



LINHA VIVA

2º SEMESTRE 2007

14

ORGÃO INFORMATIVO DA ASSOCIAÇÃO DOS LARES FERROVIÁRIOS
www.alfer.pt

PUBLICAÇÃO SEMESTRAL DISTRIBUIÇÃO GRATUITA

CONDECORAÇÃO DE SÓCIOS COM MAIS DE 25 E 30 ANOS DE FILIAÇÃO



FESTA DA FAMÍLIA



NESTA EDIÇÃO

- Lar do Pinhal Novo.
- Posse dos Novos Órgãos Sociais.
- Festa da Família.
- Entrevistas.
- V Encontro sobre Envelhecimento.
- Festa da Solidadriedade.
- Inquérito ao grau de satisfação dos colaboradores.

ASSEMBLEIA GERAL ORDINÁRIA

DISCUSSÃO E APROVAÇÃO DO PLANO DE ACTIVIDADES E DO ORÇAMENTO ORDINÁRIO PARA 2008 E RESPECTIVO PARECER DO CONSELHO FISCAL.

ALIENAÇÃO DE PRÉDIO LOCALIZADO NA RUA D. PEDRO V, N.º 22 E 24 NO ENTRONCAMENTO.

DIA 14 DE NOVEMBRO - NA SALA DOS SERVIÇOS GERAIS (entre pisos) - CALÇADA DO DUQUE, 20
- PELAS 13:30 H

Pag. 2



EDITORIAL

No seguimento da cooperação desenvolvida com a REFER, a presente edição deste boletim tem o patrocínio da empresa gestora da infra-estrutura ferroviária nacional, o que mais uma vez se agradece

Neste boletim, e à semelhança do que fizemos na última edição, recolhemos outros depoimentos de duas figuras de relevo da Associação que de igual forma retomam o tema da inter-relação entre o passado e o presente, entre a homenagem e a gratidão a quem nos antecedeu, e a exaltação do trabalho de hoje visando a construção do futuro. São expressão desta relação, as entrevistas que se publicam com o Eng.º Joaquim Subtil, Presidente da Direcção entre 1989 e 1995, e com o Sr. José António Guerreiro, actual Vogal da Direcção, em que se referem respectivamente, alguns dos momentos mais significativos na vida da Associação, e o projecto de construção do Lar dos Ferroviários do Sul em Pinhal Novo

A Associação dos Lares Ferroviários entrou recentemente no 35.º ano da sua existência que será completado a 25/07/2008, o que constitui sem dúvida um marco considerável na vida da instituição. Para assinalar a efeméride, entendeu a Direcção começar por homenagear em sessão realizada a 22/09 pp. no Entroncamento, aqueles que foram os seus criadores e continuadores ao longo destes anos, os associados com mais de 25 anos e que totalizam 2113. Destes, confirmaram a sua presença 394. São eles que verdadeiramente estão de parabéns, é a eles que tributamos a nossa homenagem, e muito especialmente aos sócios fundadores que criaram a Associação dos Lares Ferroviários como uma Instituição Particular de Solidariedade Social, com o Estatuto de Instituição de Utilidade Pública, sem esquecer todos os associados já falecidos.

Homenageamos também os sócios beneméritos que se distinguem pelo apoio prestado à Associação: REFER; CP; José Manuel Novo; Anónimo; Manuel Rosa da Silva (já falecido).

Entretanto, e conforme mencionado na última edição, publicamos os resultados do 1.º inquérito ao grau de satisfação dos colaboradores, instrumento que virá contribuir para identificar os nossos pontos fortes e identificar oportunidades de melhoria, no tratamento daquele que é o elemento mais nobre duma organização: os seus colaboradores.

Hilário Teixeira

FICHA TÉCNICA

LINHA VIVA - ALF - Órgão da Associação dos Lares Ferroviários

Propriedade: ALF - Associação dos Lares Ferroviários

Director: Hilário Teixeira

Edição: Manuel Ribeiro

Redacção e Administração: (Sede) Calçada do Duque, 14 - 1200-257 Lisboa

E-mail: sede@alfer.pt e sec.ent@alfer.pt — <http://www.alfer.pt>

Tel. e Fax: Entroncamento - 249 719 428 Lisboa - 213 427 817

Periodicidade: Semestral

Redacção: Cláudia Rosário e Manuel Ribeiro

Fotografia: Manuel Ribeiro e Cláudia Rosário

Publicidade e Secretariado: Liliana, Aurora e Maria do Céu

Execução gráfica: Fergráfica - Artes Gráficas, SA

Tiragem: 6.500 exemplares

ASSOCIAÇÃO DOS LARES FERROVIÁRIOS



INSTITUIÇÃO DE UTILIDADE PÚBLICA

FUNDADA EM 25 DE JULHO DE 1973

SEDE: RUA DOS FERROVIÁRIOS – CASAL SALDANHA

2330-144 ENTRONCAMENTO – www.alfer.pt

CONVOCATÓRIA

Para os fins designados nas alíneas c) e e) do Art.º 21.º do nosso Estatuto e nos termos do seu Art.º 25.º, convoco a Assembleia Geral Ordinária da Associação dos Lares Ferroviários, a realizar na Sala de reuniões dos Serviços Gerais (entre pisos) Lisboa-R, na Calçada do Duque, n.º 20, - 1200-157 Lisboa, pelas 13-30 horas do dia 14 de Novembro próximo com a seguinte:

