



Editorial

Terminado o ano de 2013 o GARCE (Grupo de Autorrepresentantes da Cercima) responsabilizou-se por editar mais um CercimaRepórter, agora em versão Newsletter. Com esta publicação queremos divulgar as atividades de 2013, novidades para 2014, e boas práticas desenvolvidas na Cercima. É também desta forma que pretendemos informar e aproximar todos os nossos amigos, familiares, parceiros e todos os que queiram passar a fazer parte da nossa comunidade. Esperamos que gostem !!!!



A Acontecer...

Oferta Formativa 2014

A CERCIMA, desenvolve ao abrigo do Programa de Qualificação para Pessoas com Deficiência e Incapacidades promovido pelo Instituto do Emprego e da Formação Profissional, as seguintes Ações de Formação previstas para iniciar em 2014, com duração de 2900h:

Requisitos Gerais:

- Idade igual ou superior a 18 anos ou, a título excepcional, maiores de 16 anos desde que os estabelecimentos de ensino nos quais os mesmos se encontrem inscritos comprovem a incapacidade para a frequência do mesmo.
- Habilitações mínimas de acesso inferior ao 1º ciclo;
- Autonomia para se deslocar em transportes públicos;
- Autonomia na gestão da rotina diária;

Benefícios:

- Subsídio de transporte;
- Subsídio de alimentação;
- Seguro de acidentes pessoais
- Obtenção de Certificado de Formação

Cursos	Data Prevista de Início*
Operador/a de Jardinagem	Setembro
Operador/a de Armazenagem	Setembro
Assistente Familiar e de Apoio à comunidade	Setembro
Operador/a de Serviços Gerais	Janeiro

A Cercima realiza, para cumprimento do **Plano de Segurança Interno**, exercícios de evacuação para treino e criação de rotinas de comportamento e de atuação em caso de sinistro.



CAMINHADAS PELA SAÚDE

O Núcleo de Motricidade da Cercima dinamiza as Caminhadas pela Saúde desde Outubro de 2013. O objetivo é realizar uma caminhada mensal de modo a combater o sedentarismo e promover hábitos de vida saudáveis, tendo em conta a capacidade física de cada cliente. Pretende-se também proporcionar a Inclusão e participação na comunidade. São realizados dois tipos de percursos com distâncias e níveis diferentes.



janeiro

- 3 - Caminhada pela Saúde I
- 20 - Caminhada pela Saúde II
- 25 - Espetáculo «Próximo Destino» pelo Grupo Danças Aparte

fevereiro

- 7 - Caminhada pela Saúde I
- 17 - Caminhada pela Saúde II
- 28 - Baile de Carnaval

março

- 7 - Caminhada pela Saúde I
- 17 - Caminhada pela Saúde II

abril

- 4 - Caminhada pela Saúde I
- 21 - Caminhada pela Saúde II
- 16 - Festa da Páscoa

maio

- 9 - Caminhada pela Saúde I
- 15 - Dia da Família (CAO)
- 19 - Caminhada pela Saúde II
- Encontro de Pais Socio-Educativo

junho

- 6 - Caminhada pela Saúde I
- 16 - Caminhada pela Saúde II
- 6 - Arraial de Verão (a confirmar)

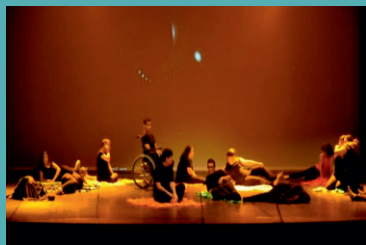
Entidade certificada desde 5 de Novembro de 2013 pela DGERT



Nas áreas de educação e formação :

- 090 - Desenvolvimento pessoal
- 341 - Comércio
- 622 - Floricultura e jardinagem
- 762 - Trabalho social e orientação

O grupo **DansasAparte** atuou no dia **25 de Janeiro** no **Cine Teatro Joaquim D'Almeida**, no **Montijo**, com o espetáculo **"Próximo Destino"** organizado pelo Conservatório Regional de Artes do Montijo.



