



## Boletim Informativo nº 0

Dez. 2010

### Editorial

Caro(a) Beneficiário(a),

Com o envio desta edição do Boletim Informativo damos início a uma nova modalidade de comunicação entre os Serviços Sociais da Administração Pública e os seus beneficiários. Como objectivo principal, pretendemos divulgar as iniciativas destes serviços, assim como dar a conhecer os resultados de projectos levados a efeito, criando simultaneamente um espaço destinado à participação activa dos beneficiários. A partir de 2011 poderá receber, trimestralmente, as edições do Boletim Informativo dos SSAP no seu correio electrónico, mantendo-se actualizado sobre a actividade destes serviços. Esperamos que, com este novo veículo de informação e comunicação, possamos estreitar os laços de proximidade que nos ligam àqueles que constituem a razão de ser dos SSAP - os nossos beneficiários.

Considerando o final de mais um ano, aproveitamos a oportunidade para desejar a todos os nossos beneficiários, um Feliz Ano Novo.

Humberto Meirinhos  
*Presidente dos SSAP*

## SSAP Informa

Encontram-se encerrados, por motivo de obras de requalificação, os seguintes refeitórios:

- Palácio Foz - Praça dos Restauradores (reabre dia 3/01)
- Instituto Nacional de Saúde Dr. Ricardo Jorge - Av. Padre Cruz

## Destaques

- [Programa de tempos livres crianças e jovens](#) nas férias de Natal
- [Passagem de Ano Sénior 2010/2011](#)
- [Programa Formação Sénior/1º Semestre 2011](#)
- Novos

[Os Serviços Sociais da Administração Pública disponibilizaram aos seus beneficiários, no passado mês de Junho, o seu novo portal-  
\[www.ssap.gov.pt\]\(http://www.ssap.gov.pt\).](#)

[Sendo certo que muito se encontra por fazer, creio que esta será uma ferramenta essencial para o estreitamento da relação dos SSAP com todos os beneficiários e que, a breve trecho, permitirá uma significativa melhoria da nossa capacidade de resposta aos ensejos daqueles para quem trabalhamos.](#)

[A este propósito, saliento a criação de uma área dedicada exclusivamente aos beneficiários, através da qual é disponibilizado um conjunto de funcionalidades que vos permitirá gerir o relacionamento com os SSAP de forma cómoda, salvaguardando a segurança de processos.](#)

[Através desta funcionalidade poderão dar o impulso necessário aos processos que pretenda iniciar e que, até à presente data, eram realizados apenas em formato papel.](#)

[Poderão, desta forma, acompanhar a evolução de cada processo acedendo ao estado em que se encontra a cada momento, podendo, igualmente, consultar o histórico do seu relacionamento com os SSAP.](#)

[Assim, à presente data, para além do pedido de inscrição como beneficiário, acessível na área pública deste portal, encontram-se disponíveis:](#)

- [Actualização ou alteração de dados relativos ao beneficiário titular e/ou beneficiários familiares;](#)
- [Sugestões/reclamações;](#)
- [Apoios sociais;](#)
- [Subsídios de infância e estudos;](#)
- [Actividades crianças e jovens;](#)
- [Centros de convívio;](#)
- [Formação sénior;](#)
- [Festa de Natal;](#)
- [Circo;](#)
- [Passagem de ano;](#)
- [Férias sénior.](#)

[Esperando melhorar a qualidade dos nossos serviços, objectivo comum às várias equipas dos SSAP, desejo a todos um ano novo pleno de realizações.](#)

- Direcção Geral do Ensino Superior – Av. Duque d'Ávila

O refeitório do Instituto Tecnológico e Nuclear reabriu no passado dia 27 de Dezembro, após obras de beneficiação.

Consulte a lista de [refeitórios e ementas](#) no portal dos SSAP.