ORDEM DE TRABALHOS

1 - Discussão e aprovação do Plano de Actividades e do Orçamento Ordinário para 2008 e respectivo Parecer do Conselho Fiscal

2 - Alienação de prédio localizado na Rua D. Pedro V, n.º 22 e 24 – 2330 Entroncamento

3 - Outros assuntos

Se na hora marcada não estiver presente a maioria dos sócios, a Assembleia funcionará e deliberará com qualquer número de associados presentes, uma hora depois, no mesmo dia e local e com a mesma Ordem de Trabalhos.

Lisboa, 10 de Outubro de 2007

O PRESIDENTE DA MESA DA ASSEMBLEIA GERAL

Dr.º José António Aranha Antunes

FESTA DA SOLIDARIEDADE



A Confederação Nacional das Instituições de Solidariedade, realizou no dia 29 de Setembro, no Parque da Bela Vista em Lisboa, a 1.ª Festa da Solidariedade, com o intuito de promover o convívio entre os utentes, dirigentes e trabalhadores das IPSS do país, durante um dia repleto de animação levada a cabo pelas mesmas.

A Associação dos Lares Ferroviários também esteve representada, através da actuação do Grupo Coral “Meninas e Moças”, composto pelas idosas do Lar do Entroncamento.

ENTREVISTA COM JOSÉ ANTÓNIO GUERREIRO

José António Guerreiro, residente em Pinhal Novo, é Vogal da Direcção da Associação dos Lares Ferroviários. Tem o curso Industrial e encontra-se aposentado da CP como Mestre de Oficina.

Para além de membro da Direcção da ALF, e coordenador da Delegação Sul, colabora com os “Amigos da Festa Brava” do Pinhal Novo sendo Presidente da Assembleia Geral, Secretário da Associação das Festas do Pinhal Novo, Secretário do Conselho Fiscal da Sociedade Filarmónica União Agrícola e Secretário da Mesa da Assembleia Geral do Núcleo de Árbitros de Futebol de Pinhal Novo.

Linha Viva – Como surgiu a oportunidade de pertencer à Direcção da ALF?

- Desde 2001 que vinha fazendo parte da Delegação Sul, esta Delegação tinha como missão encontrar um terreno para a construção de um Lar no Sul, devido a este meu envolvimento foi convidado pelo Dr. Hilário Teixeira para fazer parte da Direcção.

Linha Viva - Quais as suas funções?

Para além de tomar parte na análise e decisão dos problemas da vida da Associação, tenho a função de coordenar as actividades desenvolvidas pela Delegação Sul, promover acções tendentes ao aumento do numero de associados, participar em todas as acções que digam respeito ao futuro Lar de Pinhal Novo.

Linha Viva – Qual o ponto de situação em relação à implementação da Delegação Sul?

A Delegação Sul ao longo destes anos tem desenvolvido um trabalho de persistência, devido às dificuldades para a aquisição do terreno. Ultrapassada essa fase, e com a remodelação introduzida e aprovada na ultima Assembleia Geral ficaram definidas a forma de funcionamento, e acções a desenvolver, que entre outras passam pelo acompanhamento das obras quando tiverem o seu inicio.

Linha Viva – Qual o seu envolvimento com o projecto do Pinhal Novo?

O meu envolvimento começou em 2001 integrando a Delegação Sul, Delegação coordenada pelo Eng. Pato das Neves, da qual também faziam parte o Eng. Fernando Lau, Eng. Santos Cunha e o Eng. João Martins. Depois de ter sido decidido ser Pinhal Novo o local indicado para a construção do Lar, iniciamos as diligencias no sentido de adquirir o terreno, encontrámos total



receptividade tanto da Junta de Freguesia como da Câmara Municipal de Palmela com o empenho da Senhora Presidente o terreno foi conseguido e a respectiva escritura lavrada em nome da Associação.

Acompanho a evolução do projecto junto dos serviços técnicos da Câmara, bem como da Segurança Social, Protecção Civil, conservatória Predial, etc.

Linha Viva – Em que ponto se encontra o projecto?

O projecto foi entregue na C.M. de Palmela para aprovação em 18.7.2007, depois de corrigidas várias exigências feitas pelos técnicos.

De realçar o empenho demonstrado pelo Sr. Vereador José Charneira, para ultrapassar alguns problemas que foram surgindo.

Linha Viva – Já existe uma data prevista para início da obra?

Esperemos que o projecto de licenciamento esteja aprovado até ao fim do ano, o início da obra prevê-se lá para o primeiro trimestre de 2008.

Linha Viva – Quais as suas expectativas para o futuro da ALF?

