

Especial "Like ME"

Projectos Nacionais
Novos Desafios

Campanhas de
solidariedade



SOU QUEM SOU.





CONTINUAR A AJUDAR É A MELHOR CELEBRAÇÃO.

1999 - 2014

A 20 de Julho de 2014, celebramos o **15º aniversário da Médicos do Mundo** (delegação portuguesa). Desde 1999, que levamos cuidados gratuitos de saúde aos mais vulneráveis. Para continuar a nossa missão contamos consigo.

Faça o seu donativo através do **NIB 0035 0551 00009108930 59**

Obrigada por celebrar connosco

www.medicosdomundo.pt



04 Editorial

05 Primeira Pessoa

“O lado Leve-Leve da vida”

06 Rede Internacional

Acções e Campanhas

08 Projectos Nacionais

Especial “Like ME”

12 Projectos Nacionais

Novos Desafios

14 Responsabilidade Social

Campanhas de Solidariedade

16 Temas Positivos

As Vantagens de ser generoso

17 Temas Positivos

Haloterapia utiliza sal
no tratamento de doenças

Nota de Redacção: O Comité Editorial da revista FACE, por opção, não contempla o Novo Acordo Ortográfico na publicação dos seus conteúdos.



Acção no “Like ME”
© Fabrice Demoulin

QUEM SOMOS

A Médicos do Mundo (MdM) é uma Organização Não Governamental (ONG) de ajuda humanitária e cooperação para o desenvolvimento, sem filiação partidária ou religiosa. O trabalho da MdM assenta no direito fundamental de todos os seres humanos a terem acesso a cuidados de saúde, independentemente da sua nacionalidade, religião, ideologia, raça ou possibilidades financeiras. **“Lutamos contra todas as doenças, até mesmo a injustiça...”**

EDIÇÃO E SEDE

Médicos do Mundo, Av. de Ceuta (Sul), Lote 4, Loja 1
1300-125 Lisboa

CONTACTO GERAL

Telefone: 213 619 520 Fax: 213 619 529

E-mail: mdmp-lisboa@medicosdomundo.pt

Website: www.medicosdomundo.pt

APOIO AO DOADOR

Telefone: 808 234 020

E-mail: doadores@medicosdomundo.pt

REPRESENTAÇÃO NORTE

Rua dos Mercadores, 140 - 1º e 3º - S. Nicolau

4050-354 S. Nicolau - Porto

Telefone: 229 039 064

Fax: 229 039 066

E-mail: mdmp-porto@medicosdomundo.pt

COORDENAÇÃO EDITORIAL

Departamento de Comunicação, Marketing e Captação
de Fundos (DCMCF)

Rosa Pereira - rosapereira@medicosdomundo.pt

EDIÇÃO E REVISÃO

DCMCF

Jorge Sousa (SpeedCom)

REDACÇÃO

DCMCF, SpeedCom, Equipa MdM e Parceiros

FOTOGRAFIA

Arquivo MdM, AFP, Bestnet Leilões, Carlos Tofiño, Fabrice Demoulin, FMH, Hálocare, José Pedro Limão, Melanie Qué-tier, Richard Fradin.

LAYOUT

Zinc Publicidade & Comunicação

PAGINAÇÃO

Zinc Publicidade & Comunicação

IMPRESSÃO

Ducks Depósito Legal 326890/11 TIRAGEM

8.600 exemplares

Parabéns!

Catarina Vaz Velho, Psicóloga Clínica e membro da Direcção da Médicos do Mundo



Nestes 15 anos, todos juntos, equipa operacional, voluntári@s, sóci@s, doador@s, estagiári@s, parceir@s e financiador@s tornaram e tornam possível a concretização da missão da Delegação Portuguesa da Médicos do Mundo. Sem a colaboração de todos esta não poderia prosseguir. Cada participação, cada ideia, cada doação é necessária e determinante para o futuro que queremos e estamos a construir.

Os elos que nos ligam, entre nós e ao mundo, são como fios de aranha, quase transparentes. Parecem frágeis mas são resistentes e têm uma estrutura clara e um objectivo determinado. Em conjunto com muitas e muitos outros, na Associação Médicos do Mundo lutamos diariamente contra todas as doenças até mesmo a indiferença, a impotência e a injustiça.

Invoco a cidadania de cada um.

Temos a consciência do que se passa neste momento em Portugal e no mundo. Temos a liberdade para agir e ainda a responsabilidade de o fazer. Há muito para fazer, para reflectir e para mudar, aqui e lá.

A campanha “Names not Numbers” e a intervenção na prevenção e tratamento do ébola são exemplos da nossa cidadania global.

Na nossa Associação, no nosso país e no nosso mundo podemos participar, intervir e construir. Somos livres de escolher as nossas causas, de escolher como e onde queremos e sabemos fazer melhor.

Nesse sentido, temos vindo a intervir mais em países de língua portuguesa. Temos feito nossas as causas da defesa

da saúde materna e infantil, da luta contra o VIH e SIDA e de outras doenças infecto-contagiosas. No entanto, neste momento difícil, muitos projectos internacionais – como é o caso do “Saber é Poder” em São Tomé e Príncipe - tiveram que ser encerrados ou estão adiados, pela ausência de financiamento suficiente.

É nos tempos mais difíceis que é importante lembrarmo-nos uns dos outros, especialmente daqueles que estão ainda mais vulneráveis em termos físicos psicológicos ou sociais. É nos tempos mais difíceis que precisamos de cuidar umas das outras, uns dos outros.

Os projectos nacionais “Saber Viver”, “Like ME”, “Porto Escondido” ou “Saúde Móvel” existem porque todos assim o quiseram. Foi com a Vossa participação e donativos que pudemos continuar o projecto “Porto Escondido” e é com a Vossa participação e donativos que poderemos continuar com o “Saúde Móvel”.

Por último, é nos tempos mais difíceis que não nos podemos esquecer de construir, hoje, o futuro.

Autonomizar, integrar, cuidar, dar voz e mobilizar todas as pessoas, especialmente aquelas que se encontram em situação de vulnerabilidade e com reduzido acesso a cuidados de saúde, é a nossa vocação, é o nosso caminho.

Bem Hajam!

“O lado Leve-Leve da vida”

Projecto “Saber é Poder” em São Tomé e Príncipe

Após três anos a promover a Saúde Sexual e Reprodutiva e a prevenção do VIH e SIDA, chegou ao fim o projecto “Saber é Poder” em São Tomé e Príncipe. Conheça o testemunho de Ana Baptista, coordenadora do projecto.



