



PROJECTO FAMÍLIA GLOBAL – (IPSS)  
Associação para a Inserção Sócio-Cultural e Profissional da Família

44

Julho  
2022

Tiragem trimestral  
Abr. | Mai. | Jun.

# Boletim Informativo



## Entrevista com

Rui Pedro Teixeira,  
Optometrista, sócio-gerente  
dos Grupos Ópticos  
Prolente e Nacional Óptica

*Ser um “radical livre” é ser um irreverente  
livre por natureza e fazer mais e melhor!*

*Inteligente, livre e irreverente*





## Saúde ocular, um globo visual!

**M**ais de metade das informações que recebemos diariamente são obtidas através da visão. A nossa capacidade de ver, depende da entrada de luz num determinado ambiente. A retina envia a informação ao cérebro que recebe os impulsos nervosos. Todos os dias cometemos inúmeros erros que resultam em maiores danos para a nossa visão: sentir sintomas como fechar mais os olhos ou aproximar mais os objectos para conseguirmos visualizar melhor; o uso consecutivo de computador e ver televisão com luz apagada contribuem

para piorar a qualidade da nossa saúde ocular.

Estes comportamentos podem desencadear problemas oculares futuros. A miopia e o estigmatismo são patologias oculares que vão crescendo connosco, sem nos apercebermos. Leves dores de cabeça, cansaço e dificuldade na aprendizagem podem ser sequelas de uma má saúde ocular. Os rastreios oculares são extremamente importantes para a deteção de pequenos problemas. O optometrista é um profissional de cuidados primários nesta área da saúde, conseguindo avaliar, medir e compensar um problema refrativo, bem como detectar patologias que exigem o encaminhar para a especialidade de oftalmologia.

Se nos primórdios das próteses oculares estas eram pouco atractivas, actualmente existe no mercado uma enorme variedade de óculos, de vários estilos e formas, que conseguem criar um visual moderno e carismático!

A alimentação está na base da saúde ocular, em particular a luteína que ajuda na regeneração da retina e as vitaminas, e de entre estas a vitamina A que contribui para o metabolismo das células receptoras do olho. No entanto, numa fase da nossa vida e em particular após os 60 anos, começamos a perder qualidade na nossa visão. Na chamada “terceira idade” os cuidados alimentares, e o controlo da saúde em geral, têm de ser redobrados. Nesta faixa etária é comum o desenvolvimento de glaucomas ou cataratas, bem como de diabetes tipo II que em muito influenciam a saúde visual. Mais do que noutras idades, a ingestão de complementos alimentares à base da luteína e dos ómega 6 e 9 é fundamental, devendo haver um maior cuidado na restrição dos açúcares. O envelhecimento populacional não é sinal de perda de qualidade de vida, mas sim apostar numa prevenção activa e corrente! A prevenção da saúde ocular deve iniciar-se na 1ª infância, sendo aconselhável que os pais levem as crianças a um optometrista por volta dos 6 anos. Cumprir com o plano de vacinação nas crianças é muito importante, nomeadamente, do sarampo e rubéola. Uma alimentação rica e equilibrada é fundamental. Os pais não devem descurar sinais de eventuais patologias a despistar se uma criança apresentar olhos lacrimejantes ou um pestanejar constante e ininterrupto.

A **Prolente** é uma parceira social do **Projecto Família Global**, que **ao longo de 20 anos** tem vindo a ajudar-nos na saúde ocular dos residentes dos bairros sociais de Carnaxide.

Em Abril de 2022 foram iniciadas na nossa clínica as consultas de optometria dadas pelo Dr. Rui Teixeira **com a atribuição gratuita dos óculos - armação e lentes**. Este serviço que prestamos a esta população tem tido um enorme acolhimento pela importância que tem na contribuição do bem-estar social!

**A detecção precoce de problemas do nosso globo visual, é sinónimo de melhor qualidade de vida!**

**Carlos Manuel Moreira Ribeiro**

Presidente da Direcção

## As melhores praias de Oeiras

Para os que dizem que estamos na Califórnia da Europa, a Linha é um belo postal. Surf, banhos de sol, bons restaurantes em frente ao mar e à distância de um comboio, a pé ou bicicleta, pomos-lhe tudo em linha e traçamos-lhe um roteiro das melhores praias de Oeiras, onde não faltam escolhas para estender a toalha na areia, ir a banhos, correr ou passear o cão.