A frequente preocupação em criar mais e melhores equipamentos, a grande vontade em se expandir de Norte a Sul do País, são indicadores de que a Associação num futuro próximo se pode orgulhar de contribuir decisivamente para uma qualidade de vida mais justa e fraterna das classes mais desfavorecidas.



FESTA DA FAMÍLIA



O Lar do Entroncamento realizou nas suas instalações, mais uma Festa da Família, com o objectivo de reunir os idosos e os seus familiares e também os colaboradores do Lar e membros dos Corpos Sociais, numa tarde divertida de confraternização.

No dia 23 de Junho de 2007, para lembrar os Santos, a Festa contou com a habitual actuação do Grupo Coral “Meninas e Moças”, composto por idosas do Lar, e com uma marcha popular realizada pelo Grupo de Animação dos Colaboradores da ALF (GACALF). Depois da tradicional Sardinhada, a Festa continuou com o baile com o Organista Fábio Pires.



TOMADA DE POSSE DOS NOVOS ÓRGÃOS SOCIAIS

No dia 22 de Abril de 2007, no Lar do Entroncamento, decorreu a cerimónia de Tomada de Posse dos eleitos para os Corpos Sociais da Associação no triénio 2007/2010. Após a reunião, aberta a todos os interessados, o evento foi abrilhantado pelo Grupo Coral “Meninas e Moças”, pelo coro do Grupo de Animação dos Colaboradores e pela Tuna da Universidade Sénior do Entroncamento.

Principais objectivos para este triénio, implementação dos Lares de Penafiel e Pinhal Novo.



ENTREVISTA AO ENGENHEIRO JOAQUIM SUBTIL



Natural de Vale do Peso, no Crato, o Engenheiro Electrotécnico Joaquim Subtil de Carvalho e Costa, residente na Parede há 34 anos, foi Presidente da Direcção da Associação dos Lares Ferroviários entre 1989 a 1995. Vamos de seguida ficar a conhecer o papel fundamental que teve na construção do Lar do Entroncamento.

Linha Viva – Como surgiu a sua ligação com a A.L.F.?

Eng.º Subtil – O anterior Presidente, o meu companheiro de curso Luís Manuel Areias, teve de sair da Direcção, não sei porque motivo. Então perguntou-me se estaria interessado em substituí-lo. Como os problemas desta natureza sempre me aliciaram, e como nessa altura já estava um bocado mais liberto em termos profissionais, eu aceitei.

Linha Viva – Quais foram os desenvolvimentos mais significativos da Associação, durante a sua presidência?

Eng.º Subtil – Havia uma situação que ocorria nas Assembleias com os sócios, que me desagradava. Isto porque, o nível etário dos nossos sócios era bastante elevado, eles pagavam quotas há algum tempo, sabiam que a intenção da Associação era a construção de lares, mas não viam nada feito, e então era um bocadinho chocante ouvir alguns comentários que se faziam. Isso levou-me a tentar provocar o arranque da construção. Eu sabia que já existia o projecto e face a isso, porque não ir para a frente.

A obra era muito dispendiosa. Tínhamos algum dinheiro no banco, mas para a obra que estava em causa era pouco. Mas, nós sabíamos de antemão que, para além do dinheiro que tínhamos, a Segurança Social nos iria apoiar. Para além disso, havia possibilidades de transformar alguns bens que a Associação tinha em dinheiro, nomeadamente, um terreno, um prédio no Porto e uma vivenda. Por isso, a Direcção de então, foi trocando impressões e acordamos fazer o lançamento do concurso para a construção do lar.

Linha Viva – Quer dizer então que passaram por algumas dificuldades.

Eng.º Subtil – Sim, de facto as nossas grandes dificuldades foram financeiras, mas não foi isso que desistimos. Depois

de analisarmos as propostas para a construção do lar, optámos por uma das mais baratas, mas mesmo assim estava muito além das nossas possibilidades. Então foi resolvido, não fugindo ao projecto, fasear um pouco, ou seja, construir uma parte do lar que permitisse funcionar. Houve trocas de impressões com o arquitecto que projectou o edifício para ele nestes parâmetros adaptar o projecto. O que era comum, a cozinha, o refeitório, e outros serviços essenciais tiveram de ser incluídos, independentemente do número de clientes que iríamos receber, mas as extensões onde estão os quartos, podiam ser faseadas, que o lar podia funcionar na mesma, e assim aconteceu. Tivemos um diálogo com o construtor para ver o que dava para cortar em termos financeiros e houve de facto um ajustamento ao orçamento. A Segurança Social também deu um apoio financeiro muito bom, vendemos um terreno e um prédio, e assim finalmente iniciámos a obra. Andou tudo com uma certa calma, mas chegou a uma altura em que, para além das infra-estruturas tivemos de adquirir o equipamento que é extremamente caro. Então, houve uma altura que estávamos sem dinheiro para pagar ao empreiteiro e tivemos que contrair um empréstimo no banco com o prazo de 5 anos, mas conseguimos pagá-lo muito antes.

Linha Viva – Como viveu o momento da inauguração do Lar do Entroncamento?