## Factos e Números

**Período de observação:** Jan. a Out.

Grau médio de satisfação (1 a 5)

Refeitórios: 3,69

Formação Sénior: 4,53

Férias Sénior: 4,17

Actividades Crianças/Jovens: 4,57

Relações Públicas: 4,75



Turno de férias sénior em Seia



Estalagem do Cruzeiro - Aljubarrota

## Aconteceu

[Férias Sénior: um turno de Inverno na neve](#)

*Por Rosário Miranda*

[O Projecto Férias Sénior organizou pela primeira vez um turno de Férias de Inverno em Seia no Hotel Eurosol Seia Camelo que decorreu de 22 a 27 de Novembro do corrente ano.](#)

[O desenvolvimento desta iniciativa teve subjacente, o desejo manifestado pelos nossos beneficiários quer verbalmente, quer através dos inquéritos de satisfação - realizados no âmbito das Férias de Verão - o desejo de serem realizados outros turnos de férias fora da época habitual \(Maio a Outubro\).](#)

[Outra das razões que levou à realização deste turno, prendeu-se com número significativo de beneficiários em lista de espera das Férias de Verão.](#)

[Considerámos de interesse a realização de um turno em plena Serra da Estrela, um destino turístico de neve, nomeadamente em Seia. A sugestão desta região justifica-se com a possibilidade dos nossos beneficiários terem oportunidade de usufruir, das paisagens naturais da Serra nesta época do ano, da realização de visitas a locais de interesse histórico e cultural e de experimentar a riqueza gastronómica da região.](#)

[O programa de actividades definido apresentou iniciativas diversas de carácter recreativo e cultural dos quais destacamos a visita às localidades de Manteigas, Belmonte, Sortelha, Sabugueiro, Torre e Covilhã. Foi ainda realizada a uma visita a Fornos de Algodres, que foi gentilmente cedida pela Câmara Municipal da respectiva localidade.](#)

[Das visitas realizadas salientamos a ida ao Centro de Interpretação da Serra da Estrela \(CISE\), a visita ao Museu do Pão e a realização de um passeio no comboio turístico.](#)

[Uma vez que um dos objectivos desta viagem é o conhecimento da riqueza gastronómica da Serra da Estrela, foi promovida pela unidade hoteleira uma Festa de Degustação de produtos regionais, onde constava a prova de enchidos e queijos, assim como de vinhos. Para acompanhar esta iniciativa, esteve presente um Engenheiro Vitivinícola da Adega de Vila Nova de Tázem, tendo realizado uma palestra sobre o tema e onde houve espaço para o debate de ideias com os beneficiários.](#)

[A receptividade dos beneficiários a esta iniciativa transparece nos inquéritos de satisfação realizados, assim como nos contactos estabelecidos após os términos do turno com a equipa das Férias Sénior, manifestando o seu agrado com uma avaliação global muito positiva. Nesta mesma fonte os beneficiários expressam amplamente o seu desejo de continuidade destas iniciativas fora da época de Verão e fazem sugestões para iniciativas futuras.](#)



Estalagem do Cruzeiro - Aljubarrota  
Sala de estar



Casa Alice Félix - Sta Cruz da Trapa



Pousadinha da Tocha



Pousada de Évora  
Sala de estar



Casas do Outão

### Circo de Natal

Para festejar a época de Natal e destinadas a filhos ou equiparados dos beneficiários, dos 3 aos 12 anos, decorreram quatro sessões em Lisboa e uma no Porto, nos dias 4, 5 e 19 de Dezembro. No total foram distribuídos ingressos por 195 organismos da Administração Pública Central.

### Festas de Natal em Lisboa e Porto

Para celebrar a época natalícia e promover o convívio entre os beneficiários aposentados, decorreram duas festas de Natal, no Porto e em Lisboa, nos dias 15 e 17 de Dezembro, respectivamente. O programa das festas incluía almoço e lanche de Natal, assim como animação com os grupos corais e grupo de cavaquinhos dos SSAP, para além da orquestra que proporcionou um animado baile. Estes eventos abrangeram cerca de 1500 beneficiários aposentados que se mostraram muito satisfeitos com o convívio proporcionado.

-

### Equipamentos de Férias - Estalagem do Cruzeiro

*Por Helena Costa*

A Estalagem do Cruzeiro é um equipamento de férias e lazer dos SSAP, edifício datado de 1950, de arquitectura sóbria. Está situado na vila de Aljubarrota, concelho de Alcobaça, a 120 Km de Lisboa.

As suas instalações encontram-se completamente remodeladas, fruto de recentes obras de beneficiação.

Este equipamento é constituído por um edifício principal que contempla 6 quartos duplos, 4 quartos de casal e 1 individual, todos com casa de banho privativa. No rés-do-chão, para além do salão principal onde são servidas as refeições, existe ainda uma pequena sala de estar e cozinha; anexo ao edifício principal conta ainda com outra estrutura que contempla, no 1º andar, um apartamento de tipologia T2 devidamente equipado e no piso térreo duas amplas salas de jogos e de lazer.

O exterior é valorizado com piscina, anfiteatro e campo polidesportivo. Todo o espaço verde envolvente completa esta agradável estalagem.

Este é um local que pode proporcionar uns dias agradáveis e relaxantes a quem o procura, óptimo para conhecimento da nossa história, cultura, tradições e muito enriquecido pelos seus itinerários turístico-culturais, tais como: os mosteiros de Alcobaça, Batalha e a Vila Medieval de Óbidos a pouca distância, as praias da Nazaré, de São Martinho do Porto, ou as serras de Aire e Candeeiros. Tem ainda a possibilidade de visitar o Centro de Interpretação da Batalha de Aljubarrota (CIBA) que entre outros atractivos, proporciona um espectáculo multimédia que reconstitui a Batalha e os eventos que a originaram.

Venha visitar-nos, usufrua do conforto desta estalagem e aproveite, se assim o desejar, para conhecer os monumentos e os locais de maior importância histórica e cultural da zona Oeste e Centro de Portugal.

[Consulte aqui todos os equipamentos de férias.](#)

**Espaço Beneficiário**

## Os Centros de Convívio

(na vida de um funcionário aposentado)

Por Rogério Pinto

A minha perspectiva sobre os centros de convívio da Administração Pública decorre da minha experiência de quase dez anos, convivendo no Centro de Costa Cabral no Porto.

Comecei a frequentá-lo um pouco por “arrasto” dado que quem já o frequentava era a minha mulher que, naquele tempo fazia parte da Comissão de Utentes que, sob a tutela do Ministério da Educação, existia para coadjuvar e ajudar a “Responsável” em tarefas muito variadas. Acabei por ser “arrastado” para uma cooperação cada vez mais estreita sendo que hoje continuo a fazer parte do “Grupo de Trabalho” que herdou daquela Comissão as tarefas que lhe eram “quase inerentes”.

Vai para uns anos que assumi, como professor voluntário, a orientação da cantata/tocata, vulgarmente denominada de “Cavaquinhos”, instrumento que toco e ensino. "

A minha perspectiva sobre os centros de convívio da Administração Pública decorre da minha experiência de quase dez anos, convivendo no Centro de Costa Cabral no Porto.

A minha perspectiva sobre os centros de convívio da Administração Pública decorre da minha experiência de quase dez anos, convivendo no Centro de Costa Cabral no Porto. Comecei a frequentá-lo um pouco por “arrasto” dado que quem já o frequentava era a minha mulher que, naquele tempo fazia parte da Comissão de Utentes que, sob a tutela do Ministério da Educação, existia para coadjuvar e ajudar a “Responsável” em tarefas muito variadas. Acabei por ser “arrastado” para uma cooperação cada vez mais estreita sendo que hoje continuo a fazer parte do “Grupo de Trabalho” que herdou daquela Comissão as tarefas que lhe eram “quase inerentes”.

Vai para uns anos que assumi, como professor voluntário, a orientação da cantata/tocata, vulgarmente denominada de “Cavaquinhos”, instrumento que toco e ensino."

Falo da minha integração na vida deste Centro porque entendo que assim devo começar para dele falar com mais propriedade.

A dinâmica existente no nosso Centro de Convívio é, em meu entender, um verdadeiro serviço social prestado aos beneficiários porque vai ao seu encontro na perspectiva de os envolver na acção e dela não serem meros beneficiários de forma passiva, fazendo deles utentes activos, diria mesmo actores de todo o processo.

Nesta casa tem sempre havido a preocupação de quem nela convive ver passar os seus dias com dignidade e qualidade. A prática de um elevado grau de voluntariado promove, além da satisfação de quem o pratica, a motivação de quem dele usufrui para bem utilizar os serviços que lhe são oferecidos.

Os eventos que, com bastante regularidade, são promovidos são, para além do simples convívio, cimento de amizades desinteressadas pois que ninguém está à espera de fazer carreira como músico, actor, bailarino, etc., sendo que, no entanto, não goste de fazer má figura frente à plateia a que de vez em quando se expõe.

É bem sabida a elevada frequência média que o Centro de Costa Cabral tem, retirados que sejam os meses de Verão e as épocas das festas tradicionais. Será com certeza esta uma boa indicação da qualidade das práticas sociais que lá se levam a efeito.

Seria injusto se não fizesse referência aos melhoramentos patrimoniais que se verificaram após a integração deste Centro nos Serviços Sociais da Administração Pública, quer no que toca ao conforto dos beneficiários quer no que concerne à beneficiação do edifício. A recuperação das pinturas (frescos?) de algumas paredes é disso, a meu ver, obra de elevado interesse e admiração.



Em meu entender, sem me referir a normas orientadoras que têm, com certeza, a sua génese em boas bases, a orientação do nosso Centro tem sido muito bem conduzida. Verifica-se que entre o Responsável e os beneficiários existe um certo compromisso de ajuda e retribuição de afectos, donde nasce um ambiente psicologicamente saudável com conseqüências positivas para a boa saúde física.

Desta forma, creio, pouparão os sistemas de saúde. Assim, o investimento nesta área dos Serviços Sociais, é, em meu entender, fonte de poupança e não de pura despesa. Usufruir do convívio que se faz no Centro de Costa Cabral é "trabalhar" para envelhecer de forma digna e saudável.

**Para participar nesta categoria basta enviar o seu texto para:**

[espaco.beneficiario@ssap.gov.pt](mailto:espaco.beneficiario@ssap.gov.pt)

## Hoje em Dia

### **Projecto Promoção da Saúde**

*Por Pedro Pires*

Os Serviços Sociais da Administração Pública vão desenvolver um projecto de "Promoção da Saúde" dirigido aos seus beneficiários, aposentados e no activo, incluindo os seus filhos.

Considerando que os SSAP promovem uma visão holística do indivíduo, investindo em actividades que reforçam a importância dos factores físicos, psicológicos e psicossociais, visando aumentar o bem-estar e a qualidade de vida dos seus beneficiários, o projecto assenta na importância da medicina preventiva, pelo que definiu como prioritários os seguintes objectivos:

Para atingir estes objectivos, os SSAP iniciaram um conjunto de sessões de trabalho com alguns parceiros que apresentam o rigor técnico-científico inerente a um projecto desta natureza (Fundação Portuguesa de Cardiologia, a Associação Protectora dos Diabéticos de Portugal, Sociedade Portuguesa de Pneumologia, Sociedade Portuguesa de Medicina do Trabalho, Sociedade Portuguesa de Ortopedia e Traumatologia, Sociedade Portuguesa do AVC, Sociedade Portuguesa de Estomatologia e Medicina Dentária e Sociedade Portuguesa de Neurologia) com os quais desenvolveremos um programa de actividades ao longo de 2011 nos Centros de Formação, Centros de Convívio, refeitórios, Campos de Férias e Férias Sénior, bem como nos serviços centrais.

Através de palestras, debates, acções de sensibilização, sessões de rastreio, entre outras, investiremos na perspectiva da prevenção da doença, reforçando estilos de vida saudáveis, transversais a todos os estádios de vida.

## **Serviços Sociais da Administração Pública**

Rua Saraiva de Carvalho nº 2, 1269-096 Lisboa, PORTUGAL

telef: +351 213 927 400 [geral@ssap.gov.pt](mailto:geral@ssap.gov.pt)

[www.ssap.gov.pt](http://www.ssap.gov.pt)