Ana Baptista, coordenadora do “Saber é Poder”
© Arquivo MdM

Cheguei a São Tomé e Príncipe carregada de malas e de expectativas em relação ao que me esperava. Durante os 3 anos e uns dias que ali vivi, fui-me sentindo cada vez menos carregada e mais leve-leve, esse que é o ritmo de vida dos santomenses. Testemunhei o nascimento de tartarugas e tive o privilégio de as lançar ao mar. Dormi na praia, embalada pelas ondas do mar. Incontáveis mergulhos.

Durante o tempo que ali vivi, lembro-me sobretudo de acordar todos os dias com vontade e curiosidade pelo dia que estava a começar. De uma forma simplista, acho que a isso se chama estar de bem com a vida, mas também pode ser sinónimo de um estado de espírito que se adquire, uma leveza muito própria típica do povo santomense e que nos torna mais... leve-leve.

“Saber é Poder”

O “Saber é Poder”, que contou com o financiamento da Comissão Europeia e do Camões – Instituto da Cooperação e da Língua, conseguiu aumentar a percentagem de jovens que conhecem e usam métodos contraceptivos modernos e reduzir o número dos que iniciam a vida sexual antes dos 15 anos.

Devido à actual conjuntura e à frágil condição financeira, a MdM terminou a sua intervenção em São Tomé e Príncipe em Junho de 2014.



Formação sobre Saúde Sexual e Reprodutiva para Jovens no Centro de Interação Jovem de Agostinho Neto em São Tomé e Príncipe.
© Arquivo MdM



Ação comunitária do projecto “Saber é Poder”
© Arquivo MdM

Acções e Campanhas

As missões da Médicos do Mundo em várias partes do globo



Sessão de formação sobre o vírus ébola em Kabala, Serra Leoa.
©Carlos Tofiño para Médicos del Mundo

Para além da intensa intervenção em várias partes do mundo, com destaque para as missões de emergência em Gaza, Síria e países africanos mais atingidos pelo ébola, a Rede Internacional da Médicos do Mundo promoveu recentemente a campanha “Names not Numbers”, em defesa do acesso universal à contracepção e à interrupção voluntária da gravidez segura e legalizada.

Mais de 20 mil pessoas assinaram a petição da Mdm a favor do acesso universal a métodos modernos de contracepção; descriminalização da interrupção voluntária da gravidez e acesso a cuidados de saúde adequados para qualquer interrupção da gravidez, bem como de complicações ligadas à interrupção voluntária da gravidez sem segurança; e acesso universal aos serviços de saúde de qualidade para as mulheres e os seus filhos. Deixamos aqui o nosso agradecimento a todos os

que participaram na iniciativa. O lançamento da petição integrou-se na campanha internacional “Names not Numbers” que teve como objectivo sensibilizar os líderes mundiais para um problema que causa, todos os anos, a morte de 50 mil mulheres e provoca incapacidades em oito milhões em todo o mundo. Mais de 20 milhões interrompem a gravidez sem condições de segurança devido à mesma ser ilegal nos seus países. Saiba mais sobre esta campanha em www.names-not-numbers.org.

ONU reconhece necessidade de acção

Por ocasião da apresentação da petição da Mdm na Assembleia Geral das Nações Unidas, em Setembro, a maioria dos países reconheceu que há ainda muito a fazer na área dos direitos das mulheres. Os Chefes de

Estado e de Governo tinham acordado na Conferência Internacional sobre População e Desenvolvimento (CIPD), realizada em 1994, no Cairo, da necessidade de acesso universal ao planeamento familiar e a serviços de saúde sexual e reprodutiva, igualdade de género, empoderamento das mulheres e igualdade de acesso à educação. Mas 20 anos depois quase nada mudou. Agora a maioria dos países acordaram em incluir as necessidades identificadas no Cairo nas prioridades a partir de 2015. No entanto, apenas 12 países apoiam explicitamente o acesso à interrupção voluntária da gravidez segura e legalizada.



A MdM em Gaza

A operação militar israelita “Barreira de Protecção” que durou 50 dias causou mais de dois mil mortos e de 10 mil feridos. Presente no terreno, através das delegações de França, Espanha e Suíça, a Médicos do Mundo disponibilizou ajuda médica de emergência e forneceu produtos hospitalares. Apoiou 11 centros de saúde com três médicos, 11 funcionários e uma equipa de coordenação de seis pessoas.

Na sua intervenção apelou por diversas vezes ao cessar-fogo imediato e à necessidade do respeito pelas regras do direito internacional humanitário e condenou o bombardeamento de hospitais. O apelo da MdM é agora direccionado à reconstrução das infra-estruturas. Os hospitais e escolas que a organização ajudou a reconstruir depois da destruição em 2009 e 2010 encontram-se novamente em ruína.



A MdM na Síria

O conflito na Síria desde 2011 já resultou na morte de quase 200 mil pessoas e em mais de um milhão e meio de refugiados só no Líbano e na Jordânia. A Médicos do Mundo está presente em dois centros de saúde na Síria, em quatro no Líbano e em dois na Jordânia. Até Maio deste ano, só na Síria, tinha já disponibilizado mais de 115 mil consultas de medicina geral, 18 mil de pós-operatório e oito mil de saúde sexual e reprodutiva, para além do apoio prestado a 500 mães e aos seus filhos recém-nascidos. No Líbano e na Jordânia a tarefa concentra-se no apoio aos refugiados com consultas de medicina geral e de saúde mental.

No início deste ano, a propósito do terceiro aniversário do conflito, a MdM lançou o site www.syrie.medecinsdumonde.org, onde apresenta a foto-reportagem “24horas no coração de um hospital de Aleppo”, acompanhada de testemunhos de médicos, enfermeiros e voluntários sírios.



A MdM no combate ao ébola

Nos países mais afectados pelo vírus ébola a MdM, através das delegações de Espanha e de França, actua na resposta de emergência à epidemia e na consciencialização sobre o risco.

A Delegação de França apoia cinco centros de saúde em Monróvia, capital da Libéria, e 125 na Costa do Marfim, abrangendo mais de 2,5 milhões de pessoas, com um programa que incide também na sensibilização dos profissionais de saúde. Por seu lado, a Delegação de Espanha concentra os esforços na Serra Leoa, numa colaboração com as autoridades locais para melhorar a capacidade e promover a sensibilização das populações quanto às medidas de prevenção. Até ao momento já formou 100 profissionais de saúde, distribuiu material médico e realizou sessões de esclarecimento em centros de saúde, escolas e outros locais. Também através da Rede Internacional a MdM desenvolve um programa de prevenção do ébola nos países limítrofes, nomeadamente no Senegal, Mali, Burkina Faso, Costa do Marfim e Benim.

