

JUNTA DE FREGUESIA DE ALCABIDECHE

Relatório de Atividades



2016

1º Trimestre

Índice

Introdução	3
Atendimento/Secretaria	4
Recursos Humanos	6
Assuntos Jurídicos	6
Toponimia	7
Educação	12
Gabinete Psicologia.....	27
Ação Social	35
Complexo Desportivo	40
Salubridade	42
Protecção Civil.....	43
Informática.....	44
Resumo despesa Mapa Financeiro 1º T/2016	50

Introdução

O relatório de atividades referente ao 1º Trimestre de 2016 espelha o trabalho e dedicação de uma equipa motivada, que não deixa para trás os desafios que lhe são propostos.

O início do ano fica naturalmente marcado pela contingência orçamental verificada em resultado da última assembleia de freguesia de dezembro de 2015.

Neste intuito, mantivemos com base no orçamento aprovado de 2015, a série de compromissos plasmados nas nossas opções do plano. A continuidade na aposta na descentralização da delegação de competências junto das freguesias em geral e da J.F.A em particular, responsabiliza-nos de forma significativa na resposta aos protocolos assumidos com a Câmara Municipal de Cascais.

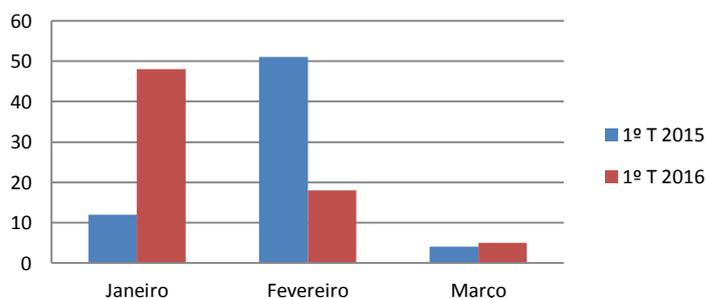
As comemorações do 175º Aniversário da freguesia não pode no entanto deixar de ser referenciado neste documento, não só pela capacidade de execução e empenho demonstrada por todos que diretamente deram o seu contributo na sua realização, bem como na imagem de resposta viva e empreendedora de uma Freguesia sempre presente na vida do seu cidadão.

Atendimento /Secretaria

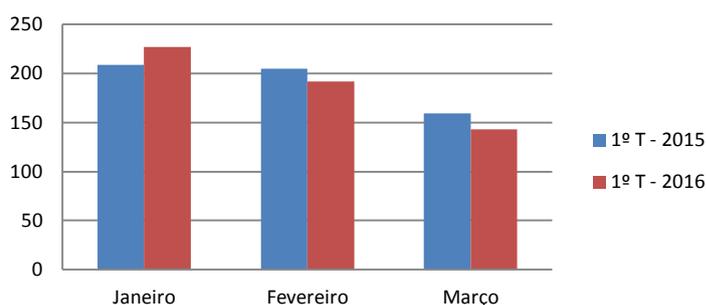
Os dados abaixo referentes à entrada de correspondência, traduzem a procura externa ao atendimento por parte da população a esta Junta de Freguesia. Podemos verificar deste logo no computo geral um decréscimo significativo em período homólogo entre fevereiro e março dos anos de 2015 e 2016.

A procura por uma resposta alicerçada em novos meios tecnológicos, reduzirá significativamente estes valores e comportará um benefício seguro para o freguês.

Correspondência expedita



Entrada de Correspondência

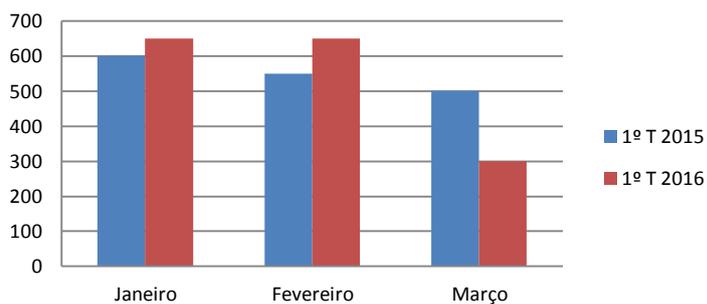


O serviço de atendimento da JFA tem respondido no computo geral de forma célere às solicitações, mesmo em períodos de maior procura, verifica-se que a resposta não excede o quarto de hora.

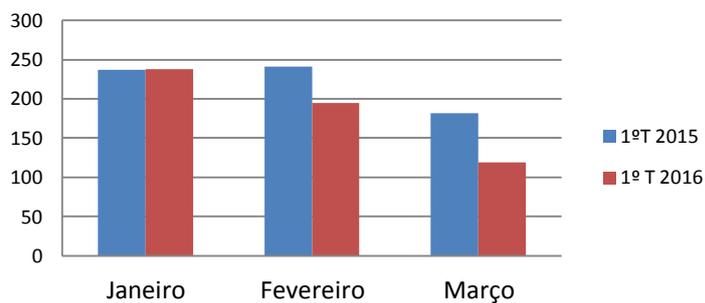
Através do Instituto de Emprego e Formação Profissional, foram realizadas nas instalações da JFA 1600 apresentações.

Como podemos verificar no gráfico abaixo, houve uma evolução negativa no número de apresentações em março de 2016 face ao período homólogo de 2015.

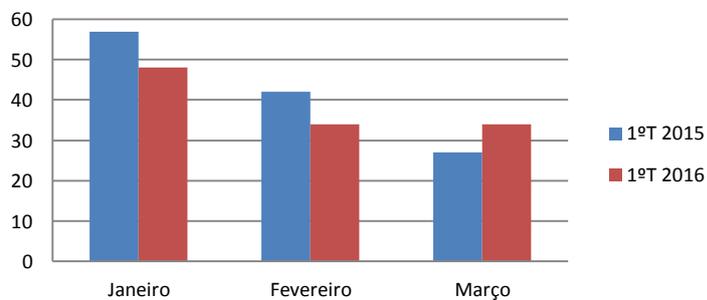
Apresentações do IEFP



Emissão de Atestados



Licenças de Canídeos



Recursos Humanos

No decorrer do 1º Trimestre de 2016 houve alterações no quadro de pessoal da Junta de Freguesia de Alcabideche com a aposentação de uma funcionária com categoria de Assistente Operacional.

Um funcionário adstrito às instalações do cemitério, encontra-se de baixa prolongada, face às exigências do serviço ali prestado e ao facto de se encontrar em termos de recursos humanos deficitário, foi decidida a contratação de dois novos elementos em regime de contrato de prestação de serviço na modalidade de avença.



No âmbito do acordo de execução entre a Junta de Freguesia de Alcubideche e a Câmara Municipal de Cascais está referido na cláusula segunda (delegação de competências) ... “ b) Manter, reparar e substituir o mobiliário urbano instalado no espaço público, com exceção daquele que seja objecto de concessão”.

Calçadas e pavimentos

Foram realizadas diversas intervenções ao nível da reposição de calçada que se cifrou em cerca 9.800 mts². As fotos abaixo documentam algumas das ações que realizámos durante o 1º T de 2016.

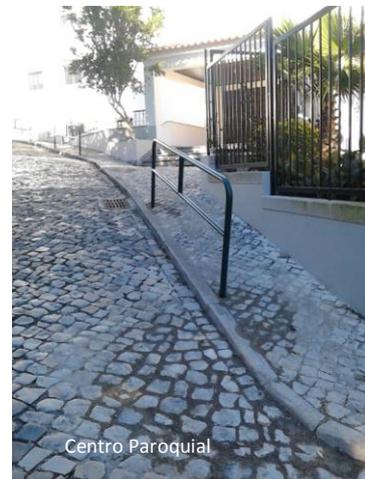


Outras intervenções

Procedemos há pintura dos tanques da Malveira da Serra. Foi também adjudicada a obra de pintura e restauro dos tanques publicos na localidade da Abuxarda e do edificio da Escola de Musica Michel Giacometti em Alcabideche.



Colocação de Pilaretes



Peanhas

Listagem dos locais que foram alvo de intervenção.

<i>Freguesia</i>	<i>Local</i>	<i>Avaliação de Arruamento</i>
Alcabideche	Alcabideche	Rua dos Louva-a-Deus
Alcabideche	Pai do Vento	Rua Amália Rodrigues
Alcabideche	Alcabideche	Rua Henrique Moreira Diniz (1945-2012) Russo-Desportista
Alcabideche	Pai do Vento	Rua das Calçadas
Alcabideche	Alcabideche	Travessa António Manuel Fernandes de Oliveira
Alcabideche		Rua do Condomínio Vila Poente
Alcabideche	Abano	Estrada do Abano
Alcabideche		Rua do Girassol
Alcabideche	Pau Gordo	Rua Alfredo Marceneiro - Fadista (D. N. 1891)
Alcabideche		Avenida de Nossa Senhora da Assunção
Alcabideche	Atrozela	Rua do Caruncho
Alcabideche		Rua Armindo Costa
Alcabideche	Atrozela	Rua Casal da Eira
Alcabideche	Bairro da Cruz Vermelha	Largo Luís de Camões
Alcabideche	Adroana	Rua da Arroteia
Alcabideche	Alcabideche	Rua Manuel Antunes
Alcabideche		Avenida Ana Rita Abreu Pereira (1990-2013) Bombeira Voluntária em Alcabideche
Alcabideche	Alcabideche	Rua Dr. João António Gonçalves Amaral
Alcabideche	Alcoitão	Praceta Carlos Paião
Alcabideche	Alcoitão	Rua Gil Vicente
Alcabideche		Rua dos Capuchos
Alcabideche	Alcoitão	Rua Miguel Torga
Alcabideche	Alcabideche	Rua de São Vicente
Alcabideche	Pai do Vento	Praceta de Santarém
Alcabideche	Manique de Baixo	Praceta Nossa Senhora das Neves
Alcabideche	Abuxarda	Avenida de Sintra
Alcabideche		Rua Angelina Vidal
Alcabideche	Atibá	Rua Florbela Espanca
Alcabideche	Pau Gordo	Rua do Vale Verde
Alcabideche	Alcoitão	Rotunda Fernanda Mousinho de Albuquerque
Alcabideche	Amoreira	Rua do Covão

Alcabideche		Rua Costa Pinto
Alcabideche	Amoreira	Avenida do Ultramar
Alcabideche	Alvide	Rua das Violetas
Alcabideche	Alcabideche	Rua Dom Pedro I
Alcabideche	Bairro da Cruz Vermelha	Rua dos Estados Unidos da América
Alcabideche	Amoreira	Rua de Angola
Alcabideche	Amoreira	Rua do Bairro do Picoto
Alcabideche	Abano	Estrada do Abano
Alcabideche	Amoreira	Travessa dos Blocos
Alcabideche	Amoreira	Rua da Covilhã
Alcabideche	Amoreira	Rua Domingos Serapião de Freitas
Alcabideche	Pai do Vento	Avenida Doutor Morais Sarmento
Alcabideche	Amoreira	Travessa de Bissau
Alcabideche	Bicesse	Praceta António Assunção - Actor
Alcabideche	Atrozela	Rua dos Quatro Ventos
Alcabideche	Pai do Vento	Rua Amália Rodrigues
Alcabideche	Zambujeiro	Rua Principal

Exemplo de colocação de peanhas:



Os nossos Compromissos



Educação

As atividades desenvolvidas na área da Educação da JFA abrangem um vasto leque de intervenções e projetos implementados junto da comunidade escolar, que, pela sua natureza, provocam, conseqüentemente, um grande impacto junto da comunidade em geral.

Enquanto estrutura, a atividade da área da Educação implementa os compromissos assumidos nas parcerias estabelecidas entre a Junta de Freguesia de Alcabideche e a CMC, no âmbito da Delegação de Competências, de acordo com os Protocolos vigentes, área das AECs e Ludobibliotecas e CAF, área do Pré-escolar AAAFs e Pequenas reparações e Consumíveis.

As parcerias que, neste âmbito, se têm estabelecido, com os Agrupamentos de Escola da área de jurisdição da Junta, muito têm contribuído para o enriquecimento do Projeto Educativo ao nível do 1º Ciclo e do Pré-escolar, e, assim, para a qualificação do sistema de ensino, através da promoção de contextos educativos enriquecedores, que defendam os interesses e os direitos das crianças.

O desenvolvimento dos projetos, porque assente num espírito de colaboração e proximidade, tem envolvido toda a comunidade escolar, em sentido lato, nomeadamente as Associações de Pais e Dir. de Agrupamentos.

Em consequência, os projetos e atividades desenvolvidas, seguidamente apresentadas, refletem, tanto as orientações programáticas e curriculares para o 1ºCiclo /AECs e AAAFs, como os objetivos estratégicos que, enquanto organização, a Junta de Freguesia de Alcabideche estabelece, no serviço à comunidade.

Assim, no âmbito da promoção de uma efetiva articulação com as várias entidades envolvidas, continuámos, neste período a dar especial relevância a um conjunto de contactos e ações de colaboração estreita com os vários intervenientes da área da Educação, destacando-se, nomeadamente,

- Reuniões com as Direções de Agrupamento
- Reuniões com as Associações de Pais
- Reuniões com os Departamentos da Educação da CMC

- Participação nas reuniões de Conselho Geral dos Agrupamentos Alcabideche e Ibn Mucana

Protocolo de Delegação de Competências - Área das pequenas reparações e manutenções e fornecimento de bens consumíveis

A implementação ativa do Acordo de Delegação de Competências em vigência para o ano de 2016, decorreu num quadro de articulação com todos os envolvidos, pelo que se deu continuidade à realização neste trimestre de múltiplas reuniões com esse objetivo, tanto com Associações de Pais, como com Agrupamentos e C.M.C..

O acompanhamento, controle e gestão destes processos assumiu especial complexidade, implicando o envolvimento, nomeadamente do Presidente da Junta e outro pessoal de apoio.

Ao longo deste 1º trimestre decorreram de forma contínua trabalhos de manutenção de edifícios, ao nível de alvenaria, eletricidade, pavimentos, fechaduras, estores, segurança, esgotos, e reparação de equipamentos, entre outros, em todas as escolas da Freguesia.

Registam-se no quadro seguinte os recursos financeiros envolvidos.

Mapa Financeiro

Protocolo - Ano de 2016	1º Trimestre
Tipo despesa	Valor
Reparação e Manutenção de Instalações	15.197,26 €
Manutenção de Equipamentos	50,68 €
Manutenção dos Espaços Envolventes	6.681,03 €
Aquisição de Bens Consumíveis	5.353,95 €
Outras despesas	- €
Total	27.282,92 €

Principais Intervenções realizadas nos Estabelecimentos Escolares Escolas de 1º Ciclo e Jardins de Infância da Freguesia.

Diariamente, e em contínuo, respondemos às solicitações das escolas, nomeadamente, pequenas intervenções ao nível de desentupimentos, reparação de canalizações, pavimentos, autoclismos, iluminação, fechaduras e campainhas, etc.

Neste trimestre registaram-se, ainda, significativas intervenções em equipamento ou obra de construção civil, de envergadura considerável, em várias escolas, como mudança de estores, colocação de gradeamentos e intervenção em telhados. Evidenciamos, seguidamente, algumas dessas situações.

Agrupamento Alcabideche EB/JI do Alto da Peça

Reparação das Bombas de água e respetivas Placas de controlo



EB Alcoitão1

Fechadura do Portão Principal



JI Alcabideche

Colocação de rede de proteção



Pintura da parede do refeitório



EB Maria Margarida Rodrigues

Reparação de algerozes e telhado – Substituição dos estores



Reparação do pavimento da Ludobiblioteca

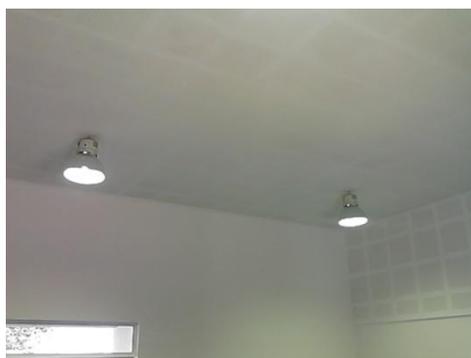


EB Fernando Teixeira Lopes

Reparação de vedação



Renovação da iluminação



Agrupamento da Cidadela

EB Malveira da Serra

Reparação de vedação



Jl de Murches

Colocação de campainha



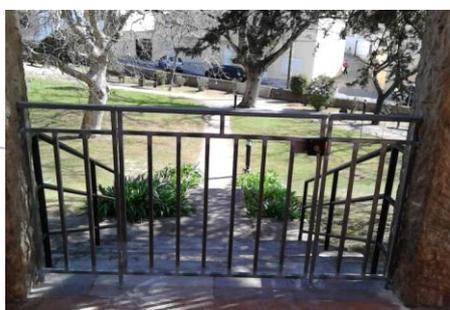
Agrupamento de Alapraia

EB de Manique Reparações gerais de pavimento, desentupimentos WC, torneiras, autoclismos, fechaduras...



Jl Bicesse

Colocação de Telhado e Requalificação do espaço de recreio do Jl.



Principais indicadores de frequência e recursos humanos - AECs e AAAs

Atividades de Enriquecimento Curricular - AEC

Agrupamento/Escola	Nº de alunos	Nº de turmas	Nº de Recursos Humanos Dom. Artístico e Desportivo	Horas/Semana AECs
IBN MUCANA EB Fernando Teixeira Lopes	140	6	6	24h
ALAPRAIA EB de Bicesse	99	4	5	18h
ALCABIDECHE EB Alto da Peça	185	8	4	36h
EB Prof. M. Marg. Rodrigues	69	3	3	13h
EB Nº1 de Alcoitão	75	4	2	18h
EB Nº3 de Alcoitão	103	5	4	21h
Total	671	29	24 *	

* Há escolas que partilham professores

Atividades de Animação e Apoio à Família - AAAs

Agrupamento/Escola	Nº Inscritos JI	Nº Inscritos AAAs	% AAAs/JI	Interrup. let.	% IL/AAAs
IBN MUCANA EB Fernando T. Lopes	50	37	74%	24	65%
ALAPRAIA EB de Bicesse	25	15	60%	10	67%
ALCABIDECHE EB Alto da Peça	50	34	68%	25	74%
EB Prof. M. M. Rodrigues	61	32	52%	17	53%
Jl de Alcabideche	42	24	57%	20	83%

Jl de Alcoitão	50	37	74%	20	54%
TOTAL	228	142	62%	96	68%

Ludobibliotecas

No presente ano letivo estão em funcionamento 3 Ludobibliotecas: na EB Alto da Peça, na EB Alcoitão nº3, ambas do Agrupamento de Escolas de Alcabideche, e na EB Fernando Teixeira Lopes, do Agrupamento Ibn Mucana. Apenas a Ludobiblioteca do Alto da Peça abre aos sábados para a comunidade, as restantes são só Ludobibliotecas escolares.

As Ludobibliotecas, para um serviço escolar têm uma frequência de crianças consoante o número de crianças inscritas na escola de referência.

Agrupamento	Escola	Frequência escolar	Frequência da comunidade ao sábado	Nº de Ludobibliotecários
IBN Mucana	EB Fernando Teixeira Lopes	190	---	1
Alcabideche	EB Alto da Peça + JI	216	18	2
	EB Alcoitão 1	47	---	*
	EB Alcoitão 3 + Unidade Ensino Estruturado	63	---	1
	EB Prof. Mª Marg. Rod.	48	---	*

*reforço de 1 técnico que permite que os projetos de Ludobiblioteca da EB Alcoitão3 abranjam a EB Alcoitão 1 e EB Prof. Mª Margarida Rodrigues

Alguns projetos desenvolvidos em AEC

Projeto (RE) Viver Malangatana - EB Alcoitão 3





Desenhar/interpretar a obra do artista

Malangatana sobre o nosso olhar!



No âmbito do projeto (RE) Viver Malangatana, os alunos exploraram as distintas obras do artista, bem como a sua biografia.

No desenvolvimento do processo de trabalho, os alunos empregaram várias técnicas de expressão plástica, tais como: verniz das unhas; plasticina e tintas.

Também, representaram através da Dança Criativa as obras do artista, tais como: *“Monstros grandes comem monstros pequenos”* com a intenção de sentirem melhor o sentido e a intenção do artista Moçambicano.

Construção e Exposição de Máscaras características da zona Norte de Portugal - EB Fernando Teixeira Lopes

Careto da Lagoa - 4ºE



Careto de Lazarim - 3ºE



IV Edição dos Jogos Tradicionais em Família



Componente de apoio à família (CAF) e interrupções letivas

Escola	Nº de crianças inscritas	Recursos Humanos
EB Prof M ^a Margarida Rodrigues	16	1 Tec.
EB Fernando Teixeira Lopes	29	2 Assist.
EB de Bicesse	11	1 Téc./1 Assist.
EB do Alto da Peça	50	3 Assist.
EB nº1 de Alcoitão	16	1 Assist.
TOTAL	122	

Interrupções letivas

Neste trimestre funcionaram as interrupções letivas do carnaval, de 8 a 10 de fevereiro e da páscoa, de 18 de março a 1 de abril, com um horário de funcionamento das 8h00 às 19h30.

Todas as crianças da freguesia inscritas neste serviço foram recebidas na Ludobiblioteca do Alto da Peça, uma vez que, no Carnaval o número de inscrições não justificava manter duas estruturas em funcionamento, e na Páscoa, o recinto da EB Fernando Teixeira Lopes esteve interdito pela realização de obras promovidas pela CMC.

A interrupção do carnaval teve uma frequência de 10 crianças e a interrupção da Páscoa teve uma frequência de 35 crianças.

As atividades planeadas foram realizadas em pleno.

Ensino Pré- Escolar – Atividade de Animação e Apoio à Família – AAAF

No ano letivo de 2015/2016, as atividades de Animação e apoio à família contam com cerca de 144 crianças, num universo de 228 crianças que frequentam os vários Jardins de Infância, sendo que destas 144 crianças cerca de 100 frequentam o período de Interrupção Letiva.

Os espaços desenvolvem as suas atividades de acordo com o projeto anual e com as planificações mensais, elaboradas pelas equipas. Estas planificações são feitas com partilha de ideias entre equipa, visitas que possam ser o começo de um projeto, livros que despertem a curiosidades nas crianças, entre outros materiais pedagógicos. As equipas valorizam a livre escolha e que os projetos sejam iniciativa das crianças, partindo por ideias trazidas por estas.

No âmbito da Parceria com os Agrupamentos de Escola é dada especial relevância aos projetos conjuntos desenvolvidos com as escolas.

Neste trimestre, destacamentos a estreita colaboração da equipa da AAAF do JI Fernando Teixeira Lopes na Semana do Patrono, com a realização de vários trabalhos plásticos e artísticos que seguidamente apresentamos.

Semana do Patrono - Cenário

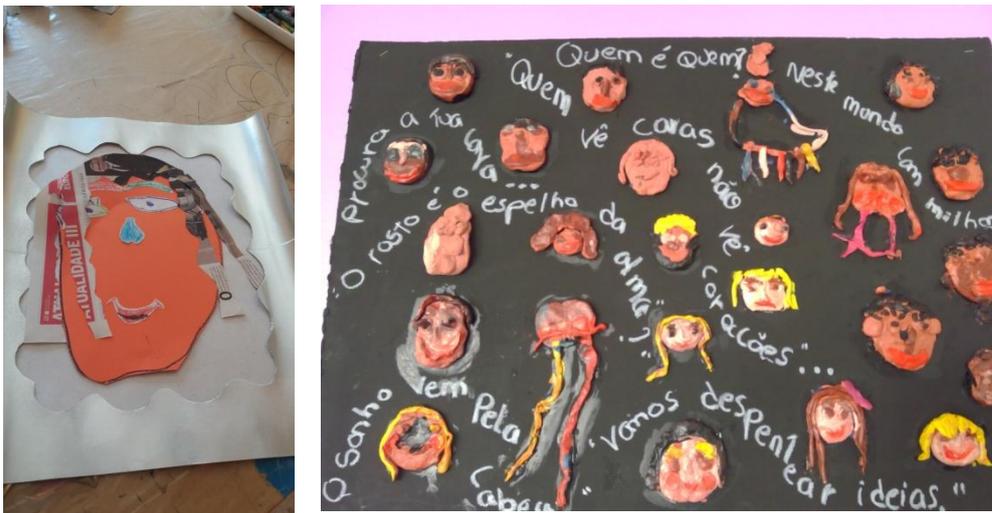


Nas **Interrupções letivas**, as equipas das AAAF'S desenvolvem uma planificação que tem em consideração a duração do Período de Interrupção Letiva e pretende ir de encontro às expectativas e necessidades das crianças. Desta forma há uma preocupação que esta

proporcione diferentes experiências, desperte curiosidades, fomente a sensibilidade estética, valorize diferentes formas de observar, sentir e permita adquirir conhecimentos diversificados.

A planificação é elaborada com uma preocupação em realizar visitas a diversos locais alargando a diversidade de oferta e que permita às crianças ter contacto com locais que lhes proporcione um enriquecimento pedagógico, cultural, experiencial e lúdico.

Na Interrupção Letiva da Páscoa desenvolveu-se uma planificação tendo como base o livro “Caras” da Edicare. Realizaram-se várias atividades que pretendiam explorar o tema escolhido. Para tal as equipas desenvolveram atividades de expressão dramática e plástica que exploraram os diferentes componentes que fazem parte do rosto e outras temáticas relacionadas com o tema “Caras”.



No decurso deste período, foram realizadas duas visitas. Numa manhã as crianças foram ao Planetário, onde de uma forma lúdica puderam perceber como funciona o universo.



A segunda visita foi ao Museu da Eletricidade onde, um grupo de crianças teve a oportunidade de visitar o Museu da Eletricidade e perceber o processo envolvido na produção de eletricidade e, o outro grupo visitou a exposição Ilustrarte.



As visitas realizadas permitem às crianças contactar e conhecer diferentes locais, geralmente são acompanhadas por um guia do próprio local que para além de apresentar os conteúdos de uma forma divertida para as crianças, desenvolve um atelier que permite a parte experiencial.

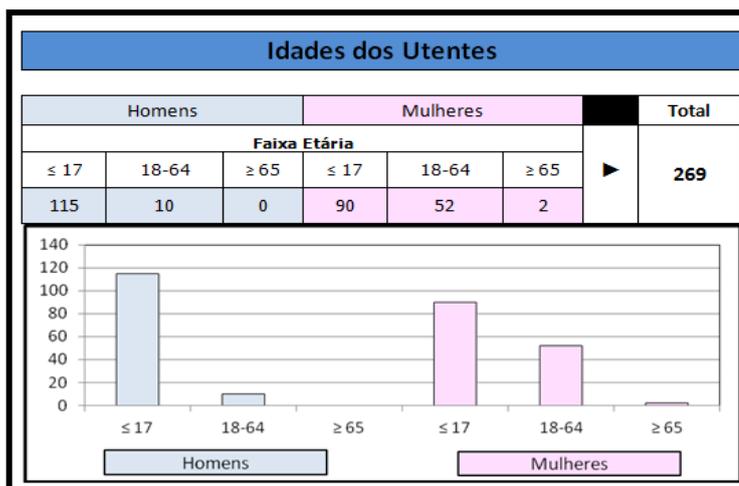


Gabinete de Psicologia

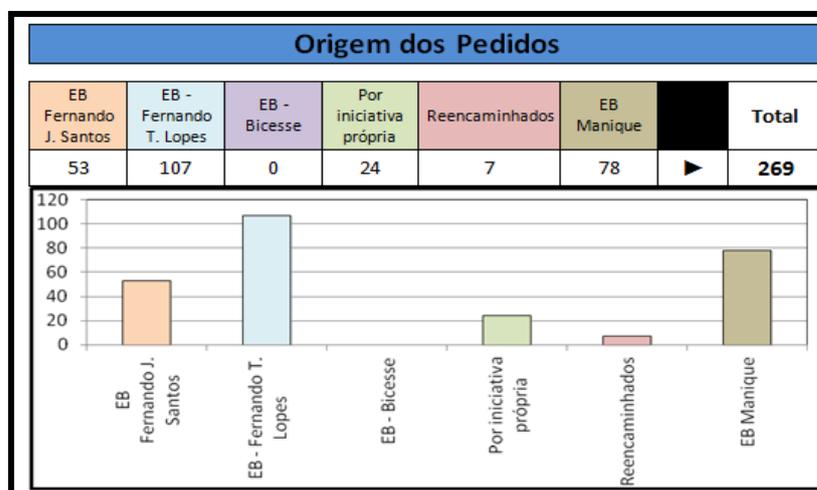
Com o presente relatório pretende-se dar conta da atividade desenvolvida por este gabinete, durante o 1º trimestre de 2016 (01Jan a 31Mar).

Reportando-nos concretamente à síntese estatística (reservando mais uma vez o carácter sigiloso da informação), os 2 primeiros quadros/gráficos (idades e origens) refletem todos os pedidos efetuados pelas escolas (Agrupamentos sediados na Freguesia que solicitaram o apoio da psicóloga) e outros efetuados diretamente pelos fregueses na Junta de Freguesia.

Desde o início do período em referência, foram atendidas em consultas de avaliação e intervenção individual, um total de 269 fregueses. As idades dos utentes variaram entre as diferentes faixas etárias, como se poderá constatar através do gráfico relativo às idades dos utentes.



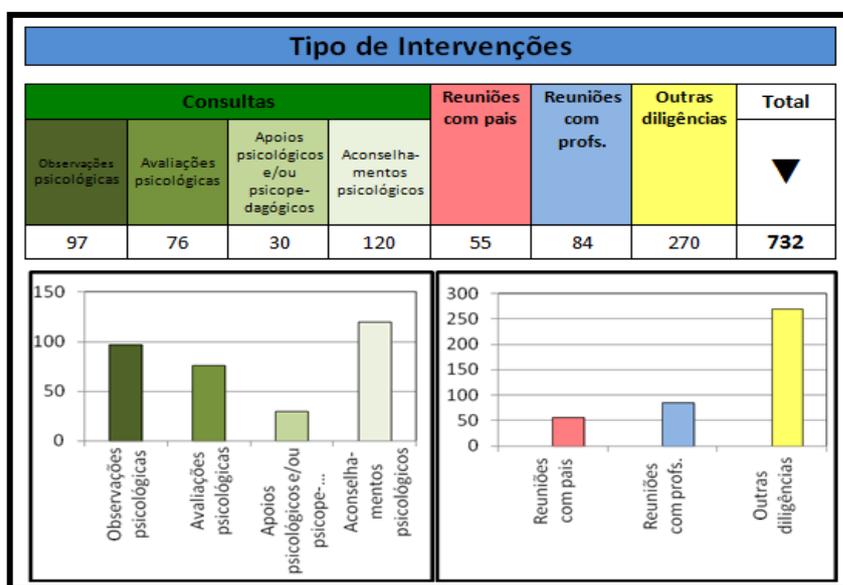
No que concerne à origem dos pedidos, conforme se poderá verificar através do gráfico seguinte, a maioria das sinalizações foram efetuadas pela escola EB1 Fernando Teixeira Lopes, com 107 sinalizações. Segue-se escola EB Manique, com 78 situações, e a EB1 Fernando José dos Santos com 53. Merecem igualmente destaque as consultas por iniciativa própria e os reencaminhamentos de outros serviços.



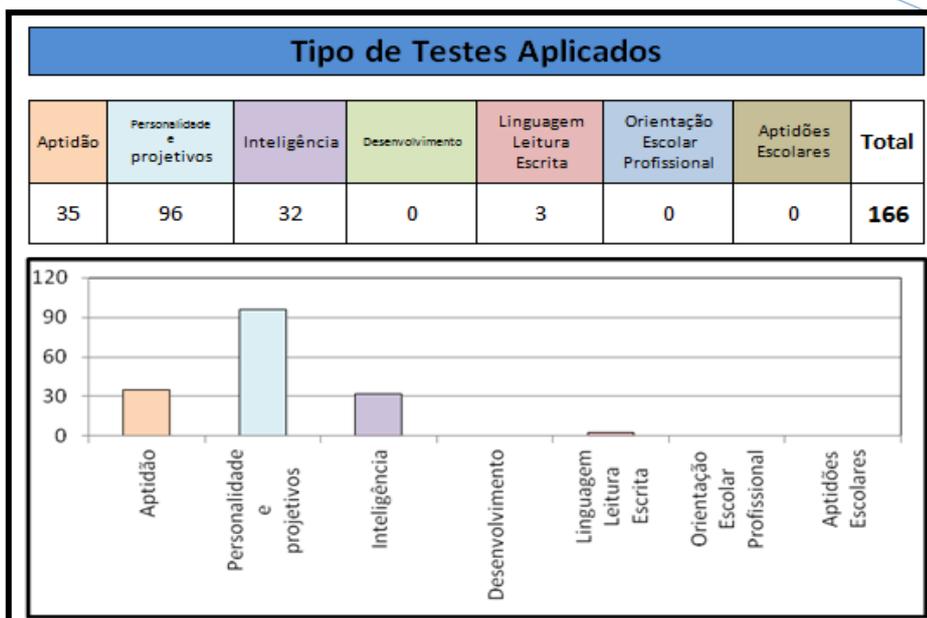
Neste período, e relativamente ao tipo de intervenções, foram contabilizadas 732. Dependendo da situação, variou o número de intervenções em cada caso. Podemos constatar que há uma maior frequência nas consultas de aconselhamento psicológico, seguido das observações psicológicas (e neste parâmetro merecem destaque os questionários de preferências das atividades que integram o Projeto “Vem daí até nós” (Dança, Kravmaga, Yoga, Surfset e

HipHop, Futebol, Karaté, Teatro), que a Junta de Freguesia possui em parceria com a Escola EB Fernando Teixeira Lopes e a Associação de Pais. As avaliações psicológicas também tiveram papel de destaque com 76 situações. Efetuaram-se igualmente reuniões com professores e pais.

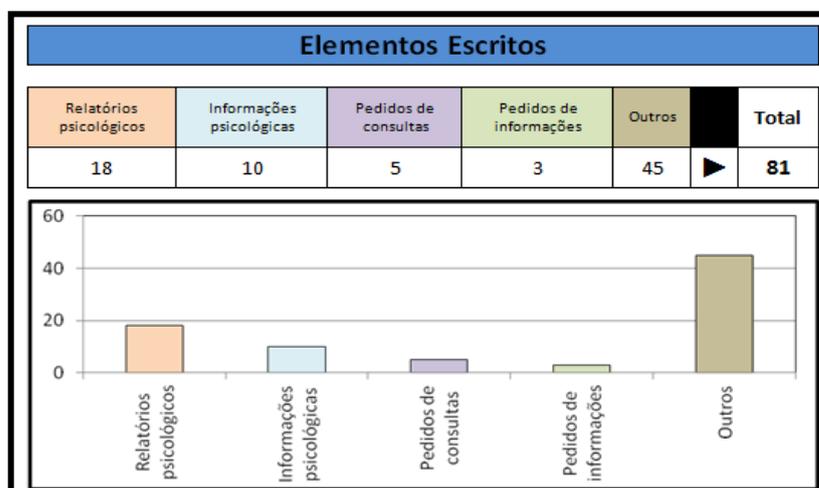
Os registos contabilizados em “outras diligências” referem-se essencialmente a telefonemas, reuniões com técnicos e contatos por mails. A título exemplificativo refira-se que existem diligências telefónicas que podem levar a um considerável consumo de tempo.



Nas consultas de avaliação psicológica em que houve necessidade de aplicação de instrumentos métricos, foram aplicados 166 testes. Destas situações, constata-se que os testes de personalidade e projetivos foram os mais aplicados, seguido pelos de aptidão e inteligência.



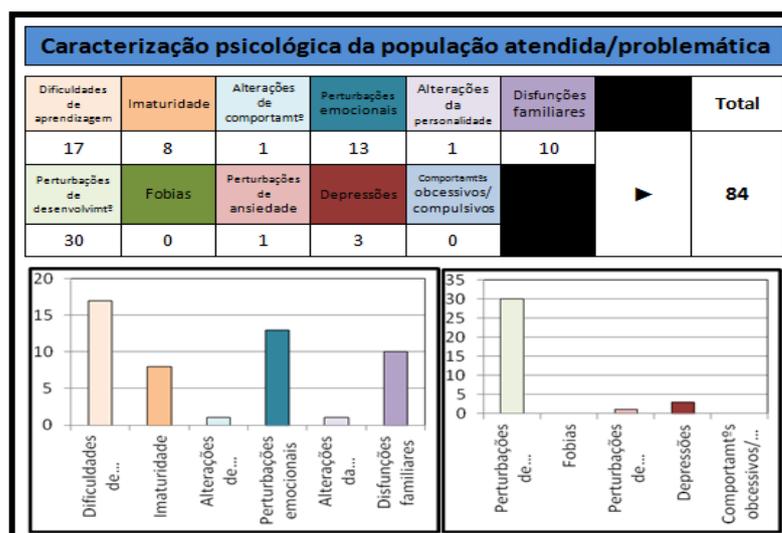
Após as avaliações discriminadas no quadro anterior, houve necessidade de elaboração de 81 informações escritas.



A caracterização da problemática dos fregueses atendidos pelo Gabinete de Psicologia e descritos no quadro e gráfico que se seguem, traduzem o tipo de problemas evidenciados após a conclusão das avaliações efetuadas. A problemática mais presente foram perturbações de desenvolvimento com 30

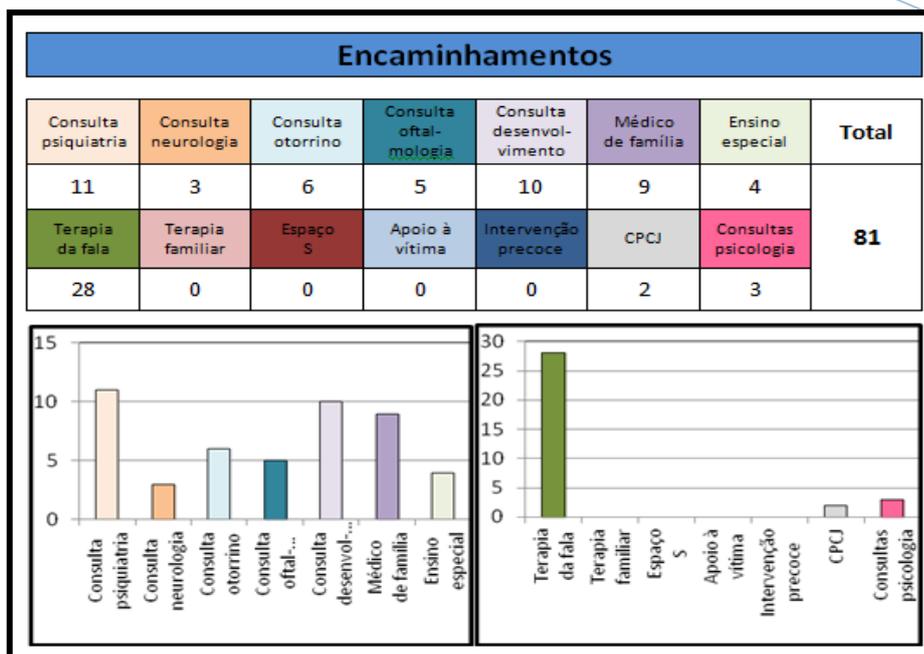
crianças, seguindo-se as dificuldades de aprendizagem com 17 crianças, de 13 discentes com perturbações emocionais, 10 situações de disfunções familiares e 8 quadros de imaturidade. A salientar, 3 situações de depressão identificadas em adultos, que foram posteriormente encaminhados para outros serviços.

O resultado de algumas das avaliações não permitiu para já identificar situações problemáticas bem definidas. Contudo, existem situações em que é necessário um acompanhamento permanente a fim de verificar o quadro evolutivo.



No que se refere aos encaminhamentos efetuados e tendo em consideração o quadro e gráfico seguintes, observa-se que foram realizados 81 encaminhamentos. Salienta-se um número significativo de encaminhamentos para as consultas de terapia da fala com 28 situações (alguns beneficiaram da parceria estabelecida entre a Junta de Freguesia de a AISA relativamente aos rastreios gratuitos). Refira-se 11 situações de encaminhamentos para consultas de Pedopsiquiatria e Psiquiatria, seguidos por 10 consultas de desenvolvimento e 9 situações para o médico de família, a fim de que este solicite consultas de psiquiatria, pedopsiquiatria, oftalmologia, e otorrinolaringologia.

As diligências e as intervenções tomadas por este gabinete são idênticas às tomadas em todos os últimos trimestres do ano civil, uma vez que a finalidade é sempre o despiste o mais precoce possível das situações, para posterior intervenção.



Refira-se que, resultante da intervenção do Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia de Alcabideche, foram abrangidas 153 famílias.

Outras atividades desenvolvidas pelo Gabinete de Psicologia da Junta de Freguesia:

-Colaboração na divulgação do “Plenário Local de Promoção de Saúde”, que decorreu nos Bombeiros de Alcabideche, através da afixação de folhetos em vários locais da Freguesia.



-Agendamento de alguns rastreios ao nível da terapia da fala que se efetivaram no Edifício da Junta, ao abrigo do acordo estabelecido entre a Junta de Freguesia de Alcabideche e a Aisa.

- Colaboração na “Festa de Carnaval dos Idosos”.

- Participação na reunião sobre “Insalubridades”.

- Foram desenvolvidas em três escolas da Freguesia (na EB1 de Manique, na Eb1 Fernando Teixeira Lopes e na EB1 Fernando Santos) ações de sensibilização, intituladas “Alimentação saudável para Pais e filhos” cujo objetivo foi contribuir para um maior esclarecimento sobre este tema, tema este cada vez mais importante nos tempos atuais.



Encontramos nos primeiros anos de vida informações sobre nutrição e promoção de atitudes positivas quanto aos alimentos. Conhecer e entender todo o processo da alimentação é parte crucial para desvendar a escolha de uma conduta alimentar.

A alimentação e a nutrição constituem requisitos básicos para a promoção e a proteção da saúde, possibilitando a afirmação plena do potencial de crescimento e desenvolvimento humano, com qualidade de vida e cidadania. É isto que desejamos para as crianças.



A alimentação saudável não se delinea enquanto uma “receita” pré-concebida e

universal para todos pois deve respeitar alguns atributos coletivos específicos e individuais impossíveis de serem massificados. Contudo, identificam-se alguns princípios básicos que devem reger esta relação entre as práticas alimentares e a promoção da saúde e a prevenção de doenças.

Para as palestras sobre este assunto foi convidada uma nutricionista (Dr.^a Maria Travassos), que fez uma pequena abordagem sobre este assunto. Finalizou as suas apresentações dando algumas sugestões de receitas saudáveis e equilibradas.

A psicóloga esteve também presente em várias ações de Formação:

1) “Workshop sobre Coaching” – Coaching significa tirar um indivíduo de seu estado atual e levá-lo ao estado desejado de forma rápida e satisfatória. Um tema bastante atual que permitiu constatar que o Coaching utiliza técnicas, ferramentas e conhecimentos de diversas ciências como a administração, gestão de pessoas, psicologia, neurociência, recursos humanos, entre outras, visando a conquista de grandes e efetivos resultados em qualquer contexto, seja pessoal, profissional, social, familiar, espiritual ou financeiro. Este processo produz mudanças positivas e duradouras num curto espaço de tempo, de forma efetiva e acelerada. O processo de Coaching é uma oportunidade de visualização clara dos pontos individuais, de aumento da autoconfiança, de quebra das barreiras de limitação, para que as pessoas possam conhecer e atingir seu potencial máximo e alcançar as suas metas de forma objetiva e, principalmente, assertiva.

2) “Encontro de Saúde Mental”- Nesta ação ficou claro a importância dos serviços de saúde presentes na comunidade, para que evidenciem a Saúde Mental como um processo complexo, cujo objetivo deverá ser a eliminação dos défices funcionais, permitindo a integração social dos utentes que sofrem desta problemática.

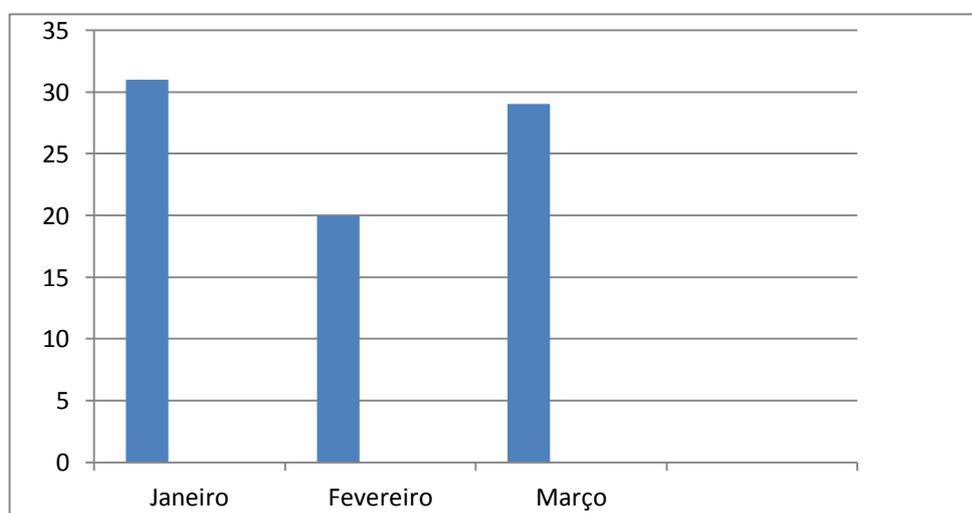
3) “Gestão do Stress” – Atualmente define-se o stress como uma reação emocional, física e cognitiva que um indivíduo tem, para com uma situação que lhe exige demais dele próprio. O *stress*, pode ser provocado pela existência de conflitos, de ambiguidades ou ainda de estilos de gestão de conflitos pouco eficientes, como o estilo "ditador". Normalmente o indivíduo não dá conta da reação que está a ter face às exigências que sofre. Nesta ação tentou-se abordar e discutir as causas e efeitos do stress relacionado com o trabalho e o que fazer para tentar geri-lo.

Acção Social

No âmbito da acção social no decorrer do período de Janeiro a Março, no que se refere ao atendimento social às famílias existe uma procura de ajuda. Estas famílias têm grandes dificuldades no acesso a bens e serviços essenciais, por insuficiência de rendimentos para a satisfação de necessidades básicas.

A resposta social dada a estas famílias passa por dar solução ou encaminhar para outras instituições da freguesia.

Atendimento Social



As necessidades com que nos deparamos essencialmente são as seguintes:

- Apoio a nível de pagamentos de despesas, como água, luz, rendas de casa, compra de medicamentos e outros.

- **Apoio à Terceira Idade**

A nível da terceira idade realizou-se no dia 9 de Fevereiro pelas 14horas, o Baile de Carnaval nas instalações do Grupo de Instrução Popular da Amoreira.

Participaram neste evento utentes dos centros de convívio e associações da freguesia. Colaboraram neste evento, elementos da Missão País, no qual demonstraram muita alegria e um grande poder de entreaajuda.

Avaliação positiva deste evento, uma tarde de muita animação.

A nível dos Centros de Convívio de Alvide e de Alcoitão, a Junta através do Departamento de Ação Social presta apoio técnico, coordenação e dinamização dos grupos.

Colaboração na dinamização dos Grupos Corais de Alcoitão e Alvide.

Projeto Melhor Saúde, consiste em dar resposta aos idosos ou dependentes com fracos recursos económicos, que padeçam de incontinência através de acesso a fraldas de forma a contribuir para a sua qualidade de vida. As pessoas que usufruem deste projeto são residentes das várias localidades da freguesia. Foram entregues 2430 unidades de fraldas.

Pró - Bem é um programa de promoção de competências biopsicossociais. Em que o objetivo é promover o envelhecimento ativo e bem sucedido, reduzindo ou eliminando estereótipos vigentes. A população alvo são os centros de convívio, através de sessões práticas, apresentando vários temas. Os centros de convívio de Alvide e Alcoitão, integram este programa.

- **Reuniões**

- ✓ Reunião no dia 18 de Janeiro pelas 10 horas, na Ludoteca de Alcoitão. O objetivo dar início á intervenção no bairro, com a abertura do gabinete de atendimento, e quais os recursos e a disponibilidade dos parceiros.
- ✓ Dia 20 de Janeiro pelas 10 horas, reunião do Grupo Operacional de Alcabideche no gabinete de atendimento mais perto do Bairro da Cruz Vermelha, com o objetivo de implementar o plano de ação do GO de Alcabideche; - Rede de Privação para o 1º trimestre de 2016.
- ✓ Dia 22 de Janeiro, pelas 9h30m nas instalações do DHS, reunião do Programa das Bolsas sociais. Teve como objetivo o balanço das visitas efetuadas ás creches aderentes ao programa de bolsas sociais.
- ✓ O planeamento para 2016/2017.
- ✓ Dia 25 de Janeiro pelas 10 horas, reunião do Núcleo executivo, nas instalações Aces de Alcabideche, elaboração do guia.
- ✓ Dia 1 de Fevereiro pelas 14 horas, reunião do RODA, no espaço Mais Perto do Bairro da Cruz Vermelha. O objetivo desta reunião foi verificar

entre todos o que virá a ser em 2016 esta rede de Parceiros que tem feito a diferença nos territórios mais vulneráveis.

- ✓ Reunião dia 10 de Fevereiro pelas 10 horas no ACES, do Núcleo Executivo.
- ✓ Dia 10 de Fevereiro pelas 14h 30m, nas instalações da Ponta do Sal, formação sobre o programa Pró –Bem.
- ✓ Dia 15 de Março pelas 17 horas nas instalações do Montepio, um Workshop de introdução ao Coaching .
- ✓ Dia 19 de Fevereiro pelas 10horas no ACES, reunião do núcleo executivo.
- ✓ Dia 24 de Fevereiro pelas 9h30m no ACES reunião do núcleo Executivo, preparação do Plenário.
- ✓ Dia 29 de Fevereiro pelas 9h30m nas instalações do Centro de Saúde do Estoril, reunião do Grupo de Insalubridades.
- ✓ Dia1 de Março pelas 14 horas nas instalações da Junta, reunimos o grupo dos Seniores.
- ✓ Dia 2 de Março pelas 10 horas no DHS, reunião com os membros dos núcleos executivos das Comissões sociais de freguesia.O objetivo desta reunião era a preparação conjunta para o plenário do CLAS que se irá realizar no dia16 de março.
- ✓ Dia 2 de Março pelas 14h30m no DHS, reunião sobre o projeto de animação socio cultural / Gerontologia.
- ✓ Dia 4 de Março pelas 9h30m, na AJU reunião do Grupo do GO Alcabideche.
- ✓ Dia 9 de Março pelas 9h30m nas instalações dos Bombeiros de Alcabideche realizou-se o plenário da Comissão Social da freguesia de Alcabideche. O objetivo deste plenário é dar a conhecer todo o trabalho a nível de parceiros que é efetuado, na freguesia.
- ✓ Dia 11 de Março pelas 10 horas nas instalações da AJU , reunimos o Grupo do GO Alcabideche.
- ✓ Dia 15 de Março pelas 17 horas, reunião na Ludoteca de Alcoitão, teve como objetivo a preparação da organização da Festa Comunitária para dia 6 de Agosto de 2016.
- ✓ Dia 18 de Março nas instalações da AJU, reunião do GO Alcabideche.
- ✓ Dia 23 de Março pelas 9h30m nas instalações do Centro de Saúde do Estoril, reuniu o grupo de insalubridades.
- ✓ Encontro de Saúde Mental realizou-se nos dias 2 e 3 de Fevereiro no Auditório Casa das Histórias Paula Rego. Os objetivos deste encontro, é

promover os direitos Humanos das pessoas com problemas de Saúde Mental e promover a descentralização dos serviços de saúde mental.

- ✓ Dia 9 de Março pelas 9h30m, nas instalações dos bombeiros de Alcabideche, realizou-se o Plenário da Comissão Social de Freguesia de Alcabideche. Neste plenário deu-se a conhecer a avaliação do plano de atividades tendo em linha de conta os objetivos traçados na anterior metodologia de funcionamento do núcleo executivo. Os objetivos são três:
 - Concluir a identificação de projetos já existentes na comissão social de freguesia de trabalhos em rede.
 - Editar o Guia de recursos da freguesia de Alcabideche, em suporte físico para distribuição á população da freguesia.
 - Definir áreas prioritárias a trabalhar, resultantes da ficha do levantamento /problemas obtidas no plenário.



Foto plenário

Dia 16 de Março realizou-se o plenário do CLAS, ás 9h na Ideia, participamos com a apresentação do plano de ação de 2016.



A atribuição de dezasseis cabazes de Páscoa pelos antigos alunos salesianos do Estoril, a famílias carenciadas da freguesia de Alcabideche.

O Departamento de Ação Social da Junta de Freguesia de Alcabideche tenta da melhor forma dar resposta aos problemas dos utentes da freguesia, recorrendo a metodologias profissionais exequíveis, como o diagnóstico, planificação e avaliação das situações das famílias e da comunidade de modo a combater processos de exclusão social.

HORÁRIO DE UTILIZAÇÃO DA PISCINA MUNICIPAL DE ALCABIDECHE PELAS ESCOLAS DO 1º CICLO DO ENSINO BÁSICO

1º Semestre: De 28 de Setembro de 2015 a 31 de Janeiro de 2016

Segunda-feira		EB Malveira Serra 11h00/11h45		Almoço		EB Alcoitão nº3 15h00h/15h45	EB Fern Teix Lopes 15h45/16h30	DEsc IBN Mucana 16h30/17h15
Quarta-feira	EB de Alvide 10h00/10h45	EB Cascais nº 4 10h45/11h30	EB Alto da Peça 11h30/12h15	Almoço		EB Fern Jose Santos 15h00/15h45	EB nº1 de Alcoitão 15h45/16h30	DEsc IBN Mucana 16h30/17h15
Sexta-feira				Almoço				DEsc IBN Mucana 16h30/17h15

2º Semestre | De 1 de Fevereiro a 3 de Junho de 2016

Segunda-feira		Aldeia Jusó 1 11h00/11h45		Almoço		EB Alcoitão nº3 15h00h/15h45	EB Fern Teix Lopes 15h45/16h30	DEsc IBN Mucana 16h30/17h15
Quarta-feira	EB Alvide 10h00/10h45	EB Manuel Gaião 10h45/11h30	EB Alto da Peça 11h30/12h15	Almoço		Fausto C Figueiredo 15h00/15h45	EB Margarida Rod 15h45/16h30	DEsc IBN Mucana 16h30/17h15
Sexta-feira				Almoço				DEsc IBN Mucana 16h30/17h15

Modalidades praticadas	Horário	Total Utentes
AÇÃO SOCIAL -PISCINA	3ª e 5ª	175
NATAÇÃO ADULTOS	2ª, 4ª e 6ª	223
NATAÇÃO CRIANÇAS	2ª, 4ª e 6ª	66
NATAÇÃO BÉBES	sábado e Domingo	47
HIDROGINÁSTICA	2ª a Sábado	203
HIDROTERAPIA	3ª, 5ª e Sábados	73
NATAÇÃO LIVRE	2ª, 4ª, 6ª E SÁB	155

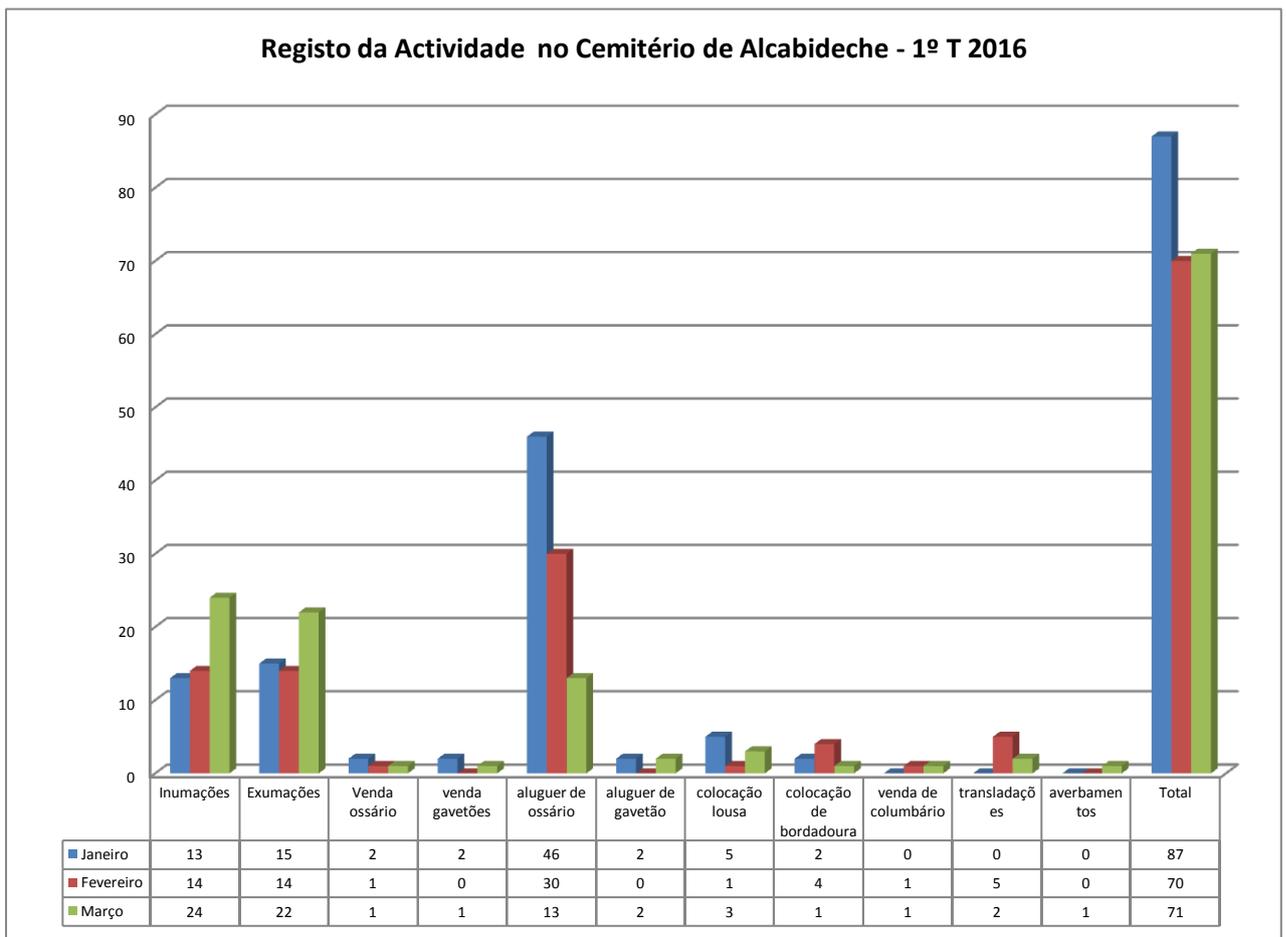


UTILIZAÇÃO DO PAVILHÃO MUNICIPAL DE ALCABIDECHE



Modalidades praticadas	Horário	Total Utentes
KARATÉ	3ª e 5ª	61
BALLET	4ª, 6ª e Sábado	31
ACROBÁTICA	3ª a sábdo	38
STEP/LOCALIZADA	2ª e 4ª	14
SAPATIADO	2ª e 4ª	3
YOGA	4ª e 6ª	12
HIP-HOP	6ª	15
TÉNIS	3ª, 4ª, 5ª e 6ª	7
MUSCULAÇÃO	2ª a Sábado	32
KRAV MAGÁ	4ª E Sábado	13

Salubridade / Cemitério



Protecção Civil

O Serviço Municipal de Protecção Civil de Cascais, realizou a Semana da Protecção Civil nas instalações do Cascaishoping. Trata-se de uma iniciativa já com algumas edições e que tem constituído um factor diferenciador na freguesia, no que concerne á assimilação do conhecimento e potencialidades da estrutura de resposta tanto ao nível do “safety” como do “security”.



ATIVIDADES INFORMÁTICAS

Parque Informático Atual

1. Foi celebrado o contrato para uma nova Multifunções (PRETO) para o Atendimento da Sede da Junta de Freguesia de Alcabideche. A multifunção é uma Triumph Adler P4035 MFP.
2. Foi adquirida uma nova estação de trabalho para Coordenadora técnica, Maria dos Anjos(ASUS DESKTOP PC K20CE).
3. O membro do executivo, Rita Leitão, facultou o portátil adquirido por esta Junta de Freguesia, aos serviços da Ação Social, assim reforçando a modernização no serviço prestado pela técnica de ação social, Lúcia Rodrigues.
4. Foi realizada um backup aos dados do portátil da Rita leitão no servidor.
5. Devido à substituição das estações de trabalhos da coordenadora técnica e ação social, o Complexo Desportivo de Alcabideche tem agora novas estações de trabalho, mais modernas que as anteriores e assim foram resolvidos os problemas que haviam respeitantes á utilização destas. Foram feitas as configurações necessárias às torres e a substituição do monitor da Piscina.
6. Foi instalado uma nova SmartTV (Sony BRAVIA 3240xC) no gabinete do presidente com afixação na parede.

Design Gráfico e Telecomunicações

1. Realização do vídeo para 175º aniversário da Freguesia de Alcabideche.
2. Realização de Cartazes para a Sede da Junta de Freguesia de Alcabideche.

3. Realização de cartazes para a Ação Social.
4. Realização de cartazes para as diferentes escolas da Freguesia através do gabinete de Psicologia.

Internet e Web Design

1. Foram criados novas caixas de correio eletrónico para dar resposta ao departamento de Educação que são: diana.mendes@jf-alcabideche.pt e helena.mak@jf-alcabideche.pt.
2. Segue abaixo lista de artigos publicados na página da Junta de Freguesia e partilhados na página da rede social Facebook:
 - 2.1. Presidenciais 2016
 - 2.2. Alteração de sentido de trânsito
 - 2.3. Reunião Ordinária (Pública) - 21h
 - 2.4. Reunião Ordinária (Pública)
 - 2.5. Páscoa 2016
 - 2.6. Treinos abertos no Parque Marechal Carmona
 - 2.7. Presidenciais - 24 de Janeiro de 2016
 - 2.8. 175º Aniversário da Freguesia de Alcabideche
 - 2.9. Alimentação saudável - Pais & Filhos
 - 2.10. Cortes de trânsito para desfiles de Carnaval
 - 2.11. FROZEN (Circo Cardinali)~- Complexo Desportivo de Alcabideche
 - 2.12. Baile de Carnaval - GIPA
 - 2.13. 75º Aniversário - S.F.R.M.S
 - 2.14. Intervenção no espaço público

- 2.15. Rastreo de VIH, Hepatites B e C e Sífilis
- 2.16. Comemoração do 97º Aniversário da Sociedade Musical e Sportiva Alvidense
- 2.17. Comemoração dos 75º Aniversário da Sociedade Recreativa e Familiar da Malveira da Serra
- 2.18. OPEN DAY na ESCOLA da AAASE
- 2.19. 23º Aniversário da Associação N.ª Sr.ª das Neves
- 2.20. Piscina - Qualidade da água
- 2.21. Notificação - Edital 01.03.2016
- 2.22. WORKSHOP com NETOS DE BANDIM (GUINÉ)
- 2.23. Jiu Jitsu no Complexo Desportivo de Alcabideche
- 2.24. Workshop - Mamãs sem dúvidas
- 2.25. Sketches chamados "Histórias de vida"
- 2.26. Concurso - Ideias e Negócio

Google Analytics (Estatística de visitas)

Google Analytics é um serviço gratuito e oferecido pela Google no qual exibe as estatísticas de visitas, navegador, origem de tráfego, etc. ao qual passamos a apresentar de seguida os resultados para o primeiro trimestre do ano corrente para a nossa página de internet www.jf-alcabideche.pt:

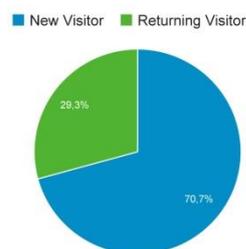
Período contabilizado: 01 de Janeiro a 31 de Março de 2016

01/01/2016 - 31/03/2016

Descrição geral do público-alvo

Todos os utilizadores
100,00% Sessões

Descrição geral



Idioma	Sessões	% Sessões
1. pt-pt	8 031	83,70%
2. en-us	572	5,96%
3. pt-br	300	3,13%
4. (not set)	195	2,03%
5. pt	159	1,66%
6. en-gb	100	1,04%
7. fr-fr	37	0,39%
8. en	30	0,31%
9. fr	30	0,31%
10. es	28	0,29%

País		Sessões	% Sessões
1.	Portugal	8 998	93,78%
2.	United States	100	1,04%
3.	(not set)	70	0,73%
4.	United Kingdom	66	0,69%
5.	Brazil	51	0,53%
6.	France	47	0,49%
7.	Germany	31	0,32%
8.	Spain	27	0,28%

Cidade		Sessões	% Sessões
1.	Lisbon	3 255	33,92%
2.	Cascais	2 197	22,90%
3.	Estoril	1 336	13,92%
4.	Sao Domingos de Rana	361	3,76%
5.	(not set)	283	2,95%
6.	Oeiras	241	2,51%
7.	Sintra	241	2,51%
8.	Amadora	166	1,73%
9.	Porto	151	1,57%
10.	Algueirao-Mem Martins	87	0,91%

Navegador		Sessões	% Sessões
1.	Chrome	5 617	58,54%
2.	Internet Explorer	1 381	14,39%
3.	Safari	918	9,57%
4.	Firefox	609	6,35%
5.	Safari (in-app)	449	4,68%
6.	Android Browser	430	4,48%
7.	Edge	149	1,55%
8.	BlackBerry	14	0,15%
9.	Opera	11	0,11%
10.	Mozilla Compatible Agent	4	0,04%

Sistema operativo		Sessões	% Sessões
1.	Windows	5 413	56,41%
2.	Android	2 382	24,83%
3.	iOS	1 237	12,89%
4.	Macintosh	412	4,29%
5.	Windows Phone	88	0,92%
6.	Linux	40	0,42%
7.	BlackBerry	14	0,15%
8.	(not set)	6	0,06%
9.	SymbianOS	2	0,02%
10.	Samsung	1	0,01%

Fornecedor de serviços		Sessões	% Sessões
1.	nos comunicacoes s.a.	2 985	31,11%
2.	(not set)	1 574	16,40%
3.	pt comunicacoes s.a.	860	8,96%
4.	adsl ull pool premium	684	7,13%
5.	gprs pools	461	4,80%
6.	vodafone portugal	386	4,02%
7.	adsl ull pools	328	3,42%
8.	meo mobile customers nat	262	2,73%
9.	vodafone telecel comunicacoes pessoais sa	238	2,48%
10.	pt prime - solucoes empresariais	147	1,53%

Sistema operativo		Sessões	% Sessões
1.	Android	2 382	63,00%
2.	iOS	1 237	32,72%
3.	Windows Phone	88	2,33%
4.	Windows	54	1,43%
5.	BlackBerry	14	0,37%
6.	(not set)	3	0,08%
7.	SymbianOS	2	0,05%
8.	Samsung	1	0,03%

Resolução de ecrã		Sessões	% Sessões
1.	360x640	1 028	27,19%
2.	768x1024	379	10,02%
3.	320x568	360	9,52%
4.	375x667	279	7,38%
5.	320x480	245	6,48%
6.	320x534	226	5,98%
7.	320x570	191	5,05%
8.	480x800	135	3,57%
9.	720x1280	78	2,06%
10.	360x592	58	1,53%

E) Facebook

Alguns dados, de maior relevo, a destacar neste último trimestre, são os 2704 “Gosto” contabilizados na página da Junta de Freguesia de Alcabideche.

Neste trimestre apresentamos uma comparação de resultados entre o 4º trimestre de 2015 e o 1º trimestre de 2016 com referência ao nº total de gostos adquiridos neste período:

119 novos “Gosto”

Mapa Financeiro das actividades do 1º Trimestre 2016

	Valores / 1º T 2016
Educação	
- espaços envolventes	6.681,03 €
- bens consumíveis	5.353,95 €
- pequenas reparações	15.197,26 €
- manutenção de equipamentos	50,68 €
Ação social	
- baile de carnaval	150,00 €
Acordo de execução e delegação legal de competências	
- cevares	5.084,24
Contrato Interadministrativo	
- sinalização, trânsito e toponímia	1.698,18 €
- calçadas	5.222,08 €