

Nesta edição

	2
Artigo de opinião	
	3
Encontro de Coros da Bairrada	
	4
Ateliers 10 anos	
Sensibilizar para Responsabilizar	5
Ação de recolha de alimentos da CVP	6
Ação "A Importância da Formação Profissional"	6
Internet Segura	7
Workshop	

RSI



Rendimento Social de Inserção

O RSI - Rendimento Social de Inserção - Medida Social sobejamente conhecida da População Portuguesa.

Sendo uma Medida de Proteção Social, visa a integração efetiva do utente, contribuindo para evitar situações de **pobreza extrema**.

Por lacunas na Lei que regula esta Medida, por vezes a mesma tende a ser injusta se a compararmos, por exemplo, com o Subsídio de Desemprego atribuído a um cidadão que já criou riqueza para o país, mas que recebe um subsídio limitado no tempo, já o RSI, enquanto não existir integração, e desde que sejam cumpridos todos os requisitos a que a Medida obriga, é **ILIMITADO**.

Seria importante, para não se verificarem exageros ou injustiças na atribuição do Rendimento Social de Inserção, que a Medida em causa fosse reformulada por quem legisla, de forma a torna-la mais flexível, auscultando para isso os Técnicos que se encontram no terreno, pois melhor que ninguém, eles sabem onde se encontram as incompatibilidades entre a Lei e a sua aplicação.

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

Opinião

Atualmente, ainda há muitas pessoas que associam as consultas de Medicina Dentária / Estomatologia como atos de tortura e procuram ter que estar o mínimo tempo e número de vezes possível expostos a elas. Esta cultura do medo e fobia, parcialmente enraizada na sociedade e transmitida de forma familiar e social pode vir já de longa data,



desde a altura em que as extrações dentárias eram um entretenimento realizado em feiras por barbeiros-cirurgiões, disputando até por vezes concursos de *arranca-dentes* em cima de cavalos.

Muito mudou desde esses tempos medievais e, no entanto, nesta época de conhecimento e desenvolvimento, as informações continuam a estar tendencialmente mal dirigidas e com prioridades invertidas.

“Não obstante esta dificuldade de acesso aos cuidados de saúde oral, principalmente das classes sociais economicamente desfavorecidas, a falta de informação sobre a saúde e especificamente sobre a saúde oral é abismal!”

Desde as políticas governamentais cujo objetivo declarado é um Serviço Nacional de Saúde economicamente rentável, em vez de um eficiente e de qualidade (sem contemplar no entanto desperdícios e gastos desnecessários), em que invariavelmente se teria que investir para se obter proveitos em saúde, e com a melhoria dos cuidados de saúde na população e na sua qualidade de vida, obtendo-se um aumento de produtividade laboral e diminuição de dias de falta ao trabalho por doença e levar a um retorno financeiro da economia estatal.

Apesar do rumo contra a maré por parte da Ordem dos Médicos Dentistas, em colaboração com Ministério da Saúde com o programa nacional de saúde oral, através dos Cheques Dentista, ou de outros programas pontuais de iniciativa particular de solidariedade, a política de saúde oral em Portugal continua a ser a de *não o ser*. Ou seja, para além de algumas unidades de cuidados de saúde primários, equipadas com gabinetes dentários (e algumas dessas até Médicos-Dentista têm...), da especialidade médica de Estomatologia existente nos Hospitais estar completamente assoberbada, sem capacidade de resposta, pouco sobra aos Portugueses senão recorrerem ao Médico-Dentista particular.



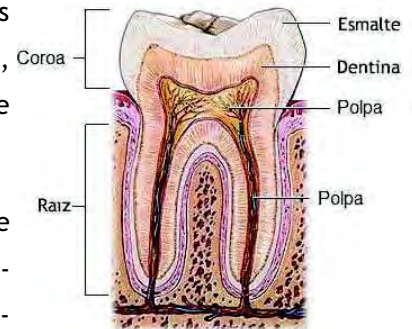
Não obstante esta dificuldade de acesso aos cuidados de saúde oral, principalmente das classes sociais economicamente desfavorecidas, a falta de informação sobre a saúde e especificamente sobre a saúde oral é abismal, encontrando-se as ordens de valor invertidas, sendo valorizados e mediatizados investimentos financeiros em bens de consumo inúteis e de *(des)conforto* ao invés da promoção de cuidados de saúde e de prevenção de doenças.