Segundo o último balanço da Organização Mundial de Saúde (OMS) realizado em Novembro, foram registados mais de 14 mil casos e o número de mortos ultrapassa os cinco mil em oito países.

Especial “Like ME”

“YHP - Like ME” completa quase dois anos de intervenção



Jovens do “Like ME”
© Fabrice Demoulin

Aumentar a auto-estima dos jovens e a sua capacitação no domínio da saúde mental são os objectivos do “Young Health Programme (YHP) - Like ME”, um programa de intervenção e promoção da saúde mental juvenil lançado oficialmente em Fevereiro de 2013 pela AstraZeneca em parceria com a Médicos do Mundo.

O “Like ME” é direccionado a jovens entre os 10 e os 12 anos de idade, integrados em projectos Escolhas, com reduzido acesso a cuidados de saúde e em situação de vulnerabilidade, alterações no desenvolvimento ou problemas comportamentais relacionados com problemas de autoconceito, auto-estima e auto-imagem. Até 2015 pretende aumentar em 30% a auto-estima e o número de jovens capacitados na área da saúde mental. O YHP foi desenvolvido pela AstraZeneca, decorre actualmente em

20 países em diferentes áreas da saúde, sendo que em Portugal é implementado pela MdM com foco na saúde mental. No momento em que o programa completa quase dois anos, a FACE falou com a Prof^a Margarida Gaspar de Matos, Psicóloga, Psicoterapeuta Cognitivo-Comportamental e Professora Catedrática da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) da Universidade de Lisboa, sobre saúde mental nos jovens e o impacto de projectos como o “Like ME”.

A adolescência é um período de grandes transformações físicas e emocionais. Quais as principais dificuldades e desafios enfrentados pelos adolescentes?

É uma altura de grandes desafios e grandes inquietudes, mas não necessariamente de grandes catástrofes. Ser capaz de usufruir neste período da vida e conseguir perceber-se como

“feliz”, ser capaz de aproveitar a vida minimizando os riscos, optimizando a participação social e promovendo as suas competências pessoais e interpessoais, é esse o grande desafio.

Nos últimos anos muito se tem falado da influência das dificuldades económicas na saúde. De que forma esta situação pode afectar os mais jovens?

Neste período histórico de recessão os jovens foram “apanhados” numa trajetória de falta de expectativas. O pior não é o presente e a sua precaridade: o pior é quando eles não conseguem ver uma luz no fim de nenhum túnel. O pior é a sensação de não se estar preparado para viver “sem rede”, num mundo que muda todos os dias e que lhes está a custar ver o que muda para melhor.

Quais são os problemas mais comuns nestas idades (10 e os 12 anos) e de que forma podem influir no desenvolvimento pessoal?

A entrada na adolescência acarreta uma adaptação a novos cenários: muitas vezes uma nova escola, novos colegas, novas ocupações com o seu corpo que se torna por vezes quase um desconhecido com que se acorda todos os dias; depois são as “chatices” com os amigos, a família e a escola, em geral nada de especial, mas sempre qualquer coisinha...

A maior parte dos adolescentes encaram esta fase com expectativa e a parte do “desafio” vence a parte do “receio”. Mas há adolescentes mais vulneráveis por questões pessoais, sociais, culturais, económicas e esta fase inicial da adolescência é fundamental para uma travessia feliz.

Qual o papel dos pais, das escolas e da sociedade em geral na prevenção e detecção de problemas relacionados com a saúde? De que forma podem actuar?

Dos pais espera-se que acarinhem, acompanhem e monitorizem, mas sem asfixiar, sem limitar o desenvolvimento e evitando tornar a vida “lá em casa” uma frente de batalha em conflito permanente. Outro desafio é conseguirem ser para os filhos um modelo amado, mas com liderança e capacidade de contenção. Os filhos precisam disso.

O mesmo discurso poderia ser feito para a escola: os professores têm de

ser capazes de ensinar sem limitar a aprendizagem por exaustão, por falta de incentivo, por falta de confiança ou por desinteresse absoluto

Como caracteriza as estruturas de apoio existentes em Portugal para o tratamento da saúde dos adolescentes? O que pode ser feito para melhorar?

Fizemos um trabalho para a OMS sobre isso há um par de anos. Pese embora a boa vontade de alguns médicos (as) de família e pediatras com interesse e competências específicas na saúde dos adolescentes, esta idade é descurada como “tempo híbrido”.

Alguns profissionais de saúde temem estas idades porque os seus utentes oscilam entre o “demasiado frontal” e o “demasiado esquivo”, muitas vezes pondo em causa as crenças e a segurança dos profissionais.

Na sua opinião, quais as características que fazem do “Young Health Programme – Like ME” um projecto inovador?

Gostei de várias coisas no projecto desde o início: é interessante esta preocupação de responsabilidade social; é importante o projecto deixar aos países a possibilidade de decidir as suas prioridades em termos de intervenção, achei importantíssimo termos conseguido em Portugal apontar para a área da saúde mental. Depois do ponto de vista da filosofia de intervenção acho muito interessante não se ter adoptado uma perspectiva proteccionista, tendo-se preferido uma perspectiva de desenvolvimento de

competências, de valorização pessoal, de autonomização e responsabilização, e o foco na participação activa dos jovens. Para além de seguir as recomendações das investigações mais recentes na área da saúde dos adolescentes, fica também alinhado com a defesa e promoção dos direitos humanos.

O projecto tem como público-alvo os jovens entre os 10 e os 12 anos de idade integrados em projectos Escolhas. Como avalia a aposta nesta faixa etária para realização da intervenção do “Like ME”?

Para se centrar na adolescência, a escolha desta faixa etária foi particularmente feliz e fiquei muito satisfeita por ter sido possível. Estes jovens estão a ser acompanhados no início deste período de transição e poderão evoluir ao longo da sua trajectória na escola, acompanhando os colegas mais novos e dando um fôlego ao projecto que pode assegurar a sua sustentabilidade.

Que impacto pode ter este projecto na formação da personalidade dos jovens?

Vamos aguardar e deixar-nos surpreender pelos resultados da avaliação.

Eu não estaria à espera que a personalidade dos jovens “mudasse” mas gostaria de verificar que ficavam mais confiantes e felizes, com mais capacidade de encarar o futuro como um desafio pessoal gerível, mais interventivos e mais serenos (e competentes) face aos desafios do dia-a-dia.