Eng.º Subtil – Com o lar já a funcionar com normalidade, fez-se a inauguração em 1993. A sensação foi extremamente agradável, como é óbvio, porque atingiu-se um objectivo que tinha sido pensado já uns anos atrás e, ainda por cima, com as dificuldades pelas quais passámos. Conseguimos alcançar o fim do que nós definimos.

Linha Viva – Que balanço faz sobre o tempo em que pertenceu à A.L.F.?

Eng.º Subtil – Para mim, julgo que o mais importante da acção da Direcção na qual eu fui presidente, foi dar o pontapé de arranque. Considero isso importante porque, regra geral, quando surgem problemas na concretização de um projecto, há um adormecimento, porque se pensa, se não há condições, não se faz!

Mas nós fomos ousados, e valeu a pena!

Linha Viva – Relativamente aos projectos em curso da Associação, qual a sua opinião?

Eng.º Subtil – Acho tudo muito bem. O terreno anexo ao lar é grande e a utilização que está prevista é extraordinária e de grande utilidade. Em relação aos lares, quer queiramos quer não, a nossa empresa é nacional, assim, com um lar no Norte e outro no Sul, os ferroviários podem se manter na sua área de residência, em vez de virem para o Entroncamento, evitando que haja um desenraizamento, nesta fase das suas vidas.

Tem algum desejo para o futuro da Associação?

Eng.º Subtil – Desejo que a Associação continue a crescer, que os seus responsáveis sejam o mais carinhosos possível, e que se preocupem sempre em fazer com que os seus clientes se sintam bem, tendo um resto de vida o melhor possível.



FESTA DE HOMENAGEM AOS ASSOCIADOS



Presidente Hilário Teixeira no uso da palavra no dia de homenagem aos sócios.

No passado dia 22 de Setembro, no Pavilhão Municipal do Entroncamento, a Associação dos Lares Ferroviários homenageou os associados com mais de 25 e trinta anos de filiação.

O evento teve início às 14h30 com a Banda Filarmónica do Entroncamento, que actuou enquanto foram chegando as cerca de 700 pessoas presentes.

O Engenheiro Pato das Neves, Vice-Presidente da



Confertenização entre sócios.



Presidente Hilário Teixeira entregando condecoração a um sócio.



Aspecto geral de sócios que foram condecorados.

Assembleia Geral da Associação, iniciou a Sessão Solene, passando a palavra a Jaime Ramos, Presidente da Câmara Municipal do Entroncamento. O Dr. Hilário Teixeira, Presidente da Direcção da A.L.F. continuou a Sessão, fazendo uma retrospectiva dos 34 anos de existência da Associação, falando também sobre os Projectos em curso.

Seguidamente, a Dr.^a Maria do Céu Freire, Directora do Lar dos Ferroviários do Entroncamento, procedeu à chamada dos 400 sócios homenageados, cujas condecorações foram entregues pelos Corpos Sociais da A.L.F.

Concluída a Sessão Solene, foi servido um lanche oferecido a todos os presentes, que antecedeu a actuação do Grupo Juvenil “Pedras vivas” da Paróquia da Sagrada Família.

A festa terminou com uma visita ao Lar do Entroncamento, dando a oportunidade aos associados de conhecer a obra para a qual também contribuíram.

INQUÉRITO AO GRAU DE SATISFAÇÃO DOS COLABORADORES

Os dados agora apresentados são relativos ao grau de satisfação dos colaboradores da Associação de Lares Ferroviários – Entroncamento.

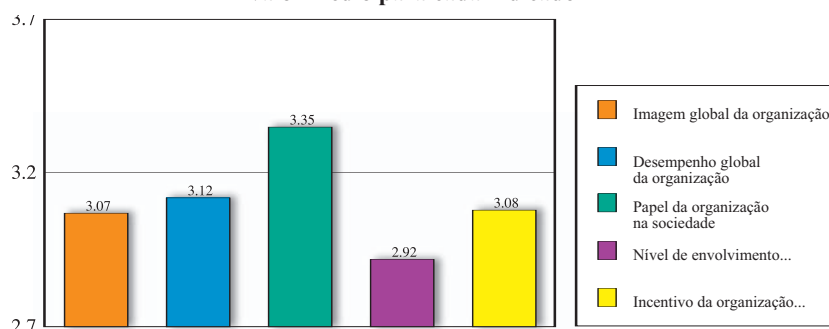
A população abrangida por este estudo é relativa ao total de colaboradores da referida organização, abrangendo todas as classes profissionais e todos os sectores de actuação.

A metodologia adoptada para recolha da informação sobre o nível de satisfação, dos colaboradores da organização, foi a do inquérito questionário, o qual deveria ser devolvida em envelope fechado, sem qualquer identificação.

A escala utilizada foi a seguinte: 1 - Insatisfeito; 2 - Pouco Satisfeito; 3 - Satisfeito; 4 - Muito Satisfeito.