II Encontro de Intervenção Precoce de Lisboa e Vale do Tejo

Realizou-se no dia **4 de Dezembro** o II Encontro de Intervenção Precoce de Lisboa e Vale do Tejo – “Intervenção Precoce – Para Quem?”

no **Fórum Cultural de Alcochete**, organizado pela Subcomissão de Coordenação Regional de LVT, Núcleo de Supervisão Técnica de Setúbal e pelas Equipas Locais de Intervenção Precoce na Infância do Montijo/Alcochete, Moita e Barreiro.

O Encontro contou com a presença de **400 participantes** das áreas da intervenção Social, Educação e Saúde, afirmando-se como um importante momento de reflexão e partilha sobre as boas práticas da Intervenção Precoce.

Neste dia, foi ainda formalizado, no âmbito do Sistema Nacional de Intervenção Precoce na



Infância, o Protocolo de constituição da Equipa Local de Intervenção Precoce Montijo e Alcochete, entre a CERCIMA, o Instituto de Segurança Social/Centro Distrital de Setúbal, a Administração Regional de Saúde de Lisboa e Vale do Tejo/ACES – Arco Ribeirinho, a Direcção Geral de Estabelecimentos Escolares.



No dia **3 de dezembro de 2013** realizou-se no Montijo o **1º Encontro de Emprego Apoiado**, promovido pela **CERCIMA**, com objetivo de **DIVULGAR** e **DISTINGUIR** os **formandos**, as **famílias** e as **empresas** que colaboram na formação e Inclusão de Pessoas com Deficiência e Incapacidades

Foi com grande satisfação que contamos com a presença de **38 formandos** e **ex-formandos** da CERCIMA, **12 famílias** e **14 empresas**.

No Encontro estiveram presentes o Eng.º Nuno Canta (Presidente da Câmara Municipal do Montijo), Dr. Leonardo Conceição (Instituto do Emprego e Formação Profissional), Dr. Augusto Sousa (Presidente da Associação Portuguesa de Emprego Apoiado). Contamos com os testemunhos das empresas, Continente do Montijo, Vibeiras e Colégio do Tejo.

Participaram dando o seu testemunho Ana Dias – mãe de um ex-formando empregado na Empresa “O Azeiteiro” e Anabela Silva – mãe de um formando a frequentar o Curso de Operador/a de Armazenagem.

Falaram sobre a importância da formação e do emprego na organização do seu projeto de vida - João Carvalheira ex-formando, empregado na Sociedade das Silveiras e João Lopes que frequenta o Curso de Operador/a de Armazenagem.

Foram entregues, pela Deputada Dr.ª Catarina Marcelino, os **Certificados de Responsabilidade Social** em reconhecimento de **Boas Práticas Empresariais** na Inclusão de Pessoas com Deficiência e Incapacidades e ainda os **Certificados de Formação Profissional** para os **formandos que concluíram** durante o ano de 2013 o seu **processo formativo**.

Salientou-se a importância do Estado Português continuar a apoiar projetos formativos que apostem no desenvolvimento de competências profissionais e sociais que promovam a autonomia, a autodeterminação, a igualdade de oportunidades, privilegiando os conhecimentos práticos e técnicos necessários às exigências do posto de trabalho.

Todos somos capazes: com imaginação, criatividade, adaptabilidade, sustentados e apoiados numa rede educativa e formativa de construir um futuro melhor PARA TODOS.

OBRIGADO!



Colónia de Férias 2013

A Cercima organizou uma Colónia de férias, co-financiada pelo INR, I.P. através do Financiamento 2013, enquadrada no projeto A-RIR + (Auto-representar, Incluir e Recrear). Esta atividade realizou-se na Pousada da Juventude de Alcoutim, durante o período de 5 noites, de 6 a 11 de setembro de 2013. Este projeto contou também com o apoio da Junta de Freguesia do Montijo, que proporcionou o transporte dos clientes da Cercima.