Margarida Gaspar de Matos

Psicóloga e Psicoterapeuta Cognitivo Comportamental é Professora Catedrática da Faculdade de Motricidade Humana (FMH)

da Universidade de Lisboa. Membro do Instituto de Saúde Ambiental (ISAMB) da Universidade de Lisboa e do William James Research Centre/Instituto Superior de Psicologia Aplicada (ISPA).

Coordena a equipa de projectos “Aventura Social” e iniciou mais recentemente o projecto “Dream Teens”.

Saiba mais em www.aventurasocial.com e www.facebook.com/redeDreamTeens.

“Like ME”: Estudo CAP revela resultados positivos

Passados quase dois anos do lançamento do “Like ME” já são conhecidos os primeiros resultados do estudo sobre os Conhecimentos, as Atitudes e as Práticas (CAP) realizado pelo Centro de Investigação Interdisciplinar em Saúde do Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa, em articulação com a Médicos do Mundo.

O objectivo deste estudo foi caracterizar, em matéria de saúde, de *bullying*, de auto-estima e de autoconceito, as populações juvenis inseridas nos diversos projectos de intervenção comunitária

que integram o “Like ME” na Região de Lisboa. No total o estudo abrangeu 113 jovens e, dos que responderam ao inquérito, 58 eram do sexo masculino e 50 do sexo feminino, com idades entre os 9 e os 13 anos.

Mais de metade dos jovens que participam no “Like ME” recorre maioritariamente (54%) à mãe quando tem um problema ou se sente preocupado: para 64,6% a figura materna é a que melhor os compreende e conforta. No que respeita ao meio escolar, 47,8% considera como bom o seu rendimento e 51,3% é da opinião de que as pessoas



Ação do "Like ME"
© Fabrice Demoulin

na escola se preocupam razoavelmente com eles. De forma geral, sentem que os professores tratam os alunos com justiça e assinalam maioritariamente não ter problemas de relacionamento com os colegas.

Ao nível dos comportamentos de segurança é de realçar que 73,5% nunca usou capacete ao andar de bicicleta nos últimos 12 meses mas 61,1% utiliza cinto de segurança todas as vezes que anda de carro. Quanto à condução sobre efeito do álcool, um dos jovens referiu ter conduzido 21 vezes sobre esse efeito no último mês.

Em termos de comportamentos de violência, no último ano a maioria dos jovens envolveu-se numa luta física duas vezes, tendo uma ocorrido no recinto escolar. 96,5% refere nunca ter sido agredido fisicamente pelo namorado (a) ou forçado a actos de intimidade ou sexuais. A maioria não se sentiu triste, sem esperança ou pensou magoar-se intencionalmente. No entanto, 5,4% dos jovens fez planos ou tentou magoar-se a si próprio intencionalmente.

Maioria nega experiência com tabaco, álcool e drogas

A experiência com o fumo do tabaco, ingestão de bebidas alcoólicas e consumo de drogas foi negada pela maioria

dos jovens. Quatro referiram ter fumado um cigarro inteiro entre os 5 e os 11 anos e 17% consumiu bebidas alcoólicas entre os 6 e os 13.

A maioria refere não ter iniciado a vida sexual. Dos cinco jovens que responderam afirmativamente, quatro indicam que aconteceu entre os 10 e 11 anos. Quanto à educação sobre infecção VIH e SIDA, 32,7% nunca ouviu falar e 62,8% assinala não ter tido aulas sobre o tema. Pouco menos de metade dos jovens foi a uma consulta no dentista nos últimos 12 meses e 11,5% nunca recorreu a estes profissionais de saúde.

De forma geral, os jovens têm mais comportamentos de observação de agressão, seguidos de comportamentos de vitimização e por último comportamentos de agressão.

No que diz respeito ao autoconceito e auto-estima, os jovens revelam diferentes percepções, embora de forma geral positivas: razoável competência e desempenho escolares; boas competências sociais; boa percepção da sua aparência; razoável competência atlética e comportamento. Os jovens apresentam um razoável autoconceito global e consideram o autoconceito importante.

“Like ME” reconhecido pela UNICEF/NCD Child

O “YHP - Like ME” foi seleccionado pela UNICEF/NCD Child para participar no processo de consulta do novo capítulo sobre prevenção das Doenças Não Transmissíveis (DNT) do Manual “Factos para a Vida”. Com esta parceria, o programa vai passar a debruçar-se sobre o tema mais lato das DNT, onde se incluem também as questões de saúde mental.

Em colaboração com a UNICEF na adequação das mensagens-chave que o “Factos para a Vida” deverá utilizar relativamente aos conteúdos sobre prevenção dos comportamentos de risco das DNT, uma representação do “Like ME” deslocou-se a Nova Iorque em Setembro para apresentar os resultados do processo de consulta realizado em Portugal junto dos jovens e equipa do projecto.

As 10 mensagens do “Factos para a Vida”

1. Uma dieta adequada, nutritiva e saudável é importante para a saúde e bem-estar actuais e futuros, incluindo a minimização do risco de doenças não transmissíveis.
2. Em todos os estágios da vida, e particularmente durante a infância e a adolescência, ser fisicamente activo é importante para a saúde e bem-estar actuais e futuros.
3. É importante alcançar um crescimento ideal e manter um peso saudável em todos os estágios da vida.
4. Mulheres em idade fértil, grávidas, crianças e adolescentes não devem fumar, consumir álcool ou drogas ilegais, e têm o direito de não serem expostos passivamente ao fumo do tabaco.
5. Uma infância e uma adolescência saudáveis também envolvem a redução dos factores de risco comunitários e individuais em relação à gama completa de doenças não transmissíveis, por meio da redução da exposição ambiental e do risco de violência e lesões, bem como a promoção do bem-estar psicológico.
6. Crianças e adolescentes têm o direito de viver num ambiente atencioso e protector que promova uma vida saudável.
7. As comunidades exercem um papel fundamental em proporcionar possibilidades e apoio para que famílias, crianças e adolescentes tenham vidas saudáveis.
8. As instituições públicas e privadas devem oferecer serviços e parcerias adequados em todos os sectores da sociedade para apoiar, promover e manter vidas saudáveis em todos os estágios da vida.
9. Há muitas formas de os governos e os outros sectores promoverem e apoiarem vidas saudáveis para crianças, famílias e comunidades.
10. Todas as crianças e adolescentes que vivem com doenças não transmissíveis têm o direito aos tratamentos, tecnologias e cuidados necessários para maximizar a sua qualidade de vida.