**Praia da Torre** – Abrigada pela Fortaleza de São Julião da Barra, é bastante procurada nas tardes de vento – regra geral, as manhãs são sempre de calma. Perto do Porto de Recreio, onde não falta animação e boas caipirinhas.

**Praia de Santo Amaro de Oeiras** – É a maior praia do Concelho e como tal, uma das mais procuradas. Tem areia de sobra para receber todos os que a procuram e perto de um jardim para quem segue os horários da exposição solar à risca e se abriga nas horas de maior calor.

**Praia de Paço de Arcos** – Compreende duas praias, a Velha, de areal bastante reduzido e hoje quase destinada aos pescadores e a Nova, com maior areal, o Passeio Marítimo nas costas e rochas onde muitos aproveitam para estender a toalha. Uma ou outra são garantia de um dia bem passado.

**Praia de Caxias** – É a primeira praia de quem sai de Lisboa em direcção a Oeiras. Bastante abrigada do vento em relação às suas vizinhas, é protegida pelo Forte de São Bruno, o que também ajuda a garantir aquelas fotografias-postal.

**4**

Actividades  
Acção Social

**6**

Entrevistas

**11**

Contas da  
Associação

**15**

Institucional  
Parceiros

## Ficha Técnica

**Director**  
Carlos Manuel Moreira Ribeiro  
**Colaboração**  
Gabinete de Comunicação e Imagem  
Secretariado, Valências  
**Tiragem**  
100 exemplares, Trimestral  
**Impressão**  
Projecto Família Global

**Propriedade e Redacção**  
Projecto Família Global  
Alameda João da Mota Prego, 1B  
2790-213 Carnaxide  
Telefone e Fax. 214183770  
Telemóvel. 967267616  
geral@familiaglobal.pt



**A nossa Creche voltou a sorrir**



Dois anos depois, as crianças voltaram à Creche do Projecto Família Global.

A reabertura, para além das condicionantes de saúde pública que ainda é necessário acautelar, trouxeram desafios acrescidos ao nível da gestão da nossa Associação.

Neste momento, e estabilizadas as medidas necessárias à prevenção, os receios centram-se na sustentabilidade da organização com acréscimo de despesas e diminuição de receitas.

O regresso foi animado. As crianças que começaram a frequentar trouxeram com elas um olhar e um sorriso dos quais já tínhamos saudade.

Abrimos com 8 crianças das 16 que temos habitualmente, fruto de uma reabertura a meio do ano, longe do habitual mês de Setembro. Tem sido um regresso tranquilo e gradual.

Temos vindo a adequar procedimentos e todos os dias vamos ajustando. O facto de termos poucas crianças permite-nos preparar, confiantes e serenos, o regresso de mais crianças em Setembro.



## Clínica Social Saúde Visual

- Rastreio visual
- Consultas de optometria e contactologia
- Medição de tensão ocular
- Despiste de patologias oculares
- Retinografia

Todas as últimas 3ª feiras de cada mês  
Faça já a sua marcação



## LOJA SOLIDÁRIA

Aberta às 3ª e 5ª feiras das 14:30 às 17:00 horas

Artigos novos e usados



**PROLENTE**  
serviços ópticos

# Repórteres de Carnaxide

**D**r. Rui Teixeira, 55 anos, um grande empresário na área da saúde ocular dos oeirenses. Um empreendedor livre mas irreverente, inteligente e assertivo mas com um discurso mordaz! Todos os dias acredita que ajudar o próximo é o maior acto de liberdade de um ser humano!



**Bruno Ribeiro (B.R.) – Que valores lhe foram transmitidos pelos seus pais que ainda hoje continua aplicá-los?**

**Rui Teixeira (R.T.) –** Bom, basicamente, a honestidade, o sentido de responsabilidade, o trabalho e a generosidade.

**(B.R.) – Quando nasceu a sensibilidade pela causa social?**

**(R.T.) –** Quando eu nasci, nós eramos muito pobres. Os meus pais são transmontanos mas conheceram-se aqui em Lisboa. Os meus pais eram pessoas humildes e quando eu nasci, nós vivíamos num quarto em Laveiras, em Oeiras. Quando saímos de Laveiras, viemos viver para um bairro da lata, perto da prisão de Caxias. Desde muito cedo sempre senti uma grande sensibilidade pela causa social. Como nós passamos por muitas dificuldades, desde cedo sempre senti uma grande sensibilidade pela causa social. Em 1973 nós fomos morar para um apartamento em Algés, dito normal, ou seja, com condições de habitabilidade. Nesta altura, com 12 anos, eu entrei num grupo da igreja em Algés e passei a ter periodicamente acções de solidariedade na Pedreira dos Húngaros, através das Vicentinas.

**(B.R.) – O Dr. Rui Teixeira é um dos sócios mais antigos do Projecto Família Global. Conte-nos como teve conhecimento da nossa instituição?**

**(R.T.) –** Eu tive conhecimento da vossa instituição através da Dra. Wanda Lourenço. A Dra. Wanda era uma pessoa excelente e muito persuasiva naquilo que queria concretizar. Em 1996, nós abrimos a nossa primeira loja da Prolente em Linda-a-Velha e a Dra. Wanda foi à nossa loja e eu fiquei a conhecer o projecto que estava a desenvolver na Outurela-Portela. Eu senti-me seduzido pelo projecto e passei a ajudá-la através de consultas e óculos grátis aos residentes dos bairros sociais de Carnaxide.



**(B.R.) – Em 2017 foi eleito pelo IN-OV (Inovar Oeiras) para Presidente da União das freguesias de Linda-a-Velha, Algés, Dafundo e Cruz Quebrada. Como foi endereçado o convite para fazer parte da lista a candidato?**

**(R.T.) –** Eu conheci um empresário na área da restauração em Algés e um dia disse-me “Vamos tomar um café com Dr. Isaltino Moraes”. O café realizou-se no Central Park de Linda-a-Velha; falámos de tudo, desde política até economia. Eu cheguei a mencionar ao Sr. Presidente que eu não tinha jeito para a política. A conversa foi pequena e curta e quando terminamos a conversa esse meu amigo disse-me que eu seria candidato a presidente da União das Freguesias de Algés, Linda-a-Velha, Cruz Quebrada e Dafundo. Eu fiquei muito espantado por esse convite e expus à minha família que seria candidato e que não sabia que implicações iria ter esta decisão. Desde do início que eu pensei neste convite como uma acção de voluntariado! Era a minha forma de retribuir à comunidade que me ajudou a crescer como ser humano e empresário! Passados 2 meses, o Dr. Isaltino Moraes chamou-me à Fundação Marquês de Pombal e endereçou-me o convite.

**(B.R.) – O que diferencia o seu mandato dos outros anteriores? Que medidas inovadoras foram criadas para a população?**

**(R.T.) –** O que diferenciou o meu mandato dos outros anteriores foi a pandemia do covid19. A nível de projectos sociais e apoios à comunidade, nós lançámos o consultório de psicologia e de nutricionista e criámos o primeiro Banco Alimentar para os animais domésticos. Através de apoios da Nestlé e de outras empresas conseguimos ajudar muitas pessoas com animais domésticos. Na pandemia propusemos à Câmara Municipal de Oeiras uma cozinha comunitária em Algés com o apoio das Irmãs Dominicanas. Durante o período pandémico eu fui cozinheiro e cheguei a confeccionar mais de 600 refeições para a comunidade mais carenciada. Foi no meu mandato que se realizaram as melhores e maiores festas populares em Linda-a-Velha!



**“Desde muito cedo, sempre senti, uma grande sensibilidade pela causa social.”**

**(B.R.)** – Com a tomada de posse como Presidente da União das Freguesias de Algés Linda-a-Velha, Dafundo e Cruz Quebrada passou a ter um contacto diário com a autarquia de Oeiras. O seu diálogo com a câmara de Oeiras era profícuo?

**(R.T.)** – Eu sou uma pessoa irreverente e livre, logo, a liberdade dá-nos privilégios, responsabilidades e também acarreta muitos problemas às pessoas que não gostam de ser subalternas. Durante o período que eu fui presidente eu tive muitos problemas com a Câmara Municipal de Oeiras.



**“ Era a minha forma de retribuir à comunidade que me ajudou a crescer como Ser Humano e empresário! ”**



**(B.R.)** – Como é viver e trabalhar no 2º Concelho mais rico de Portugal?

**(R.T.)** – Nascer, viver e amar Oeiras! Eu tive o privilégio de os meus pais virem viver de Trás-os-Montes para Oeiras. Eu também tive o privilégio de há 36 anos o Dr. Isaltino Morais ter sido Presidente da Câmara Municipal de Oeiras e de ter criado uma boa equipa que conseguiu revolucionar o concelho de Oeiras!

**(B.R.)** – Do ponto vista social, qual a sua opinião sobre as medidas implementadas pela câmara municipal de Oeiras?

**(R.T.)** – As medidas implementadas pela C.M.O foram excelentes e conseguiu-se dar respostas às necessidades. A nível da testagem ficamos um pouco aquém porque o concelho de Cascais conseguiu implementar um maior nível de testagem que Oeiras. O período pandémico foi um quadro muito difícil de lidar para o poder local e central! **Ninguém passou fome em Oeiras!**



**“ Eu também tive o privilégio de há 36 anos, o Dr. Isaltino de Morais ter sido Presidente da Câmara Municipal de Oeiras e de ter criado uma boa equipa que conseguiu revolucionar o Concelho de Oeiras! ”**



**(B.R.) – A partir de Abril a nossa clínica social passou a realizar consultas de optometria à comunidade prestadas pelo Dr. Rui. Qual o seu feedback deste serviço prestado à população carenciada dos bairros sociais?**

**(R.T.) – A saúde ocular é muito importante porque está ligado à aprendizagem e é muito importante este serviço à comunidade! Este serviço iniciou-se no Projecto Família Global há mais de 20 anos e depois expandiu-se para outras localidades. Foi graças aos apoios da câmara municipal de Oeiras que se conseguiu abrir esta clinica social, nomeadamente, o consultório de optometria!**

**(B.R.) – Considera-se um “radical livre”?**

**(R.T.) – Sim, considero-me um “radical livre”. Os radicais livres podem fazer grandes lutas num país! Nos meus 36 anos de vida à comunidade, já fiz boas e más lutas, boas e más experiencias, logo, eu não me tenho dado mal com a irreverência! **Ser um “radical livre” é ser um irreverente livre por natureza e fazer mais e melhor!****

**(B.R.) – Para além da nossa instituição que outros projectos sociais tem participado?**

**(R.T.) – A Prolente é inovadora no apoio a projectos sociais na comunidade! O projecto nasceu há mais de 20 anos e já ofereceu mais de 400.000€ em material óptico à população mais carenciada. Tudo começou com o Projecto Família Global, por intermédio da Dra. Wanda Lourenço. Posteriormente nós passamos também ajudar a União das Freguesias de Carnaxide e Queijas e, é importante referir, que é a Prolente que oferece gratuitamente aos residentes sinalizados pela Junta de Freguesia! Este projecto social é muito inovador no concelho de Oeiras.**

***A saúde ocular é muito importante porque está ligada à aprendizagem e é muito importante este serviço à comunidade!***

**“ A Prolente é inovadora no apoio a projectos sociais na comunidade. ”**



Entrevista e Edição de  
Bruno Ribeiro – Tesoureiro PFG

## **Covid-19 – Na outra ponta do Arco-Iris**

Volvidos dois anos após ter sido decretado o primeiro estado de emergência impulsionado pelo COVID19, impõe-se fazer uma retrospectiva sobre o impacto da pandemia na nossa instituição. Qual a reacção inicial? O que se perdeu? O que se ganhou? O que mudou?

Decorria o dia 19MAR2020 quando recebemos a notícia que a partir do dia seguinte o estado de emergência seria implementado. Os direitos e liberdades, em particular os direitos de livre circulação e as liberdades económicas, foram fortemente restringidas. A IPSS viu encerradas as suas valências de Creche e CATL, bem como a sua loja social e a sua clínica dentária social. Ficou em suspenso o programa de saúde ocular, com a implementação prevista para o mês de Abril, de rastreios oftalmológicos e atribuição de óculos. A notícia deixou-nos com um frio no estômago.

Dia 20 amanheceu normalmente. Mas a deslocação numa estrada completamente deserta, que permitia a contagem das viaturas com que nos cruzávamos durante todo o percurso, criava um sentimento de perplexidade, remetendo-nos para um qualquer filme apocalíptico de Hollywood. A preocupação centrava-se nos 38 utentes idosos do Serviço de Apoio Domiciliário com quem, partimos do princípio, tínhamos de continuar a cumprir com o contratado. Essa preocupação não permitia que o medo se instalasse. Apenas as dúvidas tiveram lugar. Muitas dúvidas se levantaram. Muitas questões se colocaram. Nada se sabia sobre o vírus.

Continuar o apoio era o melhor para os utentes ou seríamos um meio de transmissão indesejado e a eliminar?

A maioria dos nossos utentes dependia de nós para a alimentação, higiene pessoal e cuidados de saúde. Para muitos, e a partir daquele momento, passámos a ser a sua única ligação ao mundo exterior. Foi essa realidade social que nos fez decidir, que nos impulsionou.

Com três auxiliares de acção directa (AAD), a directora técnica e 2 elementos da Direcção preparámo-nos para enfrentar os mais diversos desafios. Deitámos mãos aos equipamentos de protecção individual adquiridos para a clínica social e, devidamente protegidos, propusemo-nos garantir que os nossos utentes iriam sentir os efeitos desta medida restritiva de forma mais atenuada. Éramos poucos, mas o desconhecimento da doença não nos permitiu lançar mão de voluntários. Impunha-se limitar ao mínimo o número de contactos.

Aos primeiros quinze dias de restrição outros se seguiram. E à medida que os dias passavam fomo-nos deparando com o facto da população idosa do bairro, não utente do nosso SAD e anteriormente autónoma nos seus afazeres diários de aquisição de bens e medicamentos, se sentir cada vez mais isolada, ansiosa, preocupada. Apesar dos poucos recursos humanos estendemos-lhe o nosso apoio, reactivando o nosso Gabinete de Apoio à Família. Os contactos com os Centros de Saúde e Unidades de Saúde Familiares passaram a ser efectuados por nós, via e-mail, garantindo-se, desta forma, que o receituário era emitido e a medicação adquirida. O controlo da HTA foi impulsionado, assegurando aos moradores com essa patologia um acompanhamento que, não curando, os ajudava a sentirem-se mais confortáveis com o conhecimento da sua situação. Os pagamentos de serviços eram garantidos via homebanking. As contagens dos contadores de energia, gás e água transmitidas telefonicamente. O envio da declaração devida a encerramento dos estabelecimentos de ensino ou a provisória de isolamento passavam por nós.

Mas o encerramento do sector económico rapidamente fez com que a população sentisse dificuldades na obtenção de bens alimentares. O nosso Programa de Apoio Alimentar recebeu múltiplas solicitações, quer directamente pelos próprios, quer direccionadas pela rede social do conselho. Todos os dias eram distribuídos cabazes de alimentos. Passámos a apoiar, em média, mais 30 famílias por mês nos primeiros 2 meses, número que foi sendo reduzido para metade. As solicitações ganharam tal dimensão que fomos obrigados a definir um calendário semanal de atribuição deste apoio extraordinário. A cozinha também foi solicitada para fornecimento de refeições prontas, numa média de 12 refeições diárias.

O sentimento de não estarmos sozinhos nesta luta deu-nos ânimo. Tivemos apoio de empresas de géneros alimentícios e a CMO contribui para a aquisição de outros. Só assim conseguimos fazer a atribuição de cabazes extraordinários. Os laços entre os parceiros de rede estreitaram-se numa luta comum.

A CMO e a CNIS garantiram-nos os equipamentos de protecção individual e os produtos de desinfecção. Os dias foram passando e, de estado de emergência em estado de emergência, fomos cimentando estas nossas novas prestações com a disciplina que a pandemia exigia.

Perdemos a alegria e o riso das crianças. Ganhámos um maior apoio e reconhecimento de uma faixa etária por vezes tão esquecida.

Perdemos uma loja social de bens não alimentares. Ganhámos uma maior dimensão na atribuição do apoio alimentar.

Perdemos uma clínica dentária social. Ganhámos uma maior dinâmica nos serviços prestados pelo GAF. Não arrancámos com o programa de saúde ocular. Mas impulsionámos a doação de roupa e calçado junto da franja social mais carenciada.

Crescemos como indivíduos e como instituição. A disciplina a que nos impusemos para, tão poucos que éramos, poder dar resposta a todas as solicitações, criou hábitos que permitiram estruturar-nos de uma outra forma.

Dois anos volvidos voltámos a abrir a nossa creche e iniciámos o programa de saúde ocular, estando em preparação a abertura da clínica dentária social.

Dois anos volvidos a nossa relação com as unidades de saúde fortaleceram-se, fazendo a diferença na vida daqueles cuja idade exige uma maior atenção e cuidados.

Dois anos volvidos a nossa relação com os parceiros sociais mais próximos, está mais forte, mais estruturada.

