



**CENTRO
COMUNITÁRIO**
PARÓQUIA DE CARCAVELOS

Nº 182 MAR 2014

Ficha Técnica:

Coordenação:

Natércia Martins

Redação:

Tânia Barreto e Vanda Maltez

Layout e Grafismo:

Tânia Barreto

Revisão:

Conceição Fernando

Propriedade:

Centro Comunitário
da Paróquia de Carcavelos
Av. do Loureiro, 394

Tel: 214578952

geral@centrocomunitario.net

Visite-nos em:

www.centrocomunitario.net
centrocomunitariocarcavelos.blogspot.com



Valências abrangidas: Apoio Social, Apoio Domiciliário, Espaço Sénior, Esperança de Recomeçar, Casa Jubileu 2000,

Infância e Animação, Gestão de projectos e Voluntariado e Creche.

ÁGORA

MERCEARIA DO CENTRO

Conheça em pormenor os objectivos e como será o funcionamento deste novo projecto do Centro Comunitário.

CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS

Saiba como pode ajudar o CCPC sem gastar nada! Ao preencher a declaração do IRS, indique o número de contribuinte (NIF) do Centro, no **quadro 9 do Anexo H - 502 127 600**

9	CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO (LEI N.º 16 / 2001 DE 22 DE JUNHO)	
	ENTIDADES BENEFICIÁRIAS DO IRS CONSIGNADO	NIPC
	Instituições Religiosas (art. 32.º n.º 4)	<input type="checkbox"/>
	Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública (art. 32.º n.º 6)	<input type="checkbox"/>
10	ACRÉSCIMOS POR INCUMPRIMENTO DE REQUISITOS	

901 502127600

- * Encontro Sénior "Traz um Amigo" * Vizinhos com Alma
- * Voluntariado na primeira pessoa * Festa Dia A - Amor e Amizade

Festa Dia A - Amor e Amizade



No dia 14 de Fevereiro, festejou-se o dia de S. Valentim no Espaço Sénior com uma abordagem nova e diferente: para além de se celebrar o Amor, procurou-se evidenciar a importância da Amizade.

Para criar este momento de partilha e realçar estes dois valores tão importantes, organizou-se a “Festa dia A – Amor e Amizade”. Através de uma dinâmica de grupo, promoveram-se actividades como a dança e o canto. Ao chegarem ao Salão Polivalente, os participantes rece-

beram um papel com um símbolo relacionado com o tema. De seguida, os participantes atiravam um dado gigante, saindo aleatoriamente uma actividade, como dançar em grupo ou cantar. “Foram escolhidas canções que fizessem reviver os tempos de juventude e de namoro, como temas de José Cid, Carlos Paião e as Doce”, explica Isabel Botelho.

Para além destes momentos de dinâmica em grupo, contou-se também com dois momentos musicais espontâneos, dirigidos por Cesaltina Ramos e Manuel Casaleiro, que animaram ainda mais o grupo que os assistia.

“Conseguiu-se mais um momento descontraído e de convívio. Criou-se uma energia em que as pessoas se sentiram à vontade para se divertirem e foi muito gratificante ouvir um dos nossos seniores dizer com um grande sorriso que foi preciso chegar aos 85 anos para começar a dançar!”, conclui Natácha Oliveira. 🌿

Maria Paula Quintão

Voluntária no Apoio Jurídico

Maria Paula Quintão trabalha na Brisa desde Agosto de 2002 enquanto advogada e jurista e é voluntária no Centro Comunitário da Paróquia de Carcavelos desde finais do ano de



2011. Já tinha sido voluntária na Paróquia de S. José do Algueirão, mas actualmente, é aqui no CCPC que Paula ajuda aqueles que mais precisam, na área do Apoio Jurídico: “Nesta área tentamos ajudar as pessoas naquilo que podemos, seja em relação a notificações que recebam dos tribunais ou

problemas e questões do dia-a-dia. Quando não nos é possível resolver os problemas directamente, encaminhamos para os serviços específicos e l a s

poderão resolver as suas questões.”

Paula explica que inicialmente escolheu o Centro Comunitário, pois de todas as instituições ligadas ao grupo Mello, “esta era aquela em que havia uma necessidade de apoio na esfera do Direito, mas senti-me tão bem recebida e acolhida

dentro da comunidade, que depressa senti que fazia alguma diferença na vida destas pessoas, por mais pequenina que seja.” A Brisa tem apoiado o Centro Comunitário através do voluntariado dos seus colaboradores, numa parceria que tem sido muito importante para o funcionamento da instituição e, para Paula, fez todo o sentido associar-se a este projecto.