Foram dinamizadas diversas atividades que proporcionam o desenvolvimento pessoal e social dos clientes:

- Canoaagem, caminhadas, hidroginástica, jogos no parque, raide noturno;



- Visitas turísticas ao centro e Castelo de Alcoutim, passeio de Barco, visitam a Espanha, Festa de aniversário e festa final;
- Praia e piscina;
- Vida diária: compras, preparação de lanches, realização de bolos, arrumação dos quartos, tarefas de higiene e vestuário com o máximo de autonomia;
- Académico-funcionais: realização de posters de identificação dos quartos, escrever e enviar postais para as famílias e parceiros.



Opiniões:

- A R. já consegue adormecer sozinha desde que voltou da colónia de férias. Obrigada a todos!
- Eles irem de férias com os amigos é ótima até para se desligarem um pouco dos pais terem mais responsabilidades e sentirem-se capazes.
- Fazer mais colónias e para sítios que a gente não conheça
- Fazer uma Colónia na Serra da Estrela.



Há cinco anos, que a **Linde Material Handling Ibérica** colabora com a Cercima através do **programa de voluntariado denominado Linde Solidária**. Este ano no dia **20 de novembro**, a ilusão e a alegria do Natal marcaram presença, um grupo de voluntários da delegação portuguesa deslocou-se à Cercima, para realizar diversos ateliers onde a criatividade de foi a grande



protagonista, construindo em equipa (voluntários da Linde e clientes da Cercima) uma Árvore de Natal.

Mais tarde houve um animado lanche e a festa terminou com a entrega de um donativo por parte da Linde Solidária. Sem dúvida uma empresa muito especial, que é recebida com grande



AQUI...

ACONTECEU

Feira de Natal 2013 - Alcochete Solidária



No dia **7 de Dezembro** entre as **10h e 19h** realizou-se no antigo Quartel dos Bombeiros em Alcochete a **Feira de Natal 2013** promovida pela **Loja do Mercado**. Esta iniciativa teve como objetivos a divulgação da loja junto da comunidade, escoar os produtos em excesso e facilitar o acesso de bens- prenda a toda a comunidade e a baixo custo.

Nela estiveram expostos trabalhos realizados pelos clientes ao longo

do ano, bens cedidos pelos parceiros da comunidade (artigos de decoração, calçado, brinquedos, vestuário, livros infantis, acessórios), doces tradicionais e a **visita surpresa da Leopoldina**.

É de referir que o valor recolhido nesta feira reverteu a favor da Loja do Mercado (Projeto Solidário) para **angariação de fundos e aquisição de produtos de reduzido stock e de grande procura pelos clientes**.



Para a realização deste evento contamos com a **parceria da Sonae** através da presença da Leopoldina, a **NutriCafés** e ajuda preciosa do nosso **corpo de voluntários**.

Feira de Natal 2013

Alcochete solidária contou com **320 visitantes**.

A equipa do Centro Comunitário Cais do Sal (entidade gestora da Loja do Mercado) agradece a todos os envolvidos



Sessão Informativa: Após a Separação / Divórcio – as responsabilidades parentais

No dia **9 Dezembro** de 2013 das 17h30 às 20h30 o **Centro Comunitário Cais do Sal** em parceria com **Fundação João Gonçalves Junior** em **Alcochete** promoveu uma **sessão Informativa: Após a Separação / Divórcio** – as responsabilidades parentais que teve como objetivo refletir sobre as implicações que a separação /divórcio podem exercer sobre a estrutura familiar. Na dinamização da sessão contamos com a presença Dra. Margarida Pinto Correia (Advogada e Mediadora Familiar) e contou com a presença de **11 participantes**.





Boas Práticas



Em 2013 foi lançada a campanha interna “Cercima Amiga do Ambiente”

A Cercima formalizou o “Manual da Política Ambiental” porque queremos “desenvolver e implementar medidas de conservação dos recursos naturais, de modo a reduzir o impacto ambiental”!

