



Índice



Alojamento
temporário
em Lisboa 4



BOCCIA Sénior 6

Seguros: novas condições 10

Turismo 11

Quem Somos? Onde Estamos? 12

Editorial

Graus de Liberdade

Somos, cada um de nós, o principal fruto das nossas próprias obras. Obras que devem ser lidas como manifestação da capacidade criadora do Homem, da sua liberdade.

A solidariedade e a sua forma institucionalizada são expressão de como a liberdade não só nos define mas também nos configura como espécie.

A solidariedade será talvez uma das respostas possíveis que encontrámos na nossa procura de saída para o dilema entre *liberdade* e *destino*.

O acto solidário de nos darmos é o reconhecimento do Outro na continuidade do encontro com nós próprios. Esta casa, a Associação, porque concretização livre da negação de algumas das dimensões do destino vistas como irrevogáveis, é um novo grau de liberdade não só para aqueles que a criaram, não só para aqueles que hoje a vivem, mas principalmente para os que a vão continuar. A Associação é sobretudo a realidade de um pensamento.

Pensamento que é diálogo que cada professor mantém consigo próprio. 🐦



Alojamento temporário em Lisboa abaixo dos valores comerciais

O Professor é eterno viajante.

A Casa Albarraque Costa está ancorada há muitos anos num dos corações de Lisboa.

Foi casa de família tradicional, espaço de convivência permanente de três gerações, e hoje, reabilitada, é sede da Delegação Distrital de Lisboa da ASSP.

Contudo, a Casa é igualmente sede de um novo projecto.



Disponibilizar alojamento temporário ao professor viajante e a seus familiares proporcionando-lhe não só o convívio dos seus pares mas também custos muito abaixo dos valores comerciais.

Entrevista com o Dr. Afonso Pereira, Presidente da Delegação de Lisboa

[Ler mais](#)

Actividade física

Melhorar a auto-estima, promover a vitalidade física e mental

BOCCIA SÉNIOR

Jogo para o Bem-estar geral e social

Prof. Luís Ferreira -...podemos referir que a prática da modalidade de BOCCIA é um excelente factor para promover o aumento da auto-estima e a vitalidade nas suas vertentes mentais, físicas e sociais, sendo estes resultados muito relevantes para as pessoas da terceira idade.

[Ler mais](#)





Seguros de Saúde Condições especiais ASSP

NOVO

N a sequência das negociações que a Associação de Solidariedade Social dos Professores tem mantido com a indústria seguradora no sentido de encontrar condições mais vantajosas para os seus associados foram encontradas soluções interessantes:

Uma nova modalidade de apólice: o Cartão Active-care Global, com características distintas e para que chamamos particularmente a atenção dos nossos associados:

- Acesso aos serviços de saúde da rede Multicare;
- Sem limites de idade, nem de acesso nem de saída obrigatória;
- Sem exigência de exames clínicos;
- Extensível aos filhos dos associados e outros elementos do respectivo agregado familiar

Nas modalidades anteriormente negociadas foram feitos acertos privilegiados dos prémios e coberturas.

- Foi anulado o limite de idade de 25 anos para para subscrição de apólices individuais de filhos de associados.

- Foi alargado o acesso a todos os elementos dos respectivos agregados familiares. Este alargamento implicou a necessidade de inclusão da cobertura parto nas apólices.

Ler mais

Inquérito aos Professores Perspectivar novos serviços da ASSP

Estamos a lançar um Inquérito aos Professores porque julgamos indispensável conhecer necessidades e prioridades sentidas pelos docentes dos diversos graus de ensino. Para dar conteúdo ao projecto que temos em perspectiva, criação de novos serviços, a resposta a este inquérito simples dar-nos-á indicações preciosas para definir linhas de actuação.

Contando com a vossa indispensável colaboração agradecemos a disponibilidade e ajuda prestadas.

Responda ao nosso inquérito

ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DOS PROFESSORES
Sede Social
Largo do Monte, 1 • 1170-253 Lisboa • Tel: 218155466 / 21888428
Fax: 218126648 • E-mail: info@assp.org

Inquérito

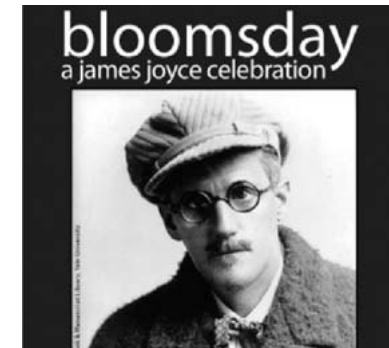
A Associação de Solidariedade Social dos Professores (ASSP) www.assp.pt está interessada em conhecer as necessidades prioritárias dos professores em matéria de apoio de forma a melhorar a sua qualidade de vida.

A ASSP fundada há 29 anos tem direccionado os seus esforços e recurso na constituição de Casas do Professor (Residências Sénior), área em que já tem em funcionamento três casas e uma quarta (Carcaveiros) prevista para ser inaugurada muito em breve.

Reconhecendo a necessidade urgente de repensar a sua acção de apoio aos professores a ASSP vem solicitar-lhe o favor da sua resposta às questões que abaixo formulamos:

A. Quais são os apoios que, do seu ponto de vista, devem ser criados pela ASSP?

1. Apoio domiciliário a familiares na terceira idade Sim Não
2. Participação em medicina alternativa reconhecidas Sim Não
3. Centros de Aproveitamento de Tempos Livres para filhos de professores Sim Não
4. Transporte, para e da escola, de filhos de professores Sim Não
5. Seguros de saúde com condições privilegiadas para professores e filhos Sim Não
6. Condições privilegiadas em cuidados pré parto e pós parto Sim Não
7. Ajuda de cuidados da casa ou guarda das crianças por razões de saúde da mãe Sim Não
8. Participação nos custos de apoio psicológico Sim Não
9. Consultoria e apoio jurídico Sim Não
10. (a sua proposta)
11. (a sua proposta)



NOVO
Viagens

Condições especiais para professores associados

Com a colaboração do operador Cistertour encontrou-se um interessante conjunto de viagens temáticas estruturadas sob uma perspectiva cultural e apoiadas por especialistas em cada um dos temas.

Protocolo: Associação Solidariedade Social dos Professores / Cistertour

Condições especiais para os Associados:

- **5% de desconto** em programas Cistertour e de qualquer outro operador Turístico + isenção das taxas de reserva.
- **Desconto nas taxas de agência** praticadas nas passagens aéreas de **5,00€** para reservas de Portugal; **15,00€** para a Europa e **25,00€** nas reservas para o resto do Mundo.

Ler mais

Informações: Deolinda Simões
218 155 466 • 218 888 428 • info@assp.org

Alojamento temporário em Lisboa

O Professor é eterno viajante

A Casa Albarraque Costa está ancorada há muitos anos num dos corações de Lisboa. Foi casa de família tradicional, espaço de convivência permanente de três gerações, e hoje, reabilitada, é sede da Delegação Distrital de Lisboa da ASSP.

Contudo, a Casa é igualmente sede de um novo projecto.

O Presidente da Delegação, Dr. Afonso Pereira dá-nos uma perspectiva abrangente das actividades de que a Casa é centro.

ASSP – Qual o conceito fundador do projecto de que a Casa Albarraque Costa é a manifestação recente e quais as razões que o suportam?

Dr. Afonso Pereira - Inicialmente para esta Casa houve um outro projecto que se inseria naturalmente na vocação principal da nossa Associação – a Solidariedade.

Porém, houve necessidade de reformular a óptica do plano inicial e hoje queremos oferecer aos nossos associados uma nova resposta, fundamentada nesta Casa, que privilegie outra área da vida do Professor.



Sabe, sempre pensei o Professor como um viajante. Um viajante que cumpre três grandes percursos, dois no domínio do saber - aprender e ensinar – e um outro em que ele viaje pelas sucessivas gerações dos seus alunos. Para cumprir este seu destino de viajante o professor continua viajando: colocação noutra cidade, formação noutra universidade e ainda e necessariamente viagens de necessidade e prazer.

É neste território que se insere o projecto de solidariedade activa de que a Casa Albarraque Costa é a manifestação. Disponibilizar alojamento temporário ao professor viajante e proporcionar-lhe não só o convívio dos seus pares mas também custos muito abaixo dos valores comerciais.

Repare que esta nova proposta só é nova porque é em Lisboa e assume maior dimensão. Desde sempre a ASSP teve em vista este território específico da solidariedade, o qual há muito está concretizado no Porto, em Setúbal e Aveiro. Porém, esta nova expressão constitui um duplo salto pelo número quartos disponíveis e pelo facto de ser na Capital, num dos centros vitais de Lisboa, o Largo do Rato.



Enquanto naquelas Delegações só foi possível disponibilizar um ou dois quartos, em Lisboa, nesta Casa Albarraque Costa, estão prontos 12 quartos, dos quais três de casal. Doze quartos, todos com casa de banho privativa e repartidos por dois pisos, com elevador.

ASSP – Contamos então com uma grande casa. Que outras actividades têm aqui sede?

Dr. Afonso Pereira - É efectivamente uma casa grande, casa de família como soe dizer-se, cuidadosamente reabilitada.

Aqui tem sede a Delegação Distrital de Lisboa, agora com tarefas acrescidas dado que assumiu toda a complexa logística da finalização da Casa de Carcavelos, a nova Residência Sénior da ASSP.



Está também aqui sediado um conjunto de actividades de natureza convivial como as Tertúlias, o Coral da Delegação e os Jograis.

É, por tradição, um lugar de encontro em que se planeiam viagens, organizam almoços e onde se prevê que ganhe corpo e estrutura o Voluntariado Social.

Solidariedade e voluntariado são notas da mesma pauta. A nossa perspectiva é conseguirmos planear as acções de voluntariado segundo uma linha de actuação determinada por objectivos e centrada, do ponto de vista organizacional, num Coordenador Geral do Voluntariado, uma figura que julgamos indispensável.

Como vê, esta é uma grande casa em que tudo isto acontece, mas é também e principalmente um par de braços abertos para receber os professores que por necessidade ou lazer viajem até Lisboa e aqui queiram ficar.

ASSP – O alojamento temporário está disponível exclusivamente para professores associados?

Dr. Afonso Pereira - De maneira nenhuma. A Casa Albarraque Costa está aberta aos professores e suas famílias, descendentes ou ascendentes.

A Associação entende a solidariedade como uma resposta. Proporcionar alojamento a um filho que vem para a Universidade enquanto ele procura soluções definitivas é um acto solidário.

Quanto a mim, e esta é também a óptica da ASSP, devemos entender a solidariedade como um suporte ou solução para todas as situações de carência ou risco que eventualmente surjam na vida do Professor em qualquer idade ou momento da sua carreira. A Associação não está limitada pela preocupação com os problemas dos professores na terceira idade. Muito ao contrário. Nós situamo-nos numa posição proactiva que visa inventariar as dificuldades mais comuns na vida do professor e empenhados em criar condições de resposta a essas dificuldades.

Repare, no nosso entendimento, devemos estender a nossa acção aos extremos da necessidade quando esta assume o seu grau mais gravoso, isto é, quando se perfila como carência ou risco. Nos dias de hoje a probabilidade de ocorrerem situações desse cariz é muito alta e objecto da nossa preocupação. Se as residências sénior ocuparam lugar primeiro nas nossas prioridades, hoje a Associação já equaciona a hipótese de criação de creches e infantários.



É a certeza de que a missão a que se propôs será cumprida. E assim acontecerá.

Número de quartos	Piso	*Preço
5 (individuais)	2º	€ 25
1 (individual)	1º	€ 30
3 (duplos)	1º	€ 35

* Preço por dia. Pequeno-almoço incluído.

Disponibilizar alojamento temporário ao professor viajante e proporcionar-lhe não só o convívio dos seus pares mas também custos muito abaixo dos valores comerciais. É principalmente um par de braços abertos para receber os professores que por necessidade ou lazer viajem até Lisboa e aqui queiram ficar.

A Casa Albarraque Costa está aberta aos professores e suas famílias, descendentes ou ascendentes. 🌐



ACTIVIDADE FÍSICA >>> MELHORAR A AUTO-ESTIMA, PROMOVER A VITALIDADE FÍSICA E MENTAL

BOCCIA Sénior

Jogo para o bem-estar geral e social



ASSP – Tanto quanto sabemos foi o Professor Luís Ferreira e o Dr. Pedro Fernandes que construíram a via do BOCCIA para os Seniores criando um regulamento próprio e iniciando a estrutura de campeonatos. Poderão dizer-nos em que medida o BOCCIA é indicado como actividade desportiva para sujeitos na terceira idade?

Prof. Luís Ferreira – Inicialmente o BOCCIA era praticado por pessoas com paralisia cerebral. Estávamos no final da década de oitenta e realizámos uma experiência com pessoas que ultrapassavam os 60 anos. Verificámos que o jogo

BOCCIA é um excelente factor para promover o aumento da auto-estima e a vitalidade nas suas vertentes mentais, físicas e sociais, sendo estes resultados muito relevantes para as pessoas da terceira idade

reunia condições de adaptabilidade a este tipo de população podendo promover uma interacção entre as pessoas. Decorridos todos estes anos podemos referir que a prática da modalidade de BOCCIA é um excelente factor para promover o aumento da auto-estima e a vitalidade nas suas vertentes mentais, físicas e sociais, sendo estes resultados muito relevantes para as pessoas da terceira idade.

ASSP - Como tem sido a participação na área da paralisia cerebral? Há competição organizada?

Prof. Luís Ferreira – O BOCCIA é hoje uma modalidade que faz parte dos Jogos Paralímpicos. Como jogo é um conceito muito antigo cuja origem se julga vir da Grécia e que continuou pelo Império Romano passando pelas cortes Florentinas, dando origem, nos nossos dias, ao jogo da malha, à petanca e ao bowling.

Pelas suas características foi adoptado pela Cerebral Palsy – International Sports and Recreation Association tor-

nando-se o desporto adaptado para quem tem maiores limitações motoras nomeadamente as pessoas com paralisia cerebral e situações neurológicas afins. A sua aceitação e popularidade foi tão grande que hoje há Federações desde a Austrália à Dinamarca e foi integrado no conjunto dos Desportos Paralímpicos. Portugal conta com excelentes atletas tendo já por várias vezes ganho Medalhas de Ouro.

ASSP – Notámos que a designação BOCCIA SÉNIOR é a identificação para o ramo sénior do BOCCIA. A necessidade dessa identificação pode



Professor Luís Ferreira



Dr. Pedro Fernandes



ser entendida como um sinal de carácter positivo da adesão de sujeitos, naquela faixa etária, à prática do BOCCIA?

Prof. Luís Ferreira – A popularidade do BOCCIA SÉNIOR é um fenómeno notável. Sendo uma modalidade que pode ser jogada individualmente ou em equipa permite níveis de sucesso aos seus praticantes. Em poucos anos a prática do BOCCIA SÉNIOR atingiu dimensões de tal ordem que, prevemos num futuro próximo haver competições de nível internacional. Em vários países existe também uma prática regular da modalidade.

ASSP - Em Portugal, na área dos seniores, já existe uma estrutura competitiva? Como se pode caracterizar essa estrutura?

Prof. Luís Ferreira – Sim, em Portugal existe uma organização que promove toda a estrutura competitiva. A or-

ganização encontra-se sediada na Associação do Porto de Paralisia Cerebral (APPC) que desenvolve toda a logística para a realização dos campeonatos.

Tendo em conta o elevado número de praticantes existem 4 grandes Zonas desportivas, a saber: Zona Porto, Zona Vale do Sousa, Zona Centro e Zona Douro.



Cada Zona realiza o seu campeonato de Equipas e Individual, que depois de todos realizados é apurado para o Campeonato de Portugal de Boccia Sénior. Posteriormente a esta realização ainda Existe uma Taça de Portugal de Boccia Sénior de Equipas e Individual.

Na presente época 2010/2011 estão inscritas 140 equipas totalizando 596 praticantes. Prevê-se que estes não sejam números definitivos.

Em poucos anos a prática do BOCCIA SÉNIOR atingiu dimensões de tal ordem que, prevemos num futuro próximo haver competições de nível internacional.

Será nosso objectivo que o Campeonato se realize de Bragança ao Algarve e que exista efectivamente uma grande participação de todos os SÉNIORES Portugueses.

ASSP – Mas só há competição e provas no âmbito do campeonato nacional?

Dr. Pedro Fernandes – Não. Temos conhecimento de pessoas que treinam BOCCIA nas instituições/clubes e nas escolas apenas como recreação/lazer e não participam nos campeonatos. É frequente as instituições envolvidas na modalidade organizarem torneios entre si, aproveitando esses momentos para conviverem uns com os outros.

Também se tem realizado convívios desportivos (torneios) que envolvem toda a população escolar, alunos, professores e funcionários. Na instituição onde trabalho, já realizamos torneios de Boccia entre funcionários.





A Universidade de Aveiro e a Universidade de Coimbra também já organizaram torneios/convívios de BOCCIA para os Seniores.

Actualmente, existem competições de Boccia no Desporto Escolar, no Boccia Sénior e na área da deficiência, com representação internacional no quadro paralímpico.

ASSP – A competição e a participação em provas de campeonato de BOCCIA SÉNIOR tem-se revelado de resultados positivos para os participantes e útil do ponto de vista terapêutico?

Prof. Luís Ferreira – Esse é um dos aspectos mais notáveis. Creio que

o interesse, entusiasmo, continuidade de participação e motivação para a melhoria da performance individual são bons indicadores dos efeitos da prática de actividade física centrada no BOCCIA SÉNIOR. Há trabalhos académicos da Faculdade do Desporto da Universidade do Porto que parecem confirmar e que nos permitem inferir daqueles indicadores. Constatou-se uma melhoria da aptidão física dos praticantes especialmente nas mulheres. Esta melhoria manifestou-se na flexibilidade, na força física e na coordenação. É de referir que num outro estudo o “Bem-estar geral”, o “Bem-estar social” e o “Efeito terapêutico” são referidos pelos praticantes como as principais razões que os levam à continuação da prática de BOCCIA SÉNIOR.

ASSP- À primeira vista a importância do aspecto social parece surpreendente. Como explicá-lo?

Dr. Pedro Fernandes – Repare que o envelhecimento comporta normalmente perda de contactos sociais e decorrentemente sentimentos de solidão. A prática do BOCCIA SÉNIOR não só gera novos encontros num quadro social estimulante das relações como produz a emergência de temas de conversa referidos ao indivíduo ou ao grupo,

bem como oportunidades de prestação de pequenos gestos de atenção e cuidado nas relações intragrupo.

ASSP – Deve entender-se que a competição leva a uma procura de melhoria das competências individuais com manifesta subida do grau de auto-estima?

A Universidade de Aveiro e a Universidade de Coimbra também já organizaram torneios/convívios de BOCCIA para os Seniores.

Dr. Pedro Fernandes – Absolutamente. As pessoas voltam a investir em si próprias. Quebra-se o estado de passividade e auto-complacência. Passa-se do “eu fui” para o “eu serei”. São muitos os casos em que o praticante compra as suas bolas de jogo o que constitui um manifesto sinal

de se voltar a olhar como pessoa capaz de novas realizações. A subida da auto-estima é um facto generalizado que certamente tem a ver com os sentimentos de bem-estar geral e bem-estar social.

ASSP – Aparentemente o jogo parece de uma facilidade pouco estimulante à participação.

É assim na realidade?

Dr. Pedro Fernandes – Só é aparentemente fácil. Logo que pela primeira vez se pega na bola percebe-se que estamos numa situação que não é inocente. Toma-se consciência que antes de atirar é preciso pensar.

Cada jogada é um acto estratégico. É preciso decidir se tento fazer um lançamento de precisão (pôr a minha bola mais perto do alvo, bola branca). Se devo atacar (afastar a bola do adversário da bola branca, empurrar outra bola minha para junto do alvo ou, ainda, empurrar a bola branca para fora do campo. Também pos-

so fazer um jogo defensivo, consoante a situação do jogo, como por exemplo, bloqueando o caminho do adversário com as minhas bolas. Há outras opções e tipos de lançamento, dependendo da situação específica do jogo.

Estamos apenas no campo da decisão e decidir é o acto mais singular da liberdade do sujeito.

É de crer que uma boa parte do prazer que se tira da prática do BOCCIA advém da experimentação dessa liberdade, do exercício desse novo poder.

ASSP – E depois a acção, o acto de jogar?

Dr. Pedro Fernandes – Depois cabe à mão, ao braço talvez a todo o corpo, não esquecendo a mente, encontrar a harmonia do controlo dos movimentos para concretizar com sucesso o lançamento.

É daqui, destes momentos, que se configura a continuação da prática e o projecto de treino.

ASSP- Começar a jogar constitui então uma surpresa?

Dr. Pedro Fernandes – É como diz. São muitos os casos em que se começa a jogar de forma reticente e depois há um envolvimento e aplicação completos. Parece haver a descoberta de uma nova possibilidade de concretização e afirmação de competências e capacidades consideradas como já perdidas.

A subida da auto-estima é um facto generalizado que certamente tem a ver com os sentimentos de bem-estar geral e bem-estar social.

ASSP – A participação em provas não será determinante para o acréscimo da ansiedade?

Dr. Pedro Fernandes – A participação em provas desportivas costuma ser geradora de alguma ansiedade, principalmente nos períodos que as antecedem. No entanto com o início dos jogos, esses níveis costumam diminuir. Creio que a participação em provas cria sentimentos de expectativa



quer quanto ao desempenho próprio quer quanto ao dos parceiros de equipa. Ou seja, quem mais investe no treino, cria maiores níveis de expectativa em relação ao seu desempenho.

Habitualmente, quem tem sucesso no desempenho desportivo costuma reformular os seus objectivos com a intenção de estabelecer novas metas. Quem não consegue obter sucesso desportivo costuma ter comportamentos que valorizam mais os momentos de convívio entre os seus pares. Ou seja, em ambas as situações, os níveis de ansiedade tendem a diminuir ou desaparecer.

É importante conseguir manter níveis de ansiedade, mesmo muito ligeiros, de forma a estimular um bom desempenho desportivo.

ASSP – Tem sido fácil levar as pessoas à prática do BOCCIA SÉNIOR?

Prof. Luís Ferreira – A minha opinião pode parecer suspeita. Estou convencido, pela evolução do número de praticantes que todos os anos tem crescido porque as pessoas na terceira idade vêem no BOCCIA SÉNIOR uma oportunidade para uma actividade física compatível com a sua condição, uma oportunidade para novos contactos sociais e antevêem no jogo uma dimensão lúdica muito atraente. Poderíamos dizer que o BOCCIA SÉNIOR solicita aquela criança que sempre vive dentro de nós e da qual muitas vezes nos esquecemos.

Também podemos afirmar pelos registos que temos tido ao longo destes anos que tem havido um acréscimo de praticantes nas respectivas zonas.



ASSP – Podem dar-nos, em síntese, uma ideia de como se organiza a prática do BOCCIA SÉNIOR?

Prof. Luís Ferreira – Vejamos. O BOCCIA SÉNIOR é um jogo singelo. O objectivo do jogo é colocar as bolas de cor, vermelhas e azuis, o mais perto possível de uma bola branca. Joga-se num campo com 12,50x6 metros. Todas as bolas são atiradas pelos jogadores, incluindo a bola branca que é lançada por um primeiro jogador. As bolas vermelhas e azuis identificam cada equipa ou cada jogador nas provas individuais.

Naturalmente que o jogo é coordenado por um árbitro que avalia as pontuações servindo-se de instrumentos simples para a avaliação de distâncias entre as bolas.

A sua organização está muito ligado aos Lares da Terceira Idade e Centros de Convívio assim como vários Municípios tem o BOCCIA SÉNIOR como umas das suas actividades.

Os interessados apenas têm que consultar o site – www.appc.pt/bocciasenior e inscrever-se obedecendo às regras prevista para o efeito.

ASSP – Há alguma época do ano especial para o BOCCIA SÉNIOR?

Prof. Luís Ferreira - O BOCCIA pode ser praticado em qualquer período do ano. Como é um jogo de pavilhão

pode ser praticado todo o ano e com qualquer tempo, basta ter interesse e vontade em realizar uma actividade. Para participar nas competições cada praticante terá que ter 60 anos feitos até ao dia 31 de Dezembro.

ASSP- As bolas e os outros apetrechos são de que origem?

Prof. Luís Ferreira – Inicialmente as bolas eram da Dinamarca tendo depois aparecido da Nova Zelândia. Com a realização do Campeonato do Mundo de Boccia em Portugal – Póvoa de Varzim em 2002 - foram apresentados primeiros jogos feitos em Portugal. Actualmente em Portugal existem 12 modelos de Jogos, sendo possível com este leque variado de Bolas os atletas escolherem as bolas mais adequadas para a competição. Também foi possível para a mesma empresa que fabrica os jogos apresentar toda a gama de material para a prática da modalidade.

ASSP – Como antevêem o futuro da prática do BOCCIA SÉNIOR?

Prof. Luís Ferreira – Pela experiência e pelos contactos que temos podemos com toda a certeza afirmar que o seu crescimento será de uma forma exponencial, conforme se forem multiplicando os contactos entre praticantes, entre comunidades e instituições. Os estudos académicos sobre os efeitos do BOCCIA SÉNIOR e a constatação dos seus efeitos benéficos serão catalisadores do processo. 🤝

CONTACTOS • Boccia Sénior • www.appc.pt/bocciasenior

APPC - Porto

Tel.: 225 191 400

Fax: 225 914 122

Email: bocciasenior@gmail.com

Prof. Luís Ferreira: 962 877 096

Dr. Pedro Fernandes: 968 156 278

APPC - Lisboa

Prof. Rosa Carvalho

Tel.: 217 512 700

Email: bocciasenior@gmail.com

“Bem -estar geral”, “Bem-estar social” e “Efeito terapêutico” são referidos pelos praticantes como as principais razões que os levam à continuação da prática de BOCCIA SÉNIOR



Seguro do Voluntário

A protecção dos associados voluntários permanentes e temporários era uma preocupação sentida pela DN da ASSP.

Foram promovidas as diligências necessárias à concretização de apólices de seguro adequadas. Para além dos contactos com diferentes seguradoras, foi auscultado o CNV – Conselho Nacional para a promoção do Voluntariado.

Fomos informados de que a Instituição Montepio Geral está vocacionada para a realização do Seguro do Voluntário nas condições mais favoráveis.

Após informação prévia, participámos em reunião específica que o Montepio Geral através do RITS – Relações Institucionais com o Terceiro Sector, procedia, de facto, à formalização desses seguros.

O Montepio Geral “porque reconhece na partilha e na entre ajuda valores fundamentais, apresenta o Seguro Montepio Voluntariado. Feito a pensar nas instituições que contam com a dedicação daqueles que entregam um pouco mais de si aos outros, este seguro cobre os riscos inerentes às actividades de voluntariado.”

A Dr.^a Joana Mendonça, em representação do RITS, forneceu a informação adequada, deu sugestões e disponibilizou-se para uma colaboração activa.

Foi analisada a metodologia conveniente à realização do seguro dos voluntários da ASSP, tendo-se considerado aconselhável um faseamento relativo aos voluntários de regime temporário.

Foram contactadas todas as Delegações e foi contabilizado um total de 72 voluntários (Sede e Delegações) cuja formalização de apólices de seguro de acidentes pessoais será efectuada em primeiro lugar.

Foi também solicitado às Delegações o envio dos elementos relativos aos voluntários em regime temporário (acções de voluntariado pontuais/espóricas/temporárias regulares) de forma a possibilitar a continuidade do processo de seguros em curso.

Com a colaboração de cada Delegação, a ASSP subscreve o lema do Montepio Geral “quem faz o bem merece estar protegido”.

Seguro de Saúde



Proposta de Renovação 2011
PROCOLO ASSP

I. PLANOS EM VIGOR

867 - ASSOC. SOLIDARIEDADE SOCIAL PROF. - MOD I

I - Apólice Grupo Plano de Garantias

Coberturas	Capitais Seguros	Prestação Directa		Prestação Reembolso		Período de Carência
		MultiCare	Cliente	MultiCare	Cliente	
901 Internamento Hospitalar	€12.000,00	85%	15%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	90 dias
Franquia por Sinistro (Rede)			€250,00			

(1) Sem comparticipação prévia / Com comparticipação prévia.

868 - ASSOC. SOLIDARIEDADE SOCIAL PROF. - MOD II

I - Apólice Individual Plano de Garantias

Coberturas	Capitais Seguros	Prestação Directa		Prestação Reembolso		Período de Carência
		MultiCare	Cliente	MultiCare	Cliente	
901 Internamento Hospitalar	€12.000,00	85%	15%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	90 dias
Franquia por Sinistro (Rede)			€250,00			
907 Ambulatório	€1.000,00	80%	20%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	60 dias
Franquia Anual (rede / Reembolso) (2x3)			€75,00		€75,00	
Cirurgia de Ambulatório		(4)	20%			
Consulta de Cuidados Primários		(4)	€15,00			
Consulta de Especialidade		(4)	€15,00			
Consultas Domiciliárias		(4)	€25,00			
Consultas de Psiquiatria		(4)	€15,00			
Consultas em Atend. Permanente		(4)	€37,50			
Eads e Tratamentos (outros)		(4)	20%			
Exames - Anatomia Patológica		(4)	€5,00			
Exames - Análises Clínicas		(4)	€1,50			
Exames Ecotomografia		(4)	€10,00			
Exames - Ressonância Magnética		(4)	€62,50			
Exames - Rx		(4)	€5,00			
Exames - TAC		(4)	€25,00			
Medicina Nuclear		(4)	€12,50			
Fisioterapia	€500,00	100%	0%			
Medicina Física e Reabilitação		(4)	0%			

(1) Sem comparticipação prévia / Com comparticipação prévia; (2) Franquia partilhada; (3) Franquia aplicada nas despesas sem comparticipação prévia; (4) Remanescente a cargo do Segurador.

2. PROPOSTA DE RENOVAÇÃO

Com vista ao equilíbrio deste Protocolo, considerando a experiência da Multicare e o histórico do universo seguro em questão, apresentamos a proposta de renovação para 2011 com as seguintes alterações às condições em vigor:

Hipótese A: Introdução da cobertura de Parto, com aumento global de prémio de 17,7% (20,9% no Módulo I e 7,1% no Módulo II).

Hipótese B: Alternativa de subscrição de um Plano Activcare Geral.

Nestes termos, apresentamos de seguida os Planos de Garantias e Prémios propostos para 2011.

Hipótese A:

867 - ASSOC. SOLIDARIEDADE SOCIAL PROF. - MOD I

Plano de Garantias

Coberturas	Capitais Seguros	Prestação Directa		Prestação Reembolso		Período de Carência
		MultiCare	Cliente	MultiCare	Cliente	
901 Internamento Hospitalar	€12.000,00	85%	15%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	90 dias
Franquia por Sinistro (Rede)			€250,00			
906 Parto Normal, Cesariana e Int. Inv. da Gravidez	€1.500,00					300 dias

(1) Sem comparticipação prévia / Com comparticipação prévia.

868 - ASSOC. SOLIDARIEDADE SOCIAL PROF. - MOD II

I - Apólice Individual Plano de Garantias

Coberturas	Capitais Seguros	Prestação Directa		Prestação Reembolso		Período de Carência
		MultiCare	Cliente	MultiCare	Cliente	
901 Internamento Hospitalar	€12.000,00	85%	15%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	90 dias
Franquia por Sinistro (Rede)			€250,00			
907 Ambulatório	€1.000,00	80%	20%	30%/100% (1)	70%/0% (1)	60 dias
Franquia Anual (rede / Reembolso) (2x3)			€75,00		€75,00	
Cirurgia de Ambulatório		(4)	20%			
Consulta de Cuidados Primários		(4)	€15,00			
Consulta de Especialidade		(4)	€15,00			
Consultas Domiciliárias		(4)	€25,00			
Consultas de Psiquiatria		(4)	€15,00			
Consultas em Atend. Permanente		(4)	€37,50			
Eads e Tratamentos (outros)		(4)	20%			
Exames - Anatomia Patológica		(4)	€5,00			
Exames - Análises Clínicas		(4)	€1,50			
Exames Ecotomografia		(4)	€10,00			
Exames - Ressonância Magnética		(4)	€62,50			
Exames - Rx		(4)	€5,00			
Exames - TAC		(4)	€25,00			
Medicina Nuclear		(4)	€12,50			
Fisioterapia	€500,00	100%	0%			
Medicina Física e Reabilitação		(4)	0%			

(1) Sem comparticipação prévia / Com comparticipação prévia; (2) Franquia partilhada; (3) Franquia aplicada nas despesas sem comparticipação prévia; (4) Remanescente a cargo do Segurador.

PLANO DE GARANTIAS

TOMADOR: Protocolo ASSOCIAÇÃO DE SOLIDARIEDADE SOCIAL DE PROFESSORES (Cartão Activcare Geral)

Capital Diário por Int. Hospitalar (a)		
Máximo de 40 dias	€25	90 dias
Franquia de 7 dias		
Ambulatório	Acesso à Rede	—
Estomatologia	Acesso à Rede	—

(a) Capital de €50, se internamento em Unidade de Cuidados Intensivos.



club experience^(s)

viagens temáticas e culturais by cistertour

www.cistertour.pt
tematicos@cistertour.pt
tel.: 213 804 064

bloomsday
a james joyce celebration

Monday June 16th at 8 PM

Co-presented by Theatre Gael

composition gallery Music By HUBCAP CITY
1388 McLendon Ave NE
compositiongallery.com

DUBLIN – A CIDADE DE JAMES JOYCE

15 a 19 de Junho

Num pequeno país, numa ilha afastada dos grandes centros culturais, uma cidade, Dublin, foi berço de um numeroso grupo de escritores que são o expoente máximo da literatura Universal, de Jonathan Swift, Oscar Wilde, Bram Stoker, Brendan Behan a 4 prémios Nobel: William Butler Yeats, G. Bernard Shaw, Samuel Becket e Seamus Heaney, mas, é sobretudo James Joyce, que nos leva a querer conhecer Dublin e participar nas celebrações do Bloomsday, que se realiza anualmente a 16 de Junho recordando seu romance, Ulisses, que se desenrola todo ele num só dia, precisamente 16 de Junho de 1904, tendo como protagonista o Sr. Leopold Bloom, e se tornou num marco do modernismo na literatura inglesa do séc. XX.

Durante a nossa viagem vamos participar em varias comemorações, passeios e visitas aos locais ligados à vida de James Joyce, aos seus personagens, reviver a Dublin do princípio do séc. XX. Visitar o museu dos escritores, as casas museu de Becket, Joyce e B. Shaw, 5 dias portanto, onde a literatura e uma cidade fervilhante de vida e alegria nos esperam.

Protocolo Associação Solidariedade Social dos Professores / Cistertour

Condições especiais para os Associados:

- 5% de desconto em programas Cistertour e de qualquer outro operador Turístico + isenção das taxas de reserva.
- Desconto nas taxas de agência praticadas nas passagens aéreas de 5,00 € para reservas de Portugal; 15,00 € para a Europa e 25,00 € nas reservas para o resto do Mundo.



Quem Somos? Onde Estamos?

A Associação de Solidariedade Social dos Professores (ASSP) é uma organização de Professores que tem como objectivo e actividade a prestação de serviços de natureza social, humanitária e cultural aos seus associados e familiares.

Juridicamente está constituída como Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) e registada como pessoa colectiva de direito privado sem fins lucrativos.

A ASSP é de âmbito nacional.

Sediada em Lisboa organiza-se funcionalmente em delegações locais que abrangem quase todo o Continente, Madeira e Açores.

AVEIRO

Telefone: 234 373 230 / 963 767 425 - Fax: 234 040 819

Correio Electrónico/Email: d.aveiro@assp.org

BEJA

Telefone: 969 172 537

Correio Electrónico/Email: d.beja@assp.org

COIMBRA

Telefone: 239 483 952 - Fax: 239 483 952

Correio Electrónico/Email: d.coimbra@assp.org

FARO

Telefone: 289 824 822 - Fax: 289 824 822

Correio Electrónico/Email: d.algarve@assp.org

FUNCHAL

Telefone: 291 229 963 - Fax: 291 282 546

Correio Electrónico/Email: d.madeira@assp.org

GUIMARÃES

Telefone: 253 512 369 - Fax: 253 512 369

Correio Electrónico/Email: d.guimaraes@assp.org

LEIRIA

Telefone: 244 813 492 - Fax: 244 813 492

Correio Electrónico/Email: d.leiria@assp.org

LISBOA

Telefone: 213 700 330 - Fax: 213 700 338

Correio Electrónico/Email: d.lisboa@assp.org

PONTA DELGADA

Telefone: 296 382 505 - Fax: 296 382 505

Correio Electrónico/Email: d.acores@assp.org

PORTALEGRE

Telefone: 245 331 612 - Fax: 245 331 612

Correio Electrónico/Email: d.portalegre@assp.org

PORTO

Telefone: 225 106 270 - Fax: 225 104 629

Correio Electrónico/Email: d.porto@assp.org

SANTARÉM

Telefone: 243 322 212 - Fax: 243 322 212

Correio Electrónico/Email: d.santarem@assp.org

SETÚBAL

Telefone: 265 719 850 - Fax: 265 719 851

Correio Electrónico/Email: d.setubal@assp.org

VISEU

Telefone: 232 182 629

Correio Electrónico/Email: d.viseu@assp.org

SEDE NACIONAL

Telefone: 218 155 466 / 218 888 428 - Fax: 218 126 840

Correio Electrónico/Email: info@assp.org

Residências Sénior

AVEIRO

CASA DO PROFESSOR

Telefone: 234 373 230

PORTO

CASA DE SÃO ROQUE

Telefone: 225 106 270 / 963 - Fax: 225 104 629

SETÚBAL

CASA DOS PROFESSORES

Telefone: 265 719 850 - Fax: 265 719 85