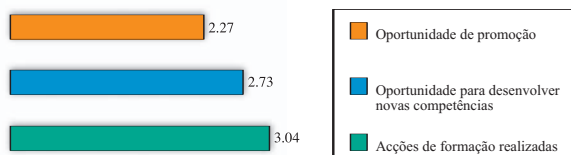
BLOCO I: SATISFAÇÃO GLOBAL

GRÁFICO I
Valor médio para cada indicador



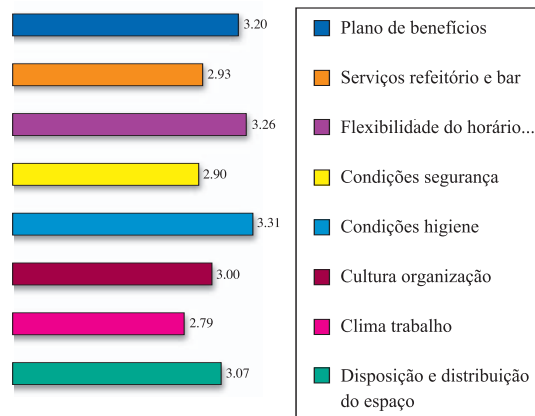
BLOCO III : SATISFAÇÃO COM O DESENVOLVIMENTO DA CARREIRA E DAS COMPETÊNCIAS

GRÁFICO III
Valor médio para cada indicador



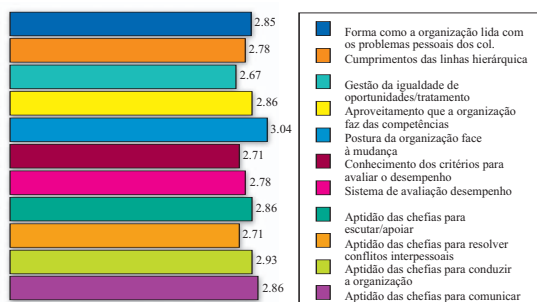
BLOCO II : SATISFAÇÃO COM AS CONDIÇÕES DE TRABALHO

GRÁFICO II
Valor médio para cada indicador



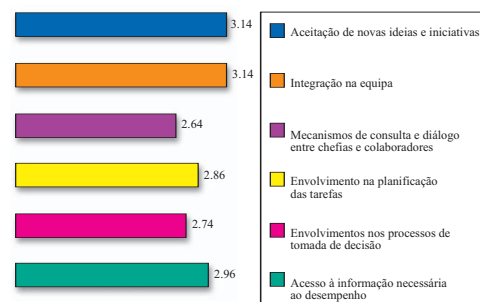
BLOCO IV: SATISFAÇÃO COM A GESTÃO E SISTEMA DE GESTÃO

GRÁFICO IV
Valor médio para cada indicador



BLOCO V: SATISFAÇÃO COM O ENVOLVIMENTO ACTIVO NA ORGANIZAÇÃO

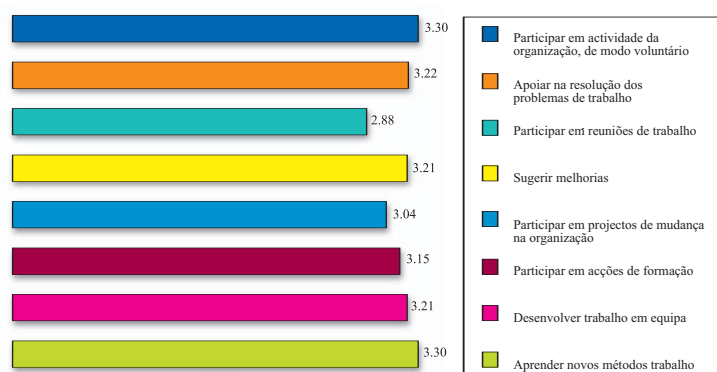
GRÁFICO V
Valor médio para cada indicador