Realizámos uma sessão de sensibilização, desenvolvida por 7 formandos do curso de formação profissional de Operador/a de Armazenagem, a qual contou com a participação de 44 clientes dos vários serviços da instituição e 10 colaboradores, com o objetivo de:

Treinar e consciencializar

os CLIENTES e COLABORADORES da CERCIMA para práticas ambientais de **poupança e reutilização**, nas suas atividades diárias, para conseguirmos assegurar o cumprimento da nossa política ambiental – **CERCIMA AMIGA DO AMBIENTE**

Os materiais dão origem aos nossos produtos **eCoArt**



EMPACOTAMENTO DE TALHERES

Como “Barulhentos” que somos resolvemos “ir fazer barulho” para o refeitório... Juntámos um pequeno grupo e começámos, de vez em quando, a empacotar talheres.

Como é uma tarefa divertida, resolvemos partilhá-la com colegas de outros grupos do CAO. Agora já somos tantos, que tivemos de fazer um horário semanal e somos responsáveis pelo empacotamento diário de todos os talheres!

Pedro L.

1 EQUIPAR

- 1.Colocar a touca na cabeça
- 2.Colocar o avental
- 3.Calçar as luvas nas mãos



2 PREPARAR AS SAQUETAS

- 1.Abrir a saqueta de papel
- 2.Colocar o garfo, a faca e a colher
- 3.Colocar o guardanapo já dobrado
- 4.Fechar o saco ou pedir a alguém que feche
- 5.Colocar a saqueta pronta no tabuleiro





Á conversa com... *Residência Autónoma*

A Residência Autónoma é uma resposta social da Cercima, com acordo de cooperação celebrado com o Centro Distrital de Segurança Social de Setúbal.

A Residência Autónoma iniciou a sua atividade em Fevereiro de 2011 e constitui-se como um espaço de habitação e de transição para a vida ativa e autónoma, acolhendo até um máximo de 5 clientes portadores de deficiência e outras incapacidades, com idade superior a 16 anos e capacidade de viver autonomamente mediante apoio.

A Residência Autónoma assegura:

- Alojamento dentro de um ambiente sociofamiliar de corresponsabilização;
- Alimentação, tendo em conta as necessidades nutricionais dos clientes;
- Cuidados de imagem e higiene;
- Cuidados com o tratamento de roupa;
- Transporte nas circunstâncias necessárias e/ou julgadas oportunas;
- Acompanhamento do estado geral de saúde, incluindo consultas médicas e terapêutica medicamentosa;
- Apoio bio-psico-social;
- Apoio nas Atividades de Vida Diária, o

acompanhamento ao exterior, bem como o apoio na aquisição de bens e serviços.

O Apoio técnico e o acompanhamento prestado são direcionados para a organização e gestão da vida diária bem como para o desenvolvimento de competências relacionais e comportamentais.

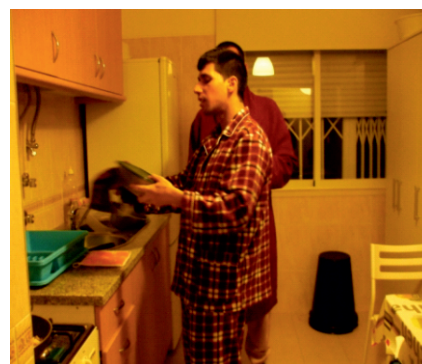
A Residência Autónoma procura ainda realizar atividades de carácter lúdico-recreativo, cultural, desportivo, intelectual, formativo e social.



Neste sentido considera-se que as atividades socioculturais representam uma mais-valia no funcionamento da Residência Autónoma, como sentido de oportunidade para o desenvolvimento da responsabilidade social e da capacidade autónoma dos clientes, potenciando o sentido de igualdade de oportunidades e a integração social, aprendizagem de vida e enriquecimento cultural.

Relativamente às atividades desenvolvidas salienta-se que a execução das atividades não comportou custos significativos à Organização ficando a dever-se a vários pedidos solidários às entidades dinamizadoras dos eventos que responderam positivamente e que muito agradecemos.

É com seriedade, espírito dinamizador e afetividade que, não só propomo-nos a cumprir a nossa missão com qualidade, mas também pretendemos partilhar os nossos conhecimentos e a prática desenvolvida nos projetos que desenvolvemos a todos quantos deles entendam beneficiar.



Assim orgulhamo-nos do nosso trabalho e gratificamo-nos pelo crescimento sentido nos nossos clientes.