Mas, acima de tudo, olhamos para os nossos utentes e beneficiários e sentimos que a nossa intervenção contribuiu para que o impacto de uma pandemia se esbatesse ou, nos casos dos idosos isolados e cuja permanência no domicílio já era um hábito, pouco se fizesse sentir.

O medo do desconhecido deu lugar a um sentimento de dever cumprido, de engrandecimento interior.

Estamos mais fortes, mais realizados como pessoas, com um sentimento que dá sentido ao ditado popular que nos diz que “Depois da tempestade vem a bonança”.

ITENS	DESCRITIVO	ANO 2022							
		1º Trimestre		2º Trimestre		3º Trimestre		4º Trimestre	
		CRÉDITO	DÉBITO	CRÉDITO	DÉBITO	CRÉDITO	DÉBITO	CRÉDITO	DÉBITO
<b>1</b>	<b>INSTITUTO GESTÃO FINANCEIRA DA SEGURANÇA SOCIAL</b>	<b>34 536,30</b>	<b>9 763,04</b>	<b>46 329,75</b>	<b>11 374,48</b>				
1.1	PROTOSCOLOS DE COOPERAÇÃO	34 536,30	0,00	46 161,75	0,00				
1.2	TSU - TAXA SOCIAL ÚNICA	0,00	9 763,04	0,00	11 374,48				
1.3	REEMBOLSOS	0,00	0,00	168,00	0,00				
<b>2</b>	<b>CÂMARA MUNICIPAL DE OEIRAS</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>700,00</b>	<b>0,00</b>				
2.1	MANUTENÇÃO DAS ACTIVIDADES	0,00	0,00	700,00	0,00				
2.2	OUTROS	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>3</b>	<b>UNIÃO DE FREGUESIAS CARNAXIDE E QUEIJAS</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>70,00</b>	<b>0,00</b>				
3.1	APOIO AO BOLETIM	0,00	0,00	70,00	0,00				
<b>4</b>	<b>AUTORIDADE TRIBUTÁRIA E ADUANEIRA</b>	<b>1 745,29</b>	<b>1 522,00</b>	<b>32,94</b>	<b>1 104,00</b>				
4.1	IRS COLABORADORES	0,00	1 522,00	0,00	1 104,00				
4.2	REEMBOLSO 0,05% DO IRS	1 745,29	0,00	32,94	0,00				
<b>5</b>	<b>VALÊNCIAS PROTOCOLADAS</b>	<b>7 416,33</b>	<b>0,00</b>	<b>7 824,18</b>	<b>0,00</b>				
5.1	APOIO DOMICILIÁRIO	7 416,33	0,00	7 315,50	0,00				
5.2	CRECHE	0,00	0,00	508,68	0,00				
5.3	CENTRO DE DIA	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>6</b>	<b>CLÍNICA SOCIAL</b>	<b>10,00</b>	<b>663,74</b>	<b>0,00</b>	<b>276,84</b>				
6.1.1	DENTÁRIA	0,00	0,00	0,00	0,00				
6.1.2	OPTOMETRIA	10,00	0,00	0,00	0,00				
6.2	SEGURANÇA CONTRA INTRUSÃO ( PROSEGUR )	0,00	163,74	0,00	163,74				
6.3	EQUIPAMENTOS NOVOS	0,00	0,00	0,00	0,00				
6.4	CONSUMÍVEIS	0,00	0,00	0,00	0,00				
6.5	MANUTENÇÃO	0,00	0,00	0,00	113,10				
6.6	SADI -CONTRACTO E ASSISTÊNCIA TÉCNICA	0,00	0,00	0,00	0,00				
6.7	ERS-ENTIDADE REGULADORA DA SAUDE	0,00	500,00	0,00	0,00				
<b>7</b>	<b>DONATIVOS AO ABRIGO DA LEI DO MECENATO</b>								
7.1	EM EUROS	59,00	0,00	0,00	0,00				
7.1.1	GLAXO SMITHKLINE	0,00	0,00	0,00	0,00				
7.1.2	PEQUENAS DOAÇÕES	59,00	0,00	0,00	0,00				
7.2	EM ESPÉCIE	10 254,73	0,00	12 559,35	0,00				
7.2.1	PANEGARA II - DISTRIBUIÇÃO, LDA	3 763,72	0,00	4 207,14	0,00				
7.2.2	DR. OETKER PORTUGAL, LDA	1 007,05	0,00	0,00	0,00				
7.2.3	FARMÁCIA MARIA	0,00	0,00	0,00	0,00				
7.2.4	FARMÁCIA CENTRAL DE CARNAXIDE	575,52	0,00	947,24	0,00				
7.2.5	MODELO E CONTINENTE HIPERMACADOS,SA	3 877,44	0,00	5 455,05	0,00				
7.2.6	FARMA CONTINENTE,SA	239,16	0,00	166,82	0,00				
7.2.7	SOVENA PORTUGAL-CONSUMER GOODS, SA	0,00	0,00	1 783,10	0,00				
7.2.8	BRUNO RICARDO SILVA SANTOS	750,00	0,00	0,00	0,00				
7.2.9	MARIA DE LURDES ASSUNÇÃO PINA	41,84	0,00	0,00	0,00				
7.2.10	CONDI ALIMENTAR	0,00	0,00	1 255,71	0,00				
<b>8</b>	<b>RECURSOS HUMANOS</b>	<b>0,00</b>	<b>25 470,73</b>	<b>0,00</b>	<b>32 631,58</b>				
8.1	VENCIMENTOS, SUBSIDIOS, PRÉMIOS E DESLOCAÇÕES	0,00	25 247,05	0,00	30 880,35				
8.2	SEGUROS ACIDENTES DE TRABALHO	0,00	223,68	0,00	223,68				
8.3	SEGUROS ACIDENTES PESSOAIS	0,00	0,00	0,00	0,00				
8.4	KMED-SAUDE E SEGURANÇA NO TRABALHO	0,00	0,00	0,00	442,20				
8.5	SERVIÇOS JURIDICOS	0,00	0,00	0,00	0,00				
8.6	FARDAMENTO PARA COLABORADORES	0,00	0,00	0,00	1 085,35				
8.7	DIVERSOS	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>9</b>	<b>SEDE / SECRETARIA</b>	<b>475,00</b>	<b>655,32</b>	<b>25,00</b>	<b>273,00</b>				
9.1	EQUIPAMENTOS SISTEMA LISING	0,00	273,00	0,00	273,00				
9.2	CONSUMIVEIS	0,00	194,00	0,00	0,00				
9.3	ECONOMATO	0,00	159,00	0,00	0,00				
9.4	MANUTENÇÃO	0,00	29,32	0,00	0,00				
9.5	QUOTAS DE SÓCIO - CNIS / UDIPS	0,00	0,00	0,00	0,00				
9.6	QUOTAS JOIAS / SÓCIO - PFG	475,00	0,00	25,00	0,00				
9.7	SADI -CONTRACTO MANUTENÇÃO E ASSISTÊNCIA TÉCNICA	0,00	354,24	0,00	0,00				
9.8	SEGURO MULTI RISCOS	0,00	0,00	0,00	321,00				
9.9	CONTRACTO GERAL DE DESINFESTAÇÃO	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>10</b>	<b>GABINETE DE CONTABILIDADE</b>	<b>0,00</b>	<b>738,00</b>	<b>0,00</b>	<b>738,00</b>				
10.1	TÉCNICO OFICIAL DE CONTAS - TOC	0,00	738,00	0,00	738,00				
<b>11</b>	<b>COZINHA / REFEITÓRIO</b>	<b>0,00</b>	<b>2 596,44</b>	<b>0,00</b>	<b>2 226,27</b>				
11.1	PRODUTOS ALIMENTARES	0,00	1 797,75	0,00	1 896,27				
11.2	EQUIPAMENTOS NOVOS	0,00	738,00	0,00	0,00				
11.3	MANUTENÇÃO	0,00	60,69	0,00	330,00				
<b>12</b>	<b>CONCESSIONÁRIOS</b>	<b>4,44</b>	<b>2 017,53</b>	<b>0,00</b>	<b>1 779,00</b>				
12.1	SMAS	0,00	601,54	0,00	366,15				
12.2	EDP	4,44	939,03	0,00	976,93				
12.3	LISBOA GÁS	0,00	148,30	0,00	112,54				
12.4	MEO ( TELECOMUNICAÇÕES )	0,00	328,66	0,00	323,38				
<b>13</b>	<b>BANCOS</b>	<b>0,00</b>	<b>45,00</b>	<b>0,00</b>	<b>45,00</b>				
13.1	MANUTENÇÃO DAS CONTAS	0,00	45,00	0,00	45,00				
<b>14</b>	<b>MOINHO-PROGRAMA APOIO ALIMENTAR</b>	<b>0,00</b>	<b>945,00</b>						
14.1	CABAZES ALIMENTARES DE EMERGÊNCIA	0,00	739,23	0,00	586,78				
14.2	EQUIPAMENTOS NOVOS	0,00	0,00	0,00	0,00				
14.3	MANUTENÇÃO	0,00	0,00	0,00	0,00				
14.4	SEGURO RECHEIO E EQUIPAMENTOS	0,00	69,24	0,00	0,00				
14.5	SEGURANÇA CONTRA INTRUSÃO ( SECURITAS )	0,00	136,53	0,00	136,53				
14.6	CABAZES DE NATAL 2022	0,00	0,00	0,00	0,00				
<b>15</b>	<b>VIATURAS</b>	<b>0,00</b>	<b>1 554,70</b>	<b>0,00</b>	<b>1 706,13</b>				
15.1	COMBUSTÍVEIS E LUBRIFICANTES	0,00	560,00	0,00	600,00				
15.2	OFICINAS / REPARAÇÕES / INSPECCÕES	0,00	442,24	0,00	334,72				
15.3	SEGUROS	0,00	403,00	0,00	621,95				
15.4	DIVERSOS-VERIZION CONNECT	0,00	149,46	0,00	149,46				
	<b>VALORES TOTAIS EM EUROS</b>	<b>44 246,36</b>	<b>44 449,50</b>	<b>54 948,93</b>	<b>51 050,30</b>				



# CENTRO DE **ENFERMAGEM** QUEIJAS



## SERVIÇOS



**INJETÁVEIS**  
MEDIANTE PRESCRIÇÃO MÉDICA



**PENSOS SIMPLES**



**CONTROLO DE  
TENSÃO ARTERIAL E PESO**



**OUTROS SERVIÇOS BÁSICOS  
DE ENFERMAGEM**



**TESTES CLÍNICOS DE  
GLICÉMIA CAPILAR**

# ALARGAMENTO DO HORÁRIO

SEGUNDA A SEXTA: 9h30 às 12h30 - 16h00 às 19h00

SÁBADO: 9h30 às 12h30



**MERCADO MUNICIPAL DE QUEIJAS**

# BERÇÁRIO

## PROJECTO FAMÍLIA GLOBAL

Vagas  
para  
Set. 2022



Estão abertas as inscrições para o  
**Berçário**

Para crianças dos  
**3 aos 6 meses de idade**

Para mais informações, condições  
e esclarecimentos, favor contactar  
**PROJECTO FAMÍLIA GLOBAL**



Alameda João da Mota Prego, 1B  
Portela de Carnaxide  
2790-213 Carnaxide

projectofamiliaglobal@gmail.com  
Tel. 214 183 770  
Tlm. 967 267 616



# PROJECTO FAMÍLIA GLOBAL

ASSOCIAÇÃO PARA A INSERÇÃO SÓCIO-CULTURAL E PROFISSIONAL DA FAMÍLIA  
Instituição Particular de Solidariedade Social – Pessoa Colectiva de Utilidade Pública  
Medalha de Mérito Grau Prata – Medalha de Mérito Grau Ouro



## PROGRAMA DE APOIO A IDOSOS

### APOIO DOMICILIÁRIO

- HIGIENE PESSOAL
- ALIMENTAÇÃO
- CUIDADOS DE IMAGEM



### SERVIÇOS COMPLEMENTARES

- MARCAÇÃO DE CONSULTAS
- SAÍDAS AO EXTERIOR
- CONTROLO MEDICAMENTOSO
- AJUDAS TÉCNICAS
- CONTROLO DE HTA E GLICÉMIA



Alameda João da Mota Prego, 1B – Portela de Carnaxide – 2790-213 Carnaxide  
Tel./Fax. 214 183 770 | Tlm. 967 267 616

[www.facebook.com/projectofamiliaglobal](http://www.facebook.com/projectofamiliaglobal) | [www.familiaglobal.pt](http://www.familiaglobal.pt) | [projectofamiliaglobal@gmail.com](mailto:projectofamiliaglobal@gmail.com)

# USCQAL



## USC QAL

UNIVERSIDADE SÉNIOR DE CARNAXIDE E QUEIJAS  
APRENDIZAGEM E LAZER

# INSCRIÇÕES ANO LETIVO 2022/23 À PARTIR DE 16 DE AGOSTO

MAIS INFORMAÇÕES: [USCQAL.PT](http://USCQAL.PT) | 214 173 090