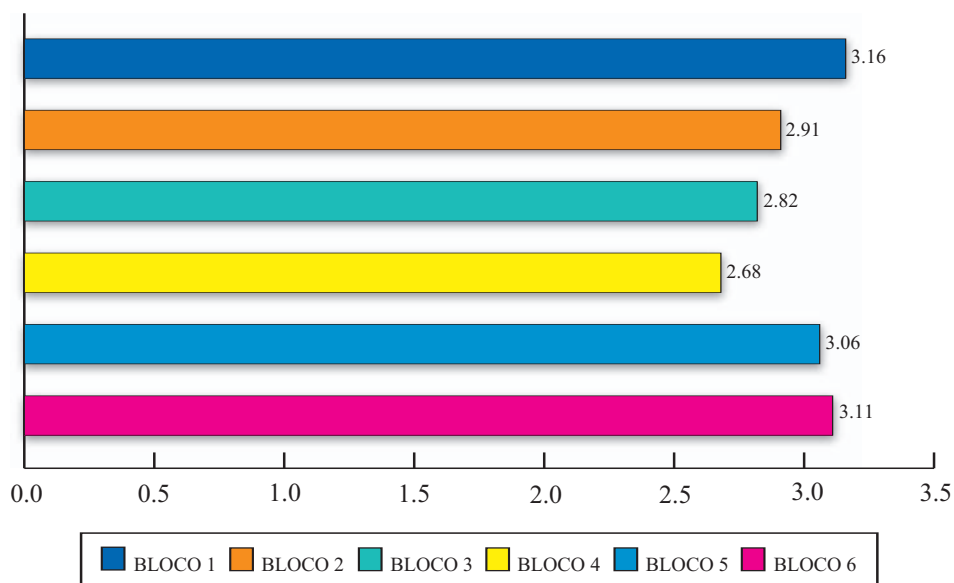
BLOCO VI : NÍVEIS DE MOTIVAÇÃO

GRÁFICO VI
Valor médio para cada indicador



COMPARAÇÃO ENTRE BLOCOS DE QUESTÕES

Da comparação entre os valores médios de resposta dos colaboradores, verificamos que, o bloco relativo à satisfação com o desenvolvimento de carreiras e das competências é aquele que apresenta menor grau de satisfação (2,68), enquanto que o bloco 6, relativo à motivação dos colaboradores é aquele que apresenta maior índice de satisfação (3,16) logo seguido do bloco 2, relativo à satisfação global (3,11).



É de salientar ainda que todos os blocos apresentam níveis de satisfação superiores a 2,5, o que arredondando por excesso, se situam no nível 3, da escala de avaliação, correspondendo a SATISFEITO.



LAR DO PINHAL NOVO

Foi entregue no dia 18 de Julho o projecto de licenciamento na Câmara Municipal de Palmela.

Aguarda-se para breve a aprovação de licenciamento, se tal se verificar, o início das obras poderá acontecer no princípio de 2008.

COMPARAÇÃO ENTRE INDICADORES

Indicadores	Média das respostas
Imagem global da organização	3,07
Desempenho global da organização	3,12
Papel da organização na sociedade	3,35
Nível de envolvimento das pessoas na organização e na respectiva missão	2,92
Incentivo da organização ao desenvolvimento dos colaboradores	3,08
Disposição e distribuição do espaço no local de trabalho	3,07
Atmosfera/clima de trabalho	2,79
Cultura da organização (regras e normas)	3,00
Condições de higiene	3,31
Condições de segurança	2,90
Flexibilidade do horário de trabalho e a possibilidade de conciliar o trabalho com a vida familiar e assuntos pessoais	3,26
Serviços de refectório e bar	2,93
Plano de benefícios (assistência médica, seguro de saúde, prémios de assiduidade...)	3,20
Ações de formação realizadas	3,04
Oportunidades para desenvolver novas competências	2,73
Oportunidades de promoção	2,27
Aptidão das chefias directas para comunicar/informar	2,86
Aptidão das chefias directas para conduzir a organização	2,93
Aptidão das chefias directas para resolver conflitos interpessoais	2,71
Aptidão das chefias directas para escutar/apoiar	2,86
Sistema de avaliação de desempenho relativamente aos objectivos fixados	2,78
Conhecimentos dos critérios para avaliar/medir o desempenho	2,71
Postura da organização face à mudança e modernização	3,04
Aproveitamento que a organização faz das suas competências/capacidades para melhorar os seus serviços	2,86
Gestão da igualdade de oportunidades e igualdade de tratamento, na organização	2,67
Cumprimento das linhas hierárquicas, no que se refere à comunicação	2,78
Forma como a organização lida com os problemas pessoais dos colaboradores	2,85
Acesso à informação necessária ao desempenho	2,96
Envolvimento nos processos de tomada de decisão	2,74
Envolvimento na planificação das tarefas	2,86
Mecanismos de consulta e diálogo entre chefias e colaboradores	2,64
Integração na equipa	3,14
Aceitação de novas ideias e iniciativas	3,14
Motivação para aprender novos métodos de trabalho	3,30
Motivação para desenvolver trabalho em equipa	3,21
Motivação para participar em acções de formação	3,15
Motivação para participar em projectos de mudança na organização	3,04
Motivação para sugerir melhorias	3,21
Motivação para participar em reuniões de trabalho (brainstorming)	2,88
Motivação para apoiar na resolução dos problemas de trabalho	3,22
Motivação para participar em actividades da organização, de modo voluntário	3,30

Legenda:

	Indicadores com valor 2 – pouco satisfeito
	Indicadores que só arredondados à unidade correspondem ao valor 3 – satisfeito
	Indicadores com valor 3 - satisfeito

FALECIMENTOS ENTRE FEVEREIRO E SETEMBRO 2007

NOME	LOCALIDADE (NATURALIDADE)
ADOSINDA CONCEIÇÃO SARDINHA	ENTRONCAMENTO
ANTÓNIO LOPES CRUZ	SERTÃO
BELMIRA ALVES	PRAIA DO RIBATEJO
CREMILDE ROSA	ALTER DO CHÃO
FERNANDO DA CRUZ	POMBAL
JOÃO LUIS CALADO	TORRES NOVAS
JOSÉ GONÇALVES CARVALHO	BELMONTE
JOSÉ ROSA SÃO PEDRO	NISA
MARIA ALICE IRRÁ	OLAIA
MARIA AUGUSTA TIMÓTEO RAMOS	ENTRONCAMENTO
MARIA JULIETA MARTINS COSTA	VILA NOVA DA BARQUINHA
MARIA LEONOR RIBEIRO	VILA VELHA DE RODÃO
MARIA LUISA CARVALHO COSTA BRÁS	ENTRONCAMENTO

