagiárias. O Enfermeiro Rui Branco iniciou por definir alcoolismo, como sendo uma doença frequentemente crónica e progressiva. Seguidamente foram apresentados alguns dos sintomas como forma de diagnóstico de dependência alcoólica: necessidade de beber, síndrome de abstinência (suores, ansiedade, irritabilidade, febre, alucinações, entre outros), abandono de interesses, amnésia; subterfúgios para beber, agressividade, cansaço, insónias, depressões e convulsões. Continuamente foram transmitidas as consequências da Dependência Alcoólica, quer de ordem física, quer de problemas ao nível nutricional, gastrointestinal, cardiovascular, psicológico e social. Foi entregue aos beneficiários um Questionário com vista a avaliar o grau de dependência alcoólica. Por fim foi solicitado que os beneficiários participassem num exercício de partilha de experiências alcoólicas. O Enfermeiro Rui Branco explicou qual a constituição e o funcionamento das Consultas de Alcoologia do Centro de Saúde de Águeda e alertou que esta problemática é a que mais afecta o Concelho de Águeda presentemente. Joana Heleno (*Ajudante da Acção Directa da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)

## Colaboradores da Ciclo-Fapril e CVP juntos pela mesma causa

1.º de Maio, comemoração do “Dia do Trabalhador”, lembrando a luta pelas 8 horas de trabalho, que este ano a administração da “Ciclo-Fapril” e seus colaboradores, para além de outras iniciativas o quiseram fazer de maneira diferente e solidária, para com aqueles que neste momento não têm trabalho e passam dificuldades alimentares. Numa iniciativa pouco comum, mas de grande alcance social, quiseram os trabalhadores desta empresa não esquecer os seus colegas desempregados, cada vez mais esquecidos, pelo poder central e local, e através de uma instituição humanitária (Cruz Vermelha de Águeda) oferecer o óvulo de uma campanha, traduzida em diversos produtos alimentares. A solidariedade não é palavra vã, ela acontece e cada vez com mais frequência, mas regra geral tem a sua génese nas camadas com menos poder económico. A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, instituição escolhida para a distribuição dos alimentos doados e em nome daqueles que deles vão beneficiar, quer aqui deixar expresso, à empresa “Ciclo-Fapril” e seus colaboradores, todo o altruísmo demonstrado neste ato solidário. César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)



1.º de Maio, comemoração do “Dia do Trabalhador”, lembrando a luta pelas 8 horas de trabalho, que este ano a administração da “Ciclo-Fapril” e seus colaboradores, para além de outras iniciativas o quiseram fazer de maneira diferente e solidária, para com aqueles que neste momento não têm trabalho e passam dificuldades alimentares. Numa iniciativa pouco comum, mas de grande alcance social, quiseram os trabalhadores desta empresa não esquecer os seus colegas desempregados, cada vez mais esquecidos, pelo poder central e local, e através de uma instituição humanitária (Cruz Vermelha de Águeda) oferecer o óvulo de uma campanha, traduzida em diversos produtos alimentares. A solidariedade não é palavra vã, ela acontece e cada vez com mais frequência, mas regra geral tem a sua génese nas camadas com menos poder económico. A Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, instituição escolhida para a distribuição dos alimentos doados e em nome daqueles que deles vão beneficiar, quer aqui deixar expresso, à empresa “Ciclo-Fapril” e seus colaboradores, todo o altruísmo demonstrado neste ato solidário. César Marques (*Presidente da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa*)



### Social:

18 de Junho a 14 de Setembro - Programa de Férias de Verão dos Ateliers de Desenvolvimento de Competências para Jovens dos 12 aos 16 anos de idade, com actividades diversas no âmbito da animação e na aquisição de conhecimentos nas áreas da Serralharia, Olaria, Informática e Fotografia

20 de Julho - II Encontro de Jovens das IPSS do Concelho de Águeda

### Cultural:

#### Actuações Coro Misto da CVP

30 de Junho - I Concerto de Verão do Coral Stella Maris - Basílica de Mogofores

7 a 18 de Julho - Presença no AgitÁgueda

14 de Julho - 25º Aniversário do Orfeão de Eiriz - Paços de Ferreira



### Delegação de Águeda

Centro Comunitário Porta Aberta  
Av. Calouste Gulbenkian  
3750—102 Águeda  
Portugal

Telefone: 234 602 642

Fax: 234 602 699

Telemóvel: 963 136 799

Site: <http://agueda.cruzvermelha.pt>

E-mail: [dagueda@cruzvermelha.org.pt](mailto:dagueda@cruzvermelha.org.pt)

Grafismo e composição: João Lemos  
Redactor principal: Carla Ferreira  
Colaboradores principais: César Marques, Wilson Abrantes, Paula Santos, Joana Heleno

Boletim Informativo

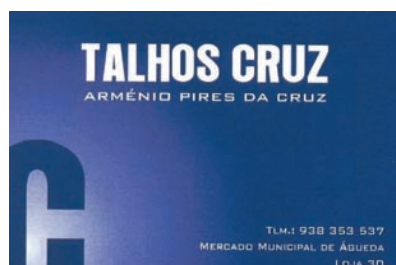
Impressão: Joartes

Tiragem: 250 exemplares

Publicação: Trimestral

Distribuição gratuita

## Apoios



Produtos Alimentares Congelados  
Pedro Manuel Silva Ferreira