Jovem do “Like ME”
©Fabricé Demoulin

Primeira Pessoa

Carla Fernandes,
coordenadora do projecto “Like ME”

Passados quase dois anos do início do “Like ME” o balanço que faço é muito positivo. Se por um lado os objectivos e a concretização das actividades estão a ser cumpridas, por outro o apoio e entrega dos parceiros tem sido incansável. No entanto e como é óbvio o público-alvo, os jovens dos 10 aos 12 anos, têm sido a nossa fonte de enriquecimento e de aprendizagem, fazendo de cada momento um encontro que vai possibilitando a construção da nossa história. No passado mês de Setembro tivemos a oportunidade de apresentar o “Like ME” como exemplo de boa prática, a nível internacional, sendo a constatação que estamos no caminho certo e a deixar a nossa marca.



Jovens do “Like ME”
© Fabricé Demoulin

Novos Desafios

Envelhecimento da população coloca desafios à saúde



Rastreio da Tensão Arterial - "Feira da Saúde", Lisboa
© Mélanie Quétiér

Solidão, exclusão social e pobreza são alguns dos problemas com que a Médicos do Mundo se depara diariamente na intervenção junto dos mais idosos. Recentemente, no contexto dos dias internacionais do Idoso e para a Erradicação da Pobreza, a 1 e 17 de Outubro, respectivamente, a MdM alertou para a existência de casos de fome, alimentação pouco variada, escolha entre medicação ou comida e aumento das perturbações de humor.

Segundo um relatório da Organização das Nações Unidas (ONU), em 2010, Portugal era já o oitavo país mais velho do mundo. Dos dois milhões de seniores portugueses mais de um milhão e 200 mil vivem sozinhos ou na companhia de outros idosos, número que aumentou cerca de 30% em apenas uma década. E a tendência para os próximos anos não

deixa margem para dúvida. Em 2050 um terço da população nacional será idosa e quase um milhão terá mais de 80 anos, em resultado do aumento da esperança de vida e da diminuição dos níveis de fecundidade. Este panorama poderá ter um impacto no aumento das situações de pobreza e exclusão social. Os dados da EAPN Portugal/Rede Europeia Anti-Pobreza revelam que, em 2012, mais de 25% da população portuguesa encontrava-se em risco de pobreza e/ou exclusão social, sendo os idosos (22,5%) um dos grupos mais vulneráveis.

Preocupada com as enormes dificuldades vividas por esta população, a MdM tem desenvolvido ao longo dos anos diversos projectos direccionados aos mais idosos. Criou em 2002 os projectos "Viver Saudável" em Lisboa, "Terceira @Idade" no Porto e já em 2012 foi a vez do "PT - Prevenção para Todos".

Actualmente, através do projecto "Farmédicos", também concede apoio medicamentoso gratuito às pessoas desfavorecidas.

Saber Viver

Iniciado em Setembro, o "Saber Viver" é um dos projectos da MdM que tem como alvo a população sénior, nomeadamente do Bairro da Picheleira e arredores. Pretende aumentar em 40% o número de beneficiários com conhecimentos na área da saúde, em 20% o número de beneficiários com acesso a cuidados de saúde e em 20% a sua independência nas actividades da vida diária, para além do aumento da percentagem de mais idosos que participam na planificação de acções comunitárias e integram e dinamizam um grupo de voluntariado junto de outros seniores.

Porto Escondido

A Médicos do Mundo agradece a todos os que participaram na campanha de *mailing* a favor do projecto "Porto Escondido". Só com a continuidade da contribuição dos doadores, financiadores, parceiros, voluntários e da equipa Mdm é possível manter a nossa missão e desenvolver projectos que vão de encontro às necessidades da população mais desfavorecida. Iniciado em Julho deste ano, contando com o co-financiamento da Direcção-Geral de Saúde, o "Porto Escondido" pretende reduzir em 30% a prevalência de Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST) e infecção VIH na população vulnerável dos concelhos do Porto, Vila Nova de Gaia e Vila do Conde, nomeadamente junto de consumidores de substâncias psicoactivas, imigrantes em situação irregular, pessoas em situação de sem-abrigo e trabalhadores sexuais.

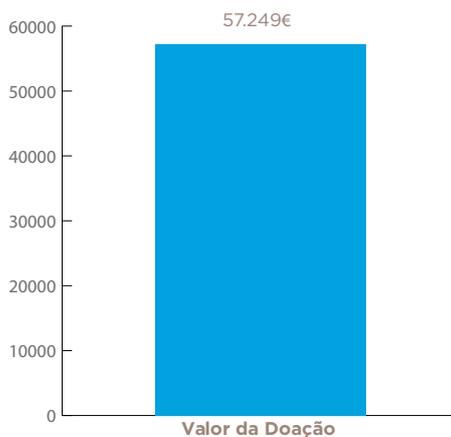
Através de actividades que incluem apoio psicossocial, informação e educação para a saúde, prestação de cuidados directos, realização de testes rápidos do VIH e IST e troca e distribuição de material de consumo, o projecto tem como objectivos, em 12 meses, aumentar em 60% a prática de comportamentos preventivos face à infecção VIH e IST, em 40% a integração dos utentes contactados pelo Sistema Nacional de Saúde, em 50% o conhecimento do status face ao VIH e IST nos utentes contactados e garantir a referenciação hospitalar a, pelo menos, 70% dos testes reactivos para o VIH.

Os dados dos primeiros três meses do projecto atestam o seu impacto: 553 aconselhamentos, 130 triagens, 155 acções individuais de educação para a saúde, 124 de educação de pares, 62 consultas de enfermagem e 58 de psicologia. Foram ainda distribuídos 305 kits para troca de seringas e 5128 preservativos e realizados 92 testes do VIH e 110 da Sífilis.



Ação do projecto "Porto Escondido"
© José Pedro Limão

Apresentação de Resultados Proveitos

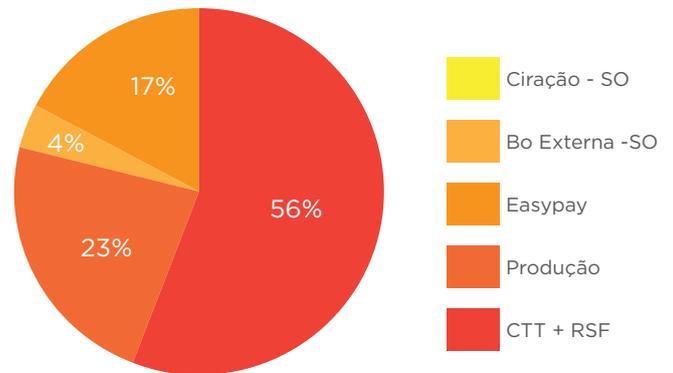


Através do *mailing* do "Porto Escondido" conseguimos angariar um total de 57.249€ que corresponde a 1.330 doações. A média de doação é 43€ por doador (particulares e empresas).