AS FAMÍLIAS ENLUTAS, AS NOSSAS SENTIDAS CONDOLENCIAS

ENTRADAS ENTRE FEVEREIRO E SETEMBRO 2007

MÊS	NOME	Nº SÓCIO	VALÊNCIA
FEVEREIRO	AMÉRICO VICENTE	11981	INTERNAMENTO
	MARIA FERNANDA BARRAL ALVES	12455	CENTRO DIA
MARÇO	ALICE JOAQUINA ROSA	13011	INTERNAMENTO
	ELISA DA CONCEIÇÃO GONÇALVES	9836	INTERNAMENTO
	EUGÉNIO ANTÓNIO CALADO	190 AUX.	A. DOMICILIÁRIO
	FERNANDO DA CRUZ	13064	A. DOMICILIÁRIO
	FLORINDA RIBEIRO PEDRO	10174	INTERNAMENTO
	JOÃO BAGINA MIRANDA	9742	CENTRO DIA
	JOAQUINA EUGÉNIA OLIVEIRA COSTA	190 AUX.	A. DOMICILIÁRIO
	JOSÉ JOAQUIM CIPRIANO	573	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA CAROLINA ALVES	12694	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA JOSÉ V. SOUSA	11313	INTERNAMENTO
ABRIL	CATARINA LOPES BELIZ	12848	INTERNAMENTO
	RODRIGO JOSÉ REIS MARTINS	1959	A. D. INTEGRADO
MAIO	ALEXANDRINA M. RODRIGUES	13125	A. DOMICILIÁRIO
	ALZIRA MONTEIRO INOCENCIO COSTA	12729	INTERNAMENTO
	ARMANDO SILVA MOURA	690	OUTROS SERV.
	FRANCISCO ROSA MARQUES	1245	A. DOMICILIÁRIO
	JOÃO LUIS CALADO	9600	A. DOMICILIÁRIO
	JOSÉ AUGUSTO RODRIGUES PAULINO	113 AUX.	OUTROS SERV.
	JOSÉ RODRIGUES MARQUES	189 AUX.	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA EMILIA RIBEIRO MAIA	152 AUX.	CENTRO DIA
JUNHO	JOSÉ FRANCISCO MARTINS	80	INTERNAMENTO
	OLINDA CONCEIÇÃO RODRIGUES	12852	A. DOMICILIÁRIO
JULHO	JOAQUIM FARIA RODRIGUES	12436	CENTRO DIA
	MARIA CONCEIÇÃO RODRIGUES	12436	CENTRO DIA
	MARIA JOSÉ GARCIA R. PICHINHO	195 AUX.	A. DOMICILIÁRIO
AGOSTO	FELIZBELA JESUS DEUS SILVA	922	A. DOMICILIÁRIO
	FERNANDO GONÇALVES	13153	A. DOMICILIÁRIO
	LUIS ALVES F. ROSA	9815	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA EDUARDA SANTOS	206 AUX.	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA FERNANDA N. G. GONÇALVES	13153	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA LURDES GODINHO	13098	A. DOMICILIÁRIO
	RODRIGO JOSÉ REIS MARTINS	1959	INTERNAMENTO
SETEMBRO	FLORINDA JESUS ALVES	11081	A. DOMICILIÁRIO
	FRANCISCO ROSA MARQUES	1245	INTERNAMENTO
	JOSÉ GOMES JUNIOR DIAS	11081	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA CORREIA GONÇALVES BARRAL	9143	A. DOMICILIÁRIO
	MARIA GOMES NETO	730	A. DOMICILIÁRIO

ENTRONCAMENTO, 08 DE OUTUBRO 2007

DONATIVOS - NOVOS LARES

LAR DO PINHAL NOVO

Novos contributos:
Transporte – 585 Euros
Sr. Aquilino José
Marques Silva – 255 Euros
Total – 840 Euros
Caixa Geral de Depósitos
N.º de conta: 0396.220092.330
NIB: 003503960022009233076
Montepio Geral
N.º de conta: 99100082702
NIB: 003602169910008270210

LAR DE PENAFIEL

Importância
Acumulada – 215 Euros
Caixa Geral de Depósitos
N.º de conta: 0396.220091.530
NIB: 003503960022009153051
Montepio Geral
N.º de conta: 99100082694
NIB: 003602169910008269434



V ENCONTRO SOBRE ENVELHECIMENTO

O V Encontro sobre Envelhecimento – “Cuidar... A Chave para a Longevidade”, promovido pela A.L.F., decorreu no dia 25 de Maio de 2007, no Cine Teatro de S. João do Entroncamento, onde foram abordados, em quatro painéis, assuntos distintos centrados no cuidado ao Idoso. Em cerca de 230 inscrições, estiveram representadas 68 Instituições, assim como vários cidadãos interessados nos temas discutidos.

O I Painel, moderado por Jacinto Frazão, Dietista do Hospital de Torres Novas, contou com a presença da Dr.^a Cláudia Afonso, Nutricionista na Faculdade de Ciências, Nutrição e Alimentação do Porto e com Dr.^a Maria de Lurdes Almeida, Docente na Escola Superior de Enfermagem Ângelo da Fonseca de Coimbra, que revelaram os factores de risco na saúde do idoso associados à alimentação, listando um conjunto de regras e critérios para uma ingestão alimentar adequada, quer para o idoso institucionalizado, quer para o idoso com doenças crónicas.

No II Painel, com a moderação da Dr.^a Isabel Jacob, Terapeuta Ocupacional no Hospital de Santarém, através da intervenção da Dr.^a Maria José Penêda, Técnica de Serviço Social do Porto, e do Dr. Nuno Pimenta, Docente na Escola Superior de Desporto de Rio Maior, foi referida a importância, a nível físico e psicológico, da estimulação cognitiva e do exercício físico na 3ª Idade, contribuindo para a reversibilidade

do declínio do idoso, aumentando o seu nível de desempenho, e logo, contribuindo para uma melhor qualidade de vida.

Durante a tarde, no Painel moderado pela Dr.^a Fátima Burguette do CRIT de Torres Novas, discutiu-se o papel dos cuidadores formais (profissionais de saúde e outros) e dos cuidadores informais (familiares e amigos) na vida do idoso, mostrando o impacto físico, psicológico e social que a prestação de cuidados pode provocar, temas abordados pela Dr.^a Assunção Nogueira, Docente na Escola Superior de Saúde Vale do Sousa do Porto, pela Dr.^a Maria Isabel Lage, Docente na Escola Superior de Enfermagem de Braga, e pelo Dr. José Cabeças, Chefe de Serviço de Medicina Geral e Familiar.

No último Painel do dia, a Dr.^a Maria José Hespanha, Directora de Serviços de Saúde da Sub-região de Saúde de Coimbra, e a Dr.^a Rute Duarte, Colaboradora do Gabinete da APAV de Santarém, falaram sobre as várias formas de violência exercidas contra os idosos, quer em ambiente familiar, institucional ou social, e por conseguinte sobre os tipos de intervenção preventiva, chegando-se à conclusão que “(...) deve ser dada atenção às condições e aos contextos em que se gere violência e assumir a defesa dos idosos, com base numa solidariedade inter-geracional consciente e sem reservas.”



SITIO NA INTERNET

A Associação dos Lares Ferroviários já tem sítio na Internet, onde todos os interessados poderão ficar a conhecer mais de perto a Associação e o seu funcionamento.

Consulte **www.alfer.pt**

✂ Recortar e enviar para a ALF

ASSOCIAÇÃO DOS LARES FERROVIÁRIOS

SEDE: LAR DO ENTRONCAMENTO – Rua dos Ferroviários - Casal Saldanha 2330-144 Entoncamento

Telefone: 249 726 069 *** Fax: 249 719 428 *** Email: sec.ent@alfer.pt

SERVIÇOS ADMINISTRATIVOS: Calçada do Duque, 20 – 1200-157 Lisboa

Telefone e Fax: 213 427 817 *** Email: sede@alfer.pt *** http: //www.alfer.pt

Sócio N°

PROPOSTA DE ADMISSÃO DE SÓCIO

(Se estiver interessado no cartão de associado, envie uma foto s.f.f.)

Jóia de Inscrição €5,00

Proponho-me como sócio da Associação dos Lares Ferroviários com a quota mensal de € concordando que a mesma me seja descontada na folha de vencimento ou de reforma.

Mínimo de € 2,00

Nome: _____

Nome do cônjuge: _____

Categoria: _____ Matrícula N° _____

Código de Trabalho N° _____ Beneficiário da Caixa de Previdência e Abono de Família dos Ferroviários (ou C.N.P.) N° _____

Local de trabalho: _____ Data Nascimento: ____/____/____

Residência: _____

Código Postal: _____ Telefones N°s: _____

Data: _____, de _____ de 200 _____

Assinatura do interessado: _____

Aprovado sócio em sessão da Direcção de: ____/____/20____

Desde o mês de: _____

O Secretário

Se conhece algum ferroviário ou familiar que não seja sócio, entregue-lhe esta proposta a fim de conseguirmos mais associados, para um maior engrandecimento da nossa Associação.



A REFER



cria ESPAÇOS para as emoções

A REFER é a empresa portuguesa responsável pela gestão das infra-estruturas ferroviárias. Um mundo de segurança em movimento que faz parte de um serviço continuamente melhorado. É no conforto, na mobilidade e na qualidade de vida de todos que estamos a apostar quando investimos na modernização do caminho-de-ferro. O futuro é o único destino, e é consigo que o queremos viver.



Vias para o futuro