Ainda na opinião da nossa entrevistada, o voluntariado é algo inerente à sua personalidade e ressalta a importância de ajudar o próximo: “o que me faz continuar a ser voluntária é interagir com as pessoas e saber que se pode fazer a diferença com tão pouco. Para mim, ser voluntária é uma maneira de estar na vida”. 🌱

Ajude o CCPC

O Centro agradece o seu contributo

Aceitamos tudo o que já não lhe faz falta em casa:

- roupa
- livros
- brinquedos
- calçado
- roupa de casa e utensílios
- electrodomésticos
- mobiliário....

Pode entregar no Centro todos os dias entre as 9h00 e as 20h00. 🌱



O Centro sou **EU** (também)



CAMPANHA 2 EUROS POR MÊS
AJUDE QUEM MAIS PRECISA

Colabore com 24€ por ano
utilizando os benefícios fiscais
previstos no Estatuto do Mecenato

NIB: 003601969910003254543 com comprovativo
para geral@centrocomunitario.net

Av. do Loureiro, 394 2775-599 Carcavelos Tel. 214 578 952
geral@centrocomunitario.net / www.centrocomunitario.net



CENTRO
COMUNITÁRIO
PARÓQUIA DE CARCAVELOS

Mercearia do Centro



CENTRO
COMUNITÁRIO
PARÓQUIA DE CARAVÉLOS



A Mercearia do Centro é um conceito inovador de apoio alimentar, inserido no Projeto Intervir, da responsabilidade do Gabinete de Ação Social.

A ideia teve a sua origem na Diretora do Centro, Dra. Conceição Fernando, e está a ser desenvolvida no terreno pela estagiária Sofia Borges Coelho. Com a implementação da Mercearia pretende-se substituir o atual Sistema de Cabazes, enquanto auxílio prestado às famílias em situação de carência económica.

Até este momento, o C.C.P.C. ajuda aproximadamente 300 famílias, embora todos os meses surjam cerca de 200 novas candidaturas, de acordo com Zulmira Perricha, coordenadora do Projeto Intervir.

A Mercearia do Centro tem objetivos bem definidos:

- combater o desperdício: uma vez que nem todos os produtos que compõem os cabazes se adequam às necessidades específicas de cada família;
- promover a autonomia na gestão do orçamento familiar;

- atribuir a cada família um cartão com créditos, conforme a sua capacitação;

- permitir a liberdade de escolha: cada agregado familiar trocará os seus créditos pelos produtos de que realmente necessita.

Como irá funcionar a Mercearia

Com a criação da Mercearia, as pessoas abrangidas pelo apoio alimentar poderão deslocar-se ao Centro quando mais lhes convier, dentro do horário de funcionamento da loja, em vez de ficarem condicionadas aos dias de distribuição dos cabazes.

Em simultâneo, serão desenvolvidas ações de formação cujo objetivo será proporcionar orientação às famílias para a mais correta gestão doméstica dos créditos atribuídos e dos bens obtidos.

Na opinião da estagiária Sofia, combater o estigma social associado à pobreza, conferindo uma maior dignidade ao apoio alimentar será um dos maiores

feitos deste projeto.

Os géneros alimentares disponibilizados às famílias são provenientes, em grande medida, do Banco Alimentar Contra a Fome de Lisboa, mas também de algumas empresas da área da distribuição, assim como de doações particulares, sobretudo no âmbito do projeto “Vizinhos com Alma”.

O sistema de atribuição de créditos a cada produto será flexível, pois estará dependente da relação entre a oferta e a procura dos bens doados e adquiridos.

Todas as pessoas que não possam deslocar-se à Mercearia, serão visitadas regularmente por voluntários, munidos de um catálogo de onde poderão escolher os produtos de que necessitam que, posteriormente, lhes serão entregues em casa.

BES Crowdfunding

Para ajudar a custear este projeto, recorreu-se ao BES Crowdfunding: financiamento coletivo através da Internet, cujo objetivo é promover o envolvimento e a contribuição dos portugueses, com pequenos donativos, com o banco a assegurar 10 por cento do financiamento total.

Todos os donativos acumulados até ao dia 4 de Junho serão imprescindíveis para fazer face ao custo das máquinas de frio, das obras e dos materiais que permitirão inaugurar a Mercearia do Centro. 🌱

Vanda Maltez,
Voluntária.

Consignação de 0,5% do IRS

Saiba como pode ajudar o Centro sem gastar nada!



Ajude-nos sem gastar!

A contribuição através da Declaração de Rendimentos é um acto de Responsabilidade Social que visa apoiar todas as pessoas mais desfavorecidas na sociedade.