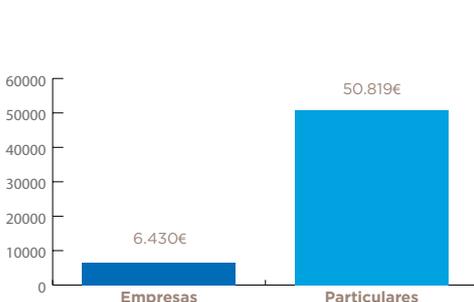
Nesta campanha, conseguimos uma significativa redução dos custos administrativos (CTT, RSF, etc), mediante as doações que recebemos via transferência bancária e respectivo envio do comprovativo por email à Mdm.

Bem Haja pela sua colaboração!

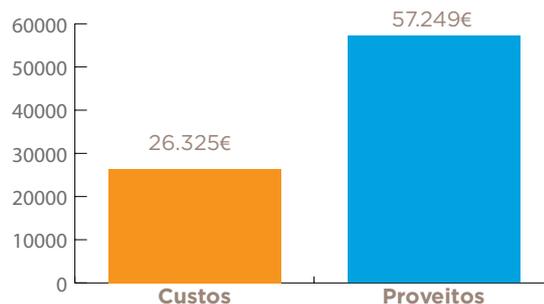
Custos



Donativos



Custos Proveitos



Campanhas de Solidariedade

Empresas solidárias promovem campanhas a favor da MdM

Fora d'Horas, Halocare e Lifecooler associaram-se à Médicos do Mundo na celebração dos 15 anos da Delegação Portuguesa. Estas empresas solidárias promoveram campanhas para angariação de donativos a favor da missão da Associação.

A Fora d'Horas, empresa da região do Porto especializada na entrega de artigos de conveniência e refeições preparadas, ofereceu 50 cêntimos à MdM por cada encomenda recebida entre 22 e 29 de Julho.

Por seu lado, a Halocare, Centro de Terapias Naturais que fornece serviços de valor e qualidade reconhecidos nas áreas da saúde e bem-estar, decidiu oferecer descontos aos mais solidários durante os meses de Julho e Agosto. A Médicos do Mundo não só recebia uma contribuição por cada desconto atribuído, como também um euro por cada 12 gastos em serviços.

A Lifecooler, marca dedicada à promoção do lazer e do turismo em Portugal, também não deixou de associar-se a esta data tão especial para a MdM. A iniciativa da Lifecooler atribuiu 7% do valor da compra das suas experiências disponíveis nas mais variadas áreas de lazer.

A Médicos do Mundo agradece a estas empresas e a todos os que participaram nas campanhas. Não deixe de ficar atento e participar nas iniciativas promovidas por empresas solidárias a favor da missão da MdM. Só com a ajuda de todos será possível continuar a levar cuidados de saúde gratuitos a quem mais precisa. Não fique indiferente. Faça a diferença!

E já sabe, tem sempre disponíveis diferentes formas imediatas de Ajudar os projectos da MdM:

Linha Solidária

760 50 10 50 (€ 0,60 + IVA).

Ao ligar, um gesto tão simples, imediato e prático está a ajudar.

Transferências bancárias

NIB (Caixa Geral de Depósitos): 0035 0551 00009108930 59

Caso opte por esta solução envie-nos o seu comprovativo para doadores@medicosdomundo.pt ou fax 21 361 95 29, para que possamos emitir o seu recibo.

Donativos Internacionais

Contribua com o seu donativo a partir da diáspora. Mais que nunca, precisamos de contar com a contribuição de todos. Para efectuar o seu donativo: Caixa Geral de Depósitos: IBAN - PT 50 0035 0551 0000 910 8930 59 BIC Swift CGDIPTL

Pode também consultar a nossa página na Internet www.medicosdomundo.pt e aceder a donativos online.



"A Fora d'Horas não conseguiu ficar indiferente ao trabalho que a Médicos do Mundo tem vindo a desenvolver no terreno e resolvemos apoiar através de uma campanha de angariação de fundos. No nosso dia-a-dia trabalhamos

de forma a fazer as pessoas acreditar que a vida não tem de ser complicada, fazendo as entregas quando elas mais precisam. Através deste mote, acreditamos também que podemos continuar a ajudar a Médicos do Mundo a fazer com que continuem a apoiar quem mais precisa, lutando contra todas as doenças até mesmo as injustiças. É com esse espírito que pretendemos continuar a apoiar a Médicos do Mundo, acreditando que todos juntos podemos sempre fazer mais e melhor. Não fique indiferente e ajude também a fazer a diferença." www.foradhoras.pt

Pedro Ribeiro, Sócio-gerente



"A nossa missão, enquanto instituição na área da saúde e bem-estar, é melhorar a qualidade de vida de quem nos procura, acautelando a sua plena satisfação. Embora não

nos tenhamos constituído como uma instituição sem fins lucrativos, a nossa cultura humanista encontra-se presente na actuação diária, no sentido de melhorar a qualidade de vida e a saúde de minorias desprotegidas ou com necessidades específicas, às quais possamos fornecer o nosso contributo de forma generosa sempre que tal seja possível. Neste sentido, associamo-nos às causas da Associação Médicos do Mundo, através da participação em iniciativas solidárias, e contribuindo com donativos através da aquisição dos nossos serviços. Desejamos que esta parceria permita alargar o número de pessoas que beneficiam do apoio da Médicos do Mundo, em tempos difíceis para a sociedade Portuguesa. Apelamos também à sua participação nas acções da Associação Médicos do Mundo, em "www.halocare.pt/responsabilidade-social".

Amélia Leandro, Sócia-gerente



"A Lifecooler associa-se à Médicos do Mundo no âmbito da sua política de responsabilidade social. Sendo uma marca

que promove o bem-estar e o aproveitamento do património e cultura nacional, a Lifecooler só pode estar vivamente empenhada na causa da Médicos do Mundo, como associação provedora de cuidados de saúde para quem mais deles necessita.