Como tal, não será de estranhar que a segunda doença mais comum, sendo apenas ultrapassada pelo resfriado comum, seja a cárie dentária, afetando quase 90% da população.

De forma a podermos contribuir para o conhecimento básico das patologias orais iremos, em breves resenhas expor os conteúdos básicos das mais frequentes, iniciando hoje pela mais frequente de todas - a Cárie dentária.

A cárie dentária não é mais do que as conhecidas cavidades dos dentes que por tantas vezes levam à fratura dos dentes, infeções osteo-dentárias, mau-hálito, estética deficiente, má função mastigatória e dores, entre outros.

É uma doença infecciosa, causada por bactérias, que têm a capacidade de transformar alguns tipos de alimentos, principalmente hidratos de carbono, como os doces, chocolates, gomas, mas também alimentos com hidratos de carbono complexos como pão, arroz, etc., em ácidos que dissolvem o esmalte dentário (tecido mais duro que o nosso organismo produz e que reveste e protege a coroa do dente) e criam as lesões de cárie.



Numa fase inicial não costumam causar qualquer tipo de dor ou sintoma, tendo geralmente uma progressão lenta. Geralmente iniciam-se em como uma mancha branca na superfície do dente que, ao progredir leva à formação de uma pequena cavidade. Através desta, as bactérias rapidamente atingem a dentina que

é um tecido menos duro que o esmalte, sendo, por isso, mais facilmente dissolvido pelos ácidos produzidos pelas bactérias. Conforme as cavidades vão aumentando, pode surgir então sensibilidade e mau hálito, até situações mais complicadas, com dor (inicialmente a estímulos, frio, doce e quente e na progressão com dor espontânea muito intensa). Quando a cárie dentária atinge a polpa do dente (região interna do dente que possui os nervos e vasos sanguíneos), pode originar infeções, abscessos ou até, em casos menos frequentes, ocorrer propagação dessas infeções para o cérebro ou pescoço podendo causar mesmo risco imediato de vida (trombose do seio cavernoso e angina de Ludwig, respetivamente).

O diagnóstico precoce pelo próprio é difícil, pelo que a prevenção da cárie dentária através de uma higiene oral cuidada e mantida diariamente (a explorar num tema futuro), alimentação pobre em hidratos de carbono refinados, evicção de *petiscos* entre as refeições e de bebidas açucaradas e gaseificadas, é importante, assim como a consulta regular ao Médico Dentista para o diagnóstico e intervenção precoces, sem prejuízo da saúde oral.

O tratamento da cárie dentária pode ser apenas a remoção do tecido cariado e substituição com uma restauração, numa fase ainda inicial, à desvitalização ou até extração do dente, de acordo com a gravidade da lesão da cárie. *João Toscano Alves Médico Dentista nº 4802 da OMD*

“A cárie dentária não é mais do que as conhecidas cavidades dos dentes que por tantas vezes levam à fratura dos dentes, infeções osteo-dentárias, mau-hálito, estética deficiente, má função mastigatória e dores, entre outros.”

Coro no XX encontro de coros da Bairrada



“O nosso orfeão, dirigido pelo maestro Sérgio Brito, com Cláudio Vaz ao piano, interpretou três belos temas...”

O Coro misto da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, deslocou-se a Oliveira do Bairro (Quartel das Artes), a fim de participar no concerto comemorativo do “XX encontro dos coros da Bairrada”, no dia 2 de Maio, organizado pelo Orfeão Sol, do Troviscal. No total participaram doze coros, oriundos de cinco concelhos: Águeda, Anadia, Cantanhede, Mealhada e Oliveira do Bairro, perfazendo cerca de 400 coralistas. O “nosso” Coro, dirigido pelo maestro Sérgio Brito, com Cláudio Vaz ao piano, interpretou três belos temas, a saber:

“Coimbra Menina e Moça”, “Barco Negro” e “Glória Im Excelsis Deo”, merecedores de fortes ovações. O maestro ainda colaborou, ao piano, com alguns coros em exibição, a pedido dos respetivos maestros. Para fechar com chave de ouro, o Coro Misto da Delegação de Águeda, juntamente com o Orfeão Sol do Troviscal (anfitrião), interpretam a “Balada de Outono”, de Zeca Afonso, com Graça Marques a solista, empolgando toda a assistência. No uso da palavra, a Vereadora da Câmara Municipal de Oliveira do Bairro, Elsa Pires, agradeceu a presença de todos e referiu que “estes grupos são a verdadeira cultura” e “quando se juntam centenas de vozes como estas, o futuro está presente”. O presidente da União de freguesias de Bustos, Troviscal e Mamarrosa, Duarte Novo, também elogiou os “cantores”, maestros e diretores dos corais ali presentes. A finalizar, foi passado o testemunho ao Grupo Coral Magister (Mealhada), que organizará o evento em 2016. Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da CVP de Águeda*)

Ateliers da Cruz Vermelha - 10 anos



Os Ateliers de Desenvolvimento de Competências da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa, assinalaram o 10º Aniversário de existência, com uma exposição fotográfica - “10 anos, 10 rostos”, no largo Dr. António Breda, em Águeda. Na oportunidade, o Presidente, César Marques, disse: “Há 10 anos a quando da ideia de criar este tipo de ocupações, muitos duvidaram do seu interesse e do seu êxito. Porém, logo se verificou a enorme importância que estes Ateliers viriam a ter futuramente.” Afirmou ainda que “Águeda deve saber reconhecer aquilo que esta instituição faz” e que, “com a criação dos Ateliers, há 10 anos, contribuímos para retirar muitos jovens da rua”. Bruna Marques, em nome dos alunos, lembrou que “actividade da Cruz Vermelha vai muito além do socorrismo” e lançou o repto a outros jovens. Victor Gomes falou do papel dos Ateliers e que a maior recompensa que têm os monitores, tal como ele, é “sentir a gratidão destes jovens.” O papel dos Ateliers e sua influência foram ainda destacados por Francisco Vitorino (Presidente da Assembleia Municipal), Paulo Seara (Presidente da União de Freguesias de Águeda e Borralha), Carla Ferreira (Directora Técnica da Delegação) e Catarina Neves (Psicóloga da instituição). Wilson Abrantes (*Vice-Presidente da CVP de Águeda*)

Sensibilizar para Responsabilizar



Em jeito de resposta à identificação de algumas dificuldades no desempenho das funções parentais, ao nível de alguns beneficiários de Rendimento Social de Inserção com menores a cargo, designadamente no que concerne à falta de responsabilidade por parte dos mesmos no acompanhamento da vida escolar dos seus educandos, realizou-se, no dia 31/03/2015, um Workshop, na Escola Fernando Caldeira, subordinado ao tema “*Sensibilizar para Responsabilizar*”.

A dinamização do Workshop ficou a cargo da Educadora Isabel Santiago,

representante da área da educação no Núcleo Local de Inserção de Águeda, e da Dra. Rosália Coelho, Psicóloga do Agrupamento de Escolas de Águeda, contando, ainda, com a colaboração do Coordenador do NLI de Águeda, Dr. Pedro Monteiro, das Técnicas Gestoras de Processos do NLI de Águeda e, ainda, com outros elementos da comunidade educativa/escolar. Após uma reflexão conjunta por parte das várias entidades e parceiros integrantes do NLI de Águeda, verificou-se, na área da educação, por um lado, a não existência de abandono escolar por parte dos menores/alunos sinalizados nos Contratos de Inserção, celebrados no âmbito do Rendimento social de Inserção, o que leva desde já a salientar a importância do RSI como medida de promoção da conclusão da escolaridade obrigatória. No entanto, por outro lado, verificou-se, também, que continuam a existir algumas lacunas no que toca à responsabilização dos pais e/ou encarregados de educação para um acompanhamento de proximidade da situação escolar dos seus educandos, destacando-se a importância do levantamento das avaliações escolares, a presença nas reuniões com os Directores de Turma, a utilização da caderneta escolar como elemento de ligação entre o Director de Turma e os Encarregados de Educação, a promoção de uma frequência assídua e pontual por parte dos filhos, assim como da valorização da vida escolar por parte dos mesmos. Estas constituíram-se, precisamente, como as principais temáticas abordadas no referido Workshop. Acresce dizer que a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa sinalizou um total de 28 beneficiários/encarregados de educação, maioritariamente pertencentes a minorias étnicas, unicamente por se constituírem como beneficiários onde verificam maiores lacunas a este nível. Ao que importa salientar que 25 dos quais compareceram ao referido Workshop (dois dos ausentes não compareceram devido a motivos de saúde devidamente justificados). Estes demonstraram uma atitude participativa e interessada, ao longo de toda a sessão, o que por si só revela o sucesso da iniciativa do Workshop em apreço. Mafalda Silva (*Técnica Superior do Protocolo do RSI*)



Ação de recolha de alimentos da CVP



Decorreu no passado dia 24, 25 e 26 de Abril Recolha de Alimentos a nível nacional da Cruz Vermelha Portuguesa. Este pedido em alimentos, a favor das famílias mais carenciadas provém do Protocolo estabelecido entre a Cruz Vermelha Portuguesa e a empresa Sonae, o qual decorreu nas Lojas Continente Modelo. Assim, a Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa aliando-se à Ação Nacional esteve presente nas Lojas Continente Modelo de Águeda e Anadia, angariando cerca de 5 toneladas de bens alimentares para ajudar as famílias mais

carenciadas do nosso concelho, angariando principalmente leite, arroz, massas, papas, entre outros géneros alimentares. Não podemos deixar de agradecer, em primeiro lugar, à Coordenadora Ação Social da Delegação, Dra. Carla Ferreira, pela organização de toda a iniciativa, a todos os jovens do Grupo de Jovens “*Ancorados em Ti*” da Paróquia de Recardães, aos jovens do Grupo de Voluntariado “*Helping hand*” da Escola Marques de Castilho, aos Jovens dos Ateliers Desenvolvimento de Competências, aos utentes do Centro de Alojamento Temporário da instituição, a todos os colaboradores e voluntários da Delegação de Águeda, nomeadamente aos voluntários Ermelinda Machado e Fernando Mendonça. A todos um bem hajam, pela vossa disponibilidade, empenho e espírito de voluntariado. Uma grande mostra de solidariedade para com a Cruz Vermelha de Águeda e todos os seus voluntários que estiveram a colaborar. O nosso muito obrigado à toda a população que respondeu positivamente ao nosso apelo humanitário, numa altura muito difícil para todos. Que a vossa solidariedade não seja palavra vã, mas que a todos contagie para futuras iniciativas. César Marques (*Presidente da CVP*)

Ação “A Importância da Formação Profissional”



Decorreu no dia 20 de Maio mais uma Ação Temática para Beneficiários do RSI subordinada ao tema “A Importância da Formação Profissional” que decorreu no auditório da Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa. A Ação foi dinamizada pelas Técnicas da CERCIAG Dra. Gorete Silva e Dra. Magali Oliveira. Assistiram à referida Ação 20 beneficiários de RSI acompanhados pela Equipa Técnica do RSI da CVP e dos *Pioneiros*. Esta Ação foi dirigida aos pais de beneficiários que presentemente são formandos na CERCIAG. A Dra. Gorete deu início à Ação acentuando a importância da Formação no âmbito do cumprimento dos Acordos de Inserção assinados. Explicou ainda que esses Acordos passam pelo cumprimento de Ações que são obrigatórias, algumas delas até com prazos para serem cumpridas. De seguida a Dra. Magali tomou a palavra dizendo que Cursos de Formação Profissional são a base para entrar no mercado de trabalho e que os Estágios são parte fundamental para a aquisição de competências profissionais. Acrescentou ainda, que os pais devem ter um papel primordial no incentivo à assiduidade dos filhos formandos, para estes adquirirem bons hábitos de trabalho. A Dra. Magali prosseguiu enumerando os Deveres dos formandos e os Direitos dos mesmos bem como as Regras a respeitar no âmbito da Formação. Rosário Almeida (*Ajudante da Ação Direta do RSI*)

Cuidados a ter com a utilização da Internet



Decorreu no dia 30 de Abril de 2015 no auditório da CVP de Águeda uma Ação Temática intitulada “Cuidados a ter com a utilização da internet”, dinamizada pelo Vítor Monteiro, estagiário de Informática na instituição. Esta Ação teve como objetivo divulgar as várias redes sociais bem como os perigos que

estão associados à utilização das mesmas não só para o público presente mas também para que estes pudessem alertar os filhos dos perigos para os mesmos. A rede social mais utilizada hoje em dia é o Facebook. Foram dados alguns conselhos ao navegar nesta rede social, tais como: evitar preencher todos os dados do perfil de forma a salvaguardar a nossa privacidade, não aceitar encontros com desconhecidos, criar uma *password* segura tendo o cuidado de a mudar de 2 em 2 meses, aquando se inicia sessão em computadores que não são nossos, ter em atenção sair sempre da aplicação ou selecionar a opção “limpar histórico desde sempre”. Foram transmitidas ainda algumas regras de etiqueta que devemos utilizar quando utilizamos redes sociais. Foram estas: respeitar os outros, não utilizar sempre letra maiúscula na escrita, não utilizar palavrões e evitar ser arrogante e inconveniente. Finalmente, em termos técnicos devemos ter sempre atualizado o *Software* na mais recente versão: antispyware, anti-vírus. Joana Heleno (Ajudante da Ação Direta do RSI)

“Esta Ação teve como objetivo divulgar as várias redes sociais bem como os perigos que estão associados à utilização das mesmas não só para o público presente mas também para que estes pudessem alertar os filhos dos perigos para os mesmos.”

Workshop - Educação e Gestão Financeira

Encontra-se a decorrer na Delegação de Águeda da Cruz Vermelha Portuguesa um Workshop sobre “*Educação e Gestão Financeira*” dinamizado pela Ajudante Joana Heleno. Este, teve início no dia 19/05/2015 e está previsto o seu término a 24/06/2015. Neste Workshop participam dois grupos, num total de 25 participantes. As sessões deste workshop são de periodicidade semanal e incluem 4 sessões. Nestas sessões é promovido o conceito de poupança sendo que ao longo das mesmas serão dadas várias estratégias para o efeito. São



transmitidas aos beneficiários algumas estratégias de poupança/contenção de despesas a efetuar no dia a dia de forma não só a reduzir os gastos diários mas também a conseguir com que se consiga chegar ao final do mês com algum dinheiro, fazer um pé de meia e para fazer face a alguma despesa extra. Estes, podem aprender algumas dicas sobre como reduzir o pagamento das faturas da água, luz e gás, bem como efetuar compras de bens essenciais de marcas brancas a preços económicos conjugando qualidade- preço. Para além disso, na última sessão é discutida a temática da educação financeira dada aos filhos, temática esta a abordar com os mesmos desde crianças. É discutido o fato de levar ou não os filhos às compras, as vantagens e desvantagens de o fazer, a importância do dinheiro e a utilidade do mesmo bem como dar ou não mesada/semanada e ensinar a transmitir o conceito de poupança. Joana Heleno (Ajudante da Ação Direta do RSI)

Ação Social:

17 de Julho - V Encontro de Jovens das IPSS do Concelho de Águeda

9 a 13 de Setembro - 22.ª Festa do Leitão à Bairrada

Cultural:

4 de Julho - Concerto na Covilhã



Desde 1865,
PELA HUMANIDADE.



Av. Calouste Gulbenkian n.º24
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

Grafismo e composição: João Lemos
Redactor principal: Carla Ferreira
Colaboradores principais: César Marques,
Wilson Abrantes, Maria do Rosário
Almeida, Joana Heleno, Mafalda Silva e
Dr. João Toscano

Boletim Informativo
Impressão: Joartes
Tiragem: 250 exemplares
Publicação: Trimestral

Distribuição gratuita

Apoios