Ao preencher a sua declaração de IRS, indique o número de contribuinte do Centro Comunitário da Paróquia de Carcavelos (NIF) no **quadro 9 do anexo H - 502 127 600**

9	CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO (LEI N.º 16 / 2001 DE 22 DE JUNHO)	NIF
	ENTIDADES BENEFICIARIAS DO IRS CONSIGNADO	
	Instituições Religiosas (art. 32.º n.º 4)	<input type="checkbox"/>
	Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública (art. 32.º n.º 6)	<input checked="" type="checkbox"/>
	AGRECIADOS POR INCUMPRIMENTO DE REQUISITOS	
10		502127600

**COM A CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IRS
ESTARÁ A AJUDAR MUITO SEM
GASTAR NADA!**

Av. do Loureiro, 394 2775-599 Carcavelos Tel. 214 578 952
geral@centrocomunitario.net/ www.centrocomunitario.net

A contribuição através da Declaração de Rendimentos é um ato de responsabilidade social que visa apoiar todas as pessoas mais desfavorecidas da

sociedade. Em vez de alimentos, bens ou dinheiro, todos os contribuintes podem doar, anualmente, através das suas declarações de IRS 0,5% dos seus impostos a uma entidade de solidariedade social, religiosa ou de utilidade pública, reconhecida pelo Estado. Esta doação não tem custos para o cidadão porque é retirada ao imposto liquidado, e não à parte que lhe será devolvida, caso tenha direito ao

reembolso.

Assim, para ajudar o Centro Comunitário da Paróquia de Carcavelos, cada um de nós só tem de preencher o **quadro 9 do anexo H com o NIF 502127600**. Manter uma instituição com a dimensão do Centro Comunitário requer muitos fundos, pelo que 0,5% pode não parecer muito, mas cada contribuição individual é extremamente importante para auxiliar os serviços que presta à comunidade, conforme salientou a Diretora Técnica, Dra. Conceição Fernando.

Deve ser nossa responsabilidade social, enquanto utentes, colaboradores e voluntários do Centro Comunitário, contribuir para o projeto de que fazemos parte, doando 0,5% do nosso IRS e sensibilizar os nossos familiares, amigos e vizinhos que não custa nada ajudar! 🌱

*Vanda Maltez,
Voluntária.*

Mensagem de Fevereiro

Vizinhos com Alma

Caros Vizinhos,

Junto enviamos o habitual resumo da nossa atividade de Fevereiro. Nos últimos dias de Fevereiro os números aumentaram significativamente como poderão constatar em comparação com o mapa apre-

sentado na reunião da passada semana.

Os produtos mais necessários para o mês de Março:

- Açúcar;
- Atum;
- Cereais;
- Fraldas nº 5 e 6;

- Ovos;
- Queijo;

Ficamos a aguardar as Vossas contribuições.

Com os melhores cumprimentos,

Victor Santos. 🌱

Encontro Sénior: “Traz um Amigo”



No dia 27 de Fevereiro realizou-se o primeiro Encontro Sénior “Traga um Amigo” do Centro Comunitário da Paróquia de Carcavelos.

A ideia principal foi proporcionar aos seniores do Grupo de Folclore do CCPC, não só um encontro em que pudessem mostrar aquilo que têm vindo a ensaiar, mas também uma forma de trazerem amigos, vizinhos ou familiares para compartilharem este momento.

Desta forma conseguiu-se não limitar as participações a quem está inscrito no Centro Comunitário mas sim alargar o círculo de “amigos” pelos moradores de Carcavelos. “Foi a nossa primeira iniciativa para algo deste género e pensamos em fazer algo anual ou até bi-anual, mas

explorando outras temáticas”, explica Alberto Cordas, monitor do Grupo de Folclore e conhecido por todos no Centro como Beto. “O Grupo de Folclore já tinha a ideia de utilizar o Polivalente para dinamizar as tardes do Centro e da Comunidade de Carcavelos, mas faltava colocar a ideia em prática e a Isabel Botelho e a Natacha Oliveira foram as responsáveis por inserir este conceito do “Traga um Amigo”, continua Beto.

“Lançamos o desafio para as pessoas contribuírem com canções, danças, poemas e anedotas. Os utentes foram participando e trouxeram consigo algumas pessoas que nunca tinham estado aqui no CCPC, para partilharem esta

experiência. O objectivo era que todos aqueles que estivessem presentes participassem de alguma forma, através da música ou até de algum poema ou anedota”, explica Natacha Oliveira.

Para Beto, um dos pontos mais altos desta iniciativa foi o facto de que “cinco ou seis das pessoas presentes nunca tinham dançado e foi algo muito positivo ver que conseguiram sentir-se confiantes e descontraídas.”

O encontro contou com canções, danças populares e de Roda, poesias e anedotas, terminando com o lanche partilhado e com a promessa de que em Outubro teremos mais novidades. 🌱