Associar a realidade da nossa marca à causa da Médicos do Mundo, e procurar através desta associação dar algum apoio na sua missão, é algo que nos gratifica e que esperamos possa contribuir para um mundo um pouco melhor." www.lifecooler.com

Paulo Parreira, Administrador

Leilões a favor de causas sociais



É a primeira leiloeira portuguesa *online*, unicamente dedicada à Arte, Antiguidade e Coleccionismo. A Bestnet Leilões foi criada em 2011, reúne profissionais de várias áreas e conta com mais de dois mil clientes em todo o mundo. Atenta às questões sociais, a empresa tem organizado leilões solidários para ajudar diferentes causas.

A FACE falou sobre o mercado de leilões, novas tecnologias e responsabilidade social com Alexandre Saldanha, negociante de arte, antigo restaurador de Faiança/Porcelana e um dos responsáveis da empresa.



Alexandre Saldanha, um dos responsáveis pela Bestnet Leilões

Como classifica o actual mercado de leilões e em que medida as novas tecnologias trouxeram alterações?

O actual mercado de leilões online está em rápida ascensão e muito em voga devido a vários factores, entre eles o grande número de Antiquários e Galerias que fecharam portas nos últimos anos, e também devido à escassez de Feiras de Antiguidades.

As novas tecnologias têm a grande vantagem de podermos estar a licitar a partir do conforto de nossas casas, não perdemos tempo, evitamos deslocações desnecessárias e podemos acompanhar os leilões a partir de qualquer equipamento com internet (telefones móveis, Ipad's, etc.) em qualquer ponto do mundo. O pagamento das peças também pode ser feito online e a entrega das peças pode ser feita por qualquer transportadora até à residência dos clientes. O nosso sistema/site é muito intuitivo e de fácil utilização. Desde o simples acto de inscrição, até as licitações em

si, qualquer pessoa, de qualquer idade, pode com facilidade inscrever-se e licitar no nosso site.

Existem leilões todos os dias, o que também é uma grande vantagem, e temos sempre dez leilões *online*, com temas variados para todos os gostos, sendo que a arte é predominante. O site encontra-se muito bem construído e revela transparência e credibilidade ao utilizador.

De que forma a Bestnet Leilões introduz práticas de responsabilidade social na sua actividade?

Na medida em que a BestNet Leilões já promoveu leilões solidários em prol de uma causa, tendo feito no passado um leilão com o espólio de uma herança, em que o valor total das peças vendidas reverteu a favor da conhecida Casa do Gaiato.

Em momentos de restrição económica é possível continuar a apostar numa política de responsabilidade social?

Sim, na medida em que continuamos receptivos a realizar leilões solidários. Com os Médicos do Mundo praticámos por exemplo uma comissão muito reduzida (bastante abaixo do que praticamos com os nossos clientes) de maneira a podermos contribuir com um valor mais significativo, fizemos as suas peças chegarem até aos cerca de 2.000 utilizadores registados no nosso site.

Como analisa o papel da Médicos do Mundo em termos de Intervenção Social?

O trabalho desempenhado pela Médicos do Mundo é sem dúvida notável. As pessoas intervenientes que tentam arranjar meios, mesmo dentro de um contexto social difícil e pouco receptivo, para poder arranjar ajuda para pessoas/instituições mais carenciadas, é um trabalho que deve ser reconhecido. O tempo que dedicam e as formas que encontram para ajudar são muito importantes em termos de intervenção social. Já para não mencionar a simpatia e a perseverança com que levam a cabo os seus objectivos em nome da ajuda humanitária.

Leilão solidário online no 15º aniversário da MdM

No âmbito do 15º aniversário da sua Delegação Portuguesa, a Médicos do Mundo, em parceria com a Bestnet Leilões, organizou um leilão solidário *online* com obras de arte da autoria de voluntários da MdM e vários artistas. Cerca de 30 obras integraram este leilão solidário *online*, numa iniciativa que constituiu uma oportunidade de adquirir uma peça única e simultaneamente ajudar a Associação. A Médicos do Mundo agradece a todos os que participaram nesta campanha e renova o apelo à participação... Esteja atento às novidades nos sites da Bestnet Leilões (www.bestnetleiloes.com/pt) e da Médicos do Mundo (www.medicos-domundo.pt).

As Vantagens de ser generoso

Mecenato



Paula Franco
Assessora do Bastonário da Ordem
dos técnicos Oficiais de Contas
© OTOC

Conheça quais as vantagens de que pode usufruir ao ajudar aqueles que mais precisam. Neste artigo escrito para a revista FACE, Paula Franco, TOC, consultora fiscal e assessora do bastonário da Ordem dos técnicos Oficiais de Contas, explica tudo sobre os benefícios fiscais disponíveis a singulares e empresas quando realizam donativos a instituições.

As instituições humanitárias vivem essencialmente das ajudas de todos nós, por isso é comum sermos “assaltados” com inúmeras solicitações de várias instituições para efectuarmos contribuições para quem precisa. Estas ajudas para além de beneficiarem outros, servem também para obter benefícios fiscais que se traduzem na redução do IRS. Afinal, ser generoso pode ser vantajoso.

Este artigo tem como objectivo ajudar os mecenas particulares ou empresas a conhecerem as vantagens fiscais que podem ter em ajudar outros que tanto precisam, enquadrando para efeitos fiscais os donativos quer para efeitos de IRS (pessoas singulares numa óptica particular) quer para IRC (pessoas colectivas - empresas).

O mecenas é o sujeito passivo (particular ou empresa) que dá dinheiro ou bens sem qualquer contrapartida a entidades que se enquadrem no âmbito do mecenato¹ cuja actividade consista predominantemente na realização de iniciativas nas áreas social, cultural, ambiental, desportiva ou educacional.

Benefícios para pessoas singulares

Quando um sujeito passivo singular concede um donativo, o valor atribuído é dedutível à colecta (à semelhança do que acontece com as despesas de um Plano Poupança Reforma (PPR) ou com as despesas de saúde), com a vantagem do valor doado ser aumentado (majorado) de acordo com uma percentagem atribuída em função da entidade beneficiária e do objectivo a que se destina o donativo. O valor doado somado (acrescido) da majoração é dedutível ao rendimento em 25%, com o limite de 15% da colecta (valor que resulta após aplicação da taxa de imposto).

O mecenas deverá ter na sua posse um documento/recibo que prove o donativo efectuado, que lhe será facultado pela entidade beneficiária de imediato se o valor for inferior a 498,80€ ou posteriormente se superior, pois neste ultimo caso o donativo carece de ser reconhecido pelo Estado. Em termos declarativos estes valores deverão ser declarados no anexo H, quadro 07, da declaração modelo 3 do IRS, pelo valor atribuído, as majorações são assumidas automaticamente pela autoridade fiscal.

