



## FESTA DE NATAL

O Natal de 2012 não foi exceção e mais uma vez no Casc, estiveram reunidos os seus utentes com as suas respetivas famílias, assim como o grupo de Bordados e o Rancho do Casc. A nossa festa decorreu no dia 15 de Dezembro pelas 12h30 e contou com o Grupo Musica Popular Charneca para uma bela tarde de animação. Houve músicas, danças, lanche e não podia faltar o Pai Natal para a distribuição dos presentes aos nossos utentes e às nossas funcionárias. O apoio de utentes, amigos e colaboradoras desta instituição foi uma mais-valia para que esta festa se tivesse realizado com sucesso. A todos o nosso muito obrigado!



**1ª Grande noite de Fados**  
8 Março de 2013 - 21h30  
Centro de apoio social da Carregueira

**Manuel J. Ferreira**  
**Joana Cota**  
**Filipa Matricio**  
**Rui Tanoeiro**

Guitarra portuguesa: Bruno Mira  
Viola de fado: João Chora  
Contrabaixo: Rui Santos  
Apresentação: Rami Calderira

Venha aos fados!  
Traga amigos!  
Ajude o centro de dia!

Reservas: Pão, Agostinas,  
Instalações centro dia  
Telf: 244 740 222  
Tlm: 923 884 444 (D. Telma)  
email: animadora\_casc@hotmail.com

Emoção: Pão, Agostinas,  
Vinho, Cabelo verde,  
Champanha assado,  
Café, Arroz Doce, 10 Pastelinhos

## REUNIÃO COM FAMILIARES/UTENTES

A Direção do CASC, confrontada que está com algum sufoco financeiro, aliado ao quadro excedentário de pessoal, proveniente da inflação e do não aumento das comparticipações por parte da Segurança Social, e sobretudo pela perda do fornecimento das cerca de 130 refeições aos alunos das escolas do Arripiado, Carregueira e Pinheiro Grande, decidiu aplicar, aos seus utentes, a circular normativa da Segurança Social, a qual orienta no sentido de que, para efeitos de cálculos de mensalidades, sejam tomados em conta os 14 meses das pensões.

Para proceder ao esclarecimento de eventuais e normais equívocos, decidi reunir com os familiares dos nossos utentes, no passado dia 17 de Fevereiro, Domingo, pelas 17 horas, nas instalações do CASC.

Desde a sua fundação, o CASC sempre tomou em consideração apenas doze meses de pensão, em claro benefício e solidariedade para quem, tendo pensões rurais, o pouco é sempre muito.

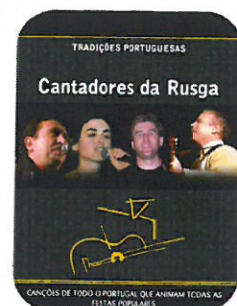


**Ficha Técnica**  
Propriedade e Edição - Centro de Apoio Social da Carregueira  
Direção - Duarte Arsénio  
Impressão e Distribuição - CASC

## MEGA ALMOÇO SOLIDÁRIO

Este ano no nosso grandioso almoço iremos contar com a presença do grupo musical Cantadores de Rusga! Atempadamente irão sair os cartazes definitivos.

Fique atento!



Exposição de Artesanato de:  
**João Manuel Moreira**



4



# Factos & Palavras

Boletim informativo

Centro de Apoio Social da Carregueira

Publicação não periódica • nº 14 • Novembro de 2012 a Março 2013 • distribuição gratuita

## EDITORIAL

Caras e caros sócios e utentes;  
Caras e caros cidadãos;

A permanência prolongada num cargo, no poder, mesmo que ele não passe de um "poderzinho", "cria vícios e causa cansaços". Bem sei que é uma frase feita, mas nem por isso deixa de ser expressiva e verdadeira.

Os órgãos sociais do Centro de Apoio Social da Carregueira, desde a sua fundação como Associação, 1996, têm tido em todos os mandatos muitas das pessoas que continuam a fazer parte dos mesmos, embora em cargos distintos.

Claro que tal procedimento não é democraticamente o mais correcto e o mesmo tem acontecido, não porque alguém esteja a pensar perpetuar-se no lugar, mas fundamentalmente porque não apareceu de entre os sócios, gente com coragem para se disponibilizar para assumir os destinos desta casa. Os Estatutos preveem, e bem, que ninguém deva fazer mais que dois mandatos seguidos, a não ser que a Assembleia Geral considere que a sua reeleição é imprescindível para a continuação e bom funcionamento da Instituição. É isso que mandato após mandato tem acontecido.

Entre quase seiscentos sócios inscritos e no pleno uso dos seus direitos, dificilmente não haverá gente capaz de desempenhar com mérito os mais diversos cargos. Só o comodismo e o alheamento, relativamente aos interesses da "casa" por parte da maioria, serão motivo de justificação para que sejam sempre os mesmos a dar a cara.

A Direcção, ao longo dos anos, tem procurado transformar esta casa, no que toca a serviços, meios humanos e meios técnicos, procurando sempre a melhoria da qualidade dos serviços que presta.

Nem sempre esse esforço tem sido compreendido, mas, para quem procura fazer o melhor que sabe e é capaz, isso não é motivo para ter a consciência pesada.

Colaborámos e colaboramos sempre que tal nos foi ou é solicitado, com as associações das Freguesias da Carregueira e do Pinheiro Grande, e com as respetivas autarquias. O contrário também aconteceu. Colaborámos sempre que tal nos foi solicitado com a Câmara Municipal da Chamusca, mas o contrário nem sempre aconteceu. É talvez um pouco terra a terra o que acabo de afirmar, mas a seu tempo se verá, porque a verdade, como o azeite, vem sempre ao cimo, e a mentira tem sempre a perna curta. (não inventei... é o povo que o diz, com base na secular experiência...)

Continua na pág. 2

## CENTRO DE APOIO SOCIAL DA CARREGUEIRA

### ASSEMBLEIA GERAL CONVOCATÓRIA

Nos termos do artigo 28º alínea C dos Estatutos do Centro de Apoio Social da Carregueira, convoco todos os associados para a Assembleia Geral Ordinária, a realizar no dia 17 de Março de 2013 pelas 17 horas, nas instalações do Centro de Apoio Social da Carregueira, com a seguinte ordem de trabalhos:

- 1.º Ponto - Informações
- 2.º Ponto - Apresentação, discussão e votação das contas relativas ao ano de 2012
- 3.º Ponto - Discussão e votação da proposta de empréstimo para as obras no Lar
- 4.º Ponto - Outros assuntos

Carregueira, 25 de Fevereiro de 2013

O Presidente da Assembleia Geral  
*Arlindo Mendes Fragoso*

Neste número pode ler:

### factos...

Cantinas Sociais	página 3
Noite de Fados	página 4
Reunião com Familiares/Utentes	página 4
Mega Almoço Solidário	página 4



### ... palavras

O Nosso Lar	página 2
Mudança de "Ato"...Um novo desafio!	página 2
Doença de Machado-Joseph por Paula Coutinho	página 3
Tempos Difíceis	página 3



## Continuação

Estamos democraticamente disponíveis para, cumprido que estiver mais este mandato, dar-mos o lugar a outros consócios que venham trazer outra credibilidade e novas ideias a esta casa, que é de todos e para todos.

Se for caso disso, sairemos de cara levantada e com a noção de que fizemos o que soubemos para que a inovação, o bom ambiente e o serviço de qualidade fossem uma constante. Nem sempre fizemos bem porque a perfeição não existe, mas aplicamos os nossos conhecimentos e estamos gratos por tudo o que aprendemos, especialmente no que toca a bons e maus comportamentos humanos.

As eleições no CASC serão em Dezembro e, como é óbvio, as listagens de sócios e restante documentação, bem como as instalações estão sempre disponíveis para os sócios que o solicitarem.

*Duarte Arsénio*

## MUDANÇA DE "ATO"...UM NOVO DESAFIO



A capacidade de ajudar o próximo, de manifestar um afeto, de doar um pouco de si mesmo, em cada dia, não nasce nos bancos de uma universidade: é um dom, uma predisposição para...

Desde sempre que senti este apelo de aproximação ao outro, àquele que, muitas vezes, se encontra só, sem um sorriso, sem uma mão que acaricie o seu rosto quando uma lágrima teima em cair, cuja fragilidade é uma palavra constante...

É por este motivo que todos os dias luto para fazer mais e melhor! É dentro desta premissa que luto, sem cessar, para que todos tenham os mesmos direitos: a um lar, a cuidados básicos, a carinho... É essa motivação que me faz subir montanhas, ultrapassar obstáculos, com apenas o intuito de proporcionar o bem-estar do próximo, manifestado por um simples sorriso, tímido, leve...

Há muito pouco tempo abracei um novo projeto, traçando um novo rumo para a minha vida. A mudança deve ser vista, sempre, como um caminho que se percorre rumo ao aperfeiçoamento, profissional, interior... Muitas vezes, o acomodarmo-nos por conforto, com receio de arriscar, não nos faz crescer, avançar, progredir...

Fui em frente e fui recebida como um parente que fez uma viagem e que regressara ao seu lar, à sua casa... Parecia, mesmo, que já conhecia a "família" que me acolheu...

Grande desafio! Integrar uma Instituição tão polivalente, que alberga projetos tão humanos, tão inovadores, tão estruturantes, organizados em prol do próximo...

Tenho aprendido muito, tenho partilhado, também, e é nesta reciprocidade de biunívoca que se constrói um futuro promissor; afinal, o segredo de vencer está nos verbos "dar" e "receber".

É esta capacidade altruísta que perpassa, a cada minuto, para o contacto com os utentes "amigos" que fazem parte desta casa. É uma alegria, diariamente, poder facultar, nas melhores condições, sem restrições, os cuidados que os nossos queridos idosos merecem.

De facto, assumo, com convicção, que virei uma página da minha vida, que durante seis anos escrevi. Mas estou pronta, e tenho a certeza, que irei esboçar, no presente, projetando para o futuro, histórias belas e magníficas, que serão, para mim, verdadeiros ensinamentos!

Obrigada, a todos, especialmente à Direção do Centro Social da Carregueira, a oportunidade de eu poder fazer aquilo que mais gosto!

Um sincero bem haja!

*Telma Leitão*  
(Diretora Técnica)

## O NOSSO LAR!

A história do lar de idosos da Carregueira tem já matéria para alimentar um romance com vários capítulos. Não o vou escrever aqui, nem me vou deter com pormenores - iria ser demasiado azedo e prefiro manter algum otimismo. Mas, por falar em romance, veio-me à ideia o poeta escritor Fernando Pessoa, que, num poema a respeito da sua biografia, diz que, para a escrever "Não há nada mais simples / Tem só duas datas - a da minha nascença e a da minha morte". Na situação em que atualmente se encontra o lar de idosos da Carregueira, tudo é também uma questão de datas. Simplificando ao máximo, há uma data de "nascença" do lar, aquela em que, há demasiado tempo, foi lançada a sua primeira pedra. Falta agora uma data que marque - não a morte -, mas o retomar das obras e a sua conclusão, para depois dar vida efetiva àquele espaço. Essa data pode ser a do resultado de uma candidatura (mais uma!) apresentada a um programa da União Europeia, que, a ser aprovada, garantirá a conclusão total do complexo. Se não houver atraso nos prazos previstos, saber-se-á muito brevemente se fomos ou não contemplados. Lembro que, depois da insolvência aberta pela empresa construtora que deixou a obra no estado em que se encontra, decorreu novo concurso público para a conclusão da obra (por cerca de um milhão e duzentos mil euros), ganho por uma empresa do Norte, mas que não houve sequer lugar à adjudicação da empreitada, por incapacidade financeira da Câmara Municipal, entidade financiadora do projeto inicial.

Mas, se não houver a aprovação da candidatura atrás referida, a Direção do Centro de Apoio Social da Carregueira ponderou já uma medida alternativa, alvo de muito estudo, reflexão e discussão, e que será devidamente explicada aos sócios. Essa medida implica também uma data: aquela em que, em Assembleia Geral, for dado (ou não) parecer favorável à contração de um empréstimo bancário para a conclusão de uma parte da obra - dada a impossibilidade de assumir o pagamento de um empréstimo que garantisse a conclusão total.

Vamos aguardar a continuação e o desfecho (esperemos que não trágico) de mais este capítulo.

*Professor Horácio Ruivo*



2



A doença de Machado-Joseph é uma afecção hereditária do sistema nervoso de identificação relativamente recente, nos anos 70, com especial prevalência nos Açores, no continente e nas comunidades açorianas da América do Norte e do Brasil.

Consiste numa degenerescência sempre progressiva do cerebelo, o órgão que regula a harmonia e precisão de todos os nossos movimentos, desde o andar à fala. A sua lesão, qualquer que seja a causa, leva a alterações do equilíbrio e da coordenação, a que se chama uma *ataxia*. As funções superiores, ou seja o juízo e o raciocínio, a memória, não são afetadas.

O gene e a mutação que nele existe responsável pela doença (e portanto pela sua transmissão) foi identificado nos anos 90, o que tornou fácil e seguro o seu diagnóstico preciso, através de um simples colheita de sangue. Verificou-se então que a doença de Machado-Joseph é, na realidade, a ataxia hereditária dominante mais frequente em todo o mundo. Em Portugal existem vários focos: distritos de Coimbra e norte de Leiria, Beira interior, o vale do Tejo, as ilhas de S. Miguel e das Flores nos Açores.

Para falar de duas doenças neurológicas agora bastante conhecidas, a doença de Machado-Joseph partilha com a doença de Parkinson dificuldades motoras, com a doença de Alzheimer a progressiva depen-

dência de terceiros mas não a deterioração mental, difere das duas no facto de ser transmitida inexoravelmente de pais para filhos (cada filho de uma pessoa afetada tem 50% de probabilidades de ser portador do gene), acrescentando à incapacidade o estigma que, sobretudo em meios pequenos, se estende a toda a família, e o medo permanente nas pessoas em risco (os filhos ou irmãos de doentes) de virem por sua vez a desenvolver a doença e de a poderem por sua vez transmitir à sua descendência.

Esta terrível cadeia de transmissão pode neste momento ser cortada, através do aconselhamento genético. Dele falaremos em detalhe num próximo jornal. Entretanto, cabe a todos os cuidadores e próximos (médicos e enfermeiros locais, assistentes sociais) apoiar estes doentes com incapacidade motora progressiva e elevado grau de dependência que pode acarretar, apoiar os cuidadores, apoiar até as pessoas em risco ao longo de todo o processo de aconselhamento genético. Na verdade, a toda a comunidade, sobretudo naquelas, como a Carregueira, em que a doença atinge várias famílias, deve estar envolvida.

*Dr.ª Paula Coutinho*

CGPP, Instituto de Biologia Molecular e Celular, Porto  
Responsável pelo rastreio Nacional da DMS nos anos 90

## CANTINAS SOCIAIS

O CASC, juntamente com as outras IPSS'S do concelho da Chamusca assinou protocolo com a Segurança Social no âmbito do Programa de Emergência Alimentar (PAE), intitulado de Cantinas Sociais.

Este protocolo iniciou-se a meio do mês de novembro de 2012 e veio apoiar cerca de 19 pessoas nesse mesmo mês, o CASC forneceu cerca de 486 refeições. Referente ao mês de janeiro de 2013, fornecemos 2335 refeições e apoiamos atualmente cerca de 31 pessoas.

*Telma Leitão*  
(Diretora Técnica)

## TEMPOS DIFICEIS

Todos os dias somos confrontados com os efeitos da crise, são aumentos na eletricidade, no gás, nos combustíveis, na comida, tudo aumenta, à exceção dos rendimentos que são cada vez menores. O Centro de Apoio Social da Carregueira não tem escapado a estes "tempos difíceis" e tem-se tornado cada vez mais difícil gerir esta Casa sem perder de vista o seu principal objetivo que é o apoio às classes mais desfavorecidas da sociedade mas tendo consciência de que apesar do lucro não ser o nosso principal objetivo ele é necessário para que este projeto seja sustentável.

Nos últimos anos, diversos fatores fizeram com que a gestão da Instituição se tornasse mais apertada e os fundos em reserva fossem escasseando. A renovação de um parque automóvel bastante envelhecido, a substituição de equipamentos obsoletos mas necessários ao funcionamento da Instituição, a perda do fornecimento de refeições às escolas, situação para a qual tinham sido feitos investimentos ao nível do quadro de pessoal e da aquisição de equipamentos, investimentos esses que neste momento não conseguimos rentabilizar e os constantes aumentos nos bens de consumo fazem com que neste momento seja necessário repensar a estratégia de gestão da Instituição. Tem sido nossa prioridade manter os postos de trabalho atualmente existentes na Instituição, pois conhecemos bem as necessidades de empregabilidade desta Terra e será sempre uma prioridade manter o nível de qualidade dos serviços prestados, portanto a estratégia passa por suspender os Investimentos e fazer uma gestão mais criteriosa dos recursos existentes.

Apesar da gestão difícil e apertada com que nos confrontamos neste momento é de salientar o esforço coletivo traduzido na verba angariada anualmente com as quotizações dos nossos associados, verba essa bastante importante para o equilíbrio das contas da Instituição, sendo indispensável a manutenção do número de associados desta Casa que é de todos e para todos.

*Carla Mendes*  
(Responsável dos Serviços Administrativos)

3