Assim, por exemplo um donativo atribuído à Associação Médicos do Mundo que se insere no âmbito do mecenato social (art.62.º do estatuto do mecenato) no valor de 250€, e como tal é majorado em 30% => $250 \times 1,30 = 325€$. O valor a inserir no anexo H da declaração modelo 3 do IRS será 250€ sendo que a majoração é assumida automaticamente. Deste valor (325€) é dedutível 25% ao IRS, isto é na prática abate ao IRS 81,25€, até ao limite de 15% da colecta.

Notas:

¹ Para se enquadrarem no âmbito do mecenato as entidades tem que estar previstas no art.º. 62 a 65.º do Estatuto do Mecenato.

É importante também referir que para efeito de IRS apenas têm relevância os donativos concedidos em dinheiro, ou seja, para efeitos de IRS, não relevam os donativos em espécie, estes apenas relevam em sede de IRC.

O que é a “Consignação de IRS”?

Lembramos ainda que existe outra possibilidade dos particulares fazerem doações que é desconhecida de muitos mecenas e que se designa por “Consignação de IRS”. Mas, muitos contribuintes não sabem na realidade em que é que consiste este procedimento.

Esta consignação não é mais do que destinar 5% dos seus impostos como donativo a uma instituição, indicando tal facto na respectiva declaração de rendimentos. Para tal basta preencher o campo 901 do quadro 9 do anexo H da declaração modelo 3 do IRS com o NIF da instituição que quer beneficiar.

É importante esclarecer que esta consignação em nada afecta o imposto a pagar ou a receber pelo contribuinte nas contas finais que está a fazer com o Estado, trata-se apenas de uma percentagem da verba do imposto pago ao Estado que este disponibiliza por indicação do contribuinte à entidade em causa. As verbas são directamente entregues pelo Estado às instituições beneficiárias.

Apelamos que utilize a consignação de IRS e apoie a Médicos do Mundo. Basta que preencha o campo 9 do anexo H (modelo 3) da sua declaração com o NIF 504 568 566. Ao fazê-lo, 0,5% do seu IRS já liquidado, sem qualquer encargo ou custo para si, é entregue à Médicos do Mundo. As verbas resultantes desta consignação serão uma importante contribuição para a continuidade do “Saúde Móvel”, um projecto que presta cuidados de saúde gratuitos à população excluída e que se encontra em risco devido à frágil condição financeira que a Associação atravessa.

**NO NOSSO CAMINHO
FALTA O SEU X.**

9 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO	
ENTIDADES BENEFICIÁRIAS DO IRS CONSIGNADO	NIPC
Instituições Religiosas <input type="checkbox"/>	901 504 568 566
Instituições Particulares de Solidariedade Social <input checked="" type="checkbox"/>	

Benefícios para empresas

Na óptica das empresas também existem grandes vantagens fiscais, desde que os donativos se enquadrem no âmbito das entidades definidas no Estatuto dos Benefícios Fiscais (EBF).

Neste caso o custo é também elevado de acordo com as majorações previstas. No que respeita ao limite dos donativos que são considerados como custos ou perdas do exercício estes não podem exceder 8/1000 ou 6/1000 do volume de vendas ou dos serviços prestados.

As majorações e os limites são diferentes consoante a entidade beneficiária e o destino dos donativos.

Tome nota...

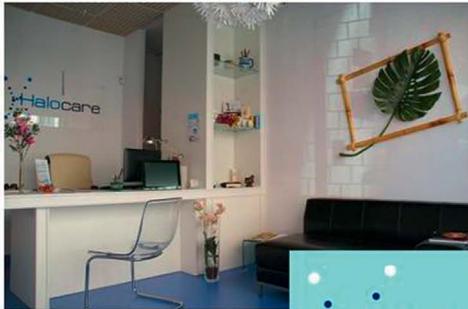
Os prazos de apresentação da Declaração de IRS diferem em função dos rendimentos e da forma como a mesma é apresentada.

Suporte Papel: Durante o mês de Março quando os sujeitos passivos apenas tenham recebido ou lhes tenham sido colocados à disposição rendimentos do trabalho dependente (categoria A) e/ou de pensões (categoria H); Durante o mês de Abril, nos restantes casos.

Internet: Durante o mês de Abril, quando os sujeitos passivos apenas tenham recebido ou lhes tenham sido colocados à disposição rendimentos do trabalho dependente (categoria A) e/ou de pensões (categoria H); Durante o mês de Maio, nos restantes casos.

Haloterapia utiliza sal no tratamento de doenças

Conheça mais sobre esta especialidade



Para mais informações consultar:

Halocare
Centro de Terapias Naturais
Tel. 217 580 693
Tlm. 926 344 625/968 231 115
E-Mail: geral@halocare.pt
www.halocare.pt

Como surgiu?

A utilização moderna da Haloterapia foi iniciada em 1843, quando o médico polaco Feliks Boczkowski descobriu que o ambiente das minas de sal tinha um efeito terapêutico sobre as doenças respiratórias e que os mineiros da mina de sal de Wieliczka, perto de Cracóvia, não sofriam dos problemas respiratórios como a restante população.

Estas observações levaram à instalação de uma sala de tratamento na mina polaca. Foram depois abertos diversos sanatórios para asmáticos em grutas de sal em diferentes países europeus que registaram resultados positivos. Por ser realizado em grutas naturais este tratamento foi denominado de espeleoterapia. Posteriormente os médicos decidiram criar espaços que reproduzissem a atmosfera salina das grutas, dando origem à terceira geração da Haloterapia.

Reconhecimento

A Haloterapia cumpre a directiva europeia CE93/42EEC, que regula a actividade deste tipo de terapias naturais. No Reino Unido foi reconhecida pelo Ministério da Saúde, tornando-se o sistema preferencial da medicina convencional no tratamento de doenças do foro respiratório, tais como asma e rinite.

A Haloterapia é uma especialidade que utiliza os benefícios do sal no alívio de diversas patologias dos pulmões, doenças respiratórias e da pele, assim como de problemas de saúde mental. O Centro de Terapias Naturais Halocare, com quem a Médicos do Mundo estabeleceu uma parceria, é pioneiro na introdução deste tratamento em Portugal.

As sessões de Haloterapia têm uma duração de 40 minutos. Os pacientes sentam-se confortavelmente numa sala com paredes, tecto e chão cobertos de diversas camadas de sal-gema. O ambiente é de grande tranquilidade com recurso a música calma e iluminação suave.

Através de um orifício existente na parede é então emitida uma brisa composta de micropartículas de sal farmacologicamente tratado. Esta brisa é controlada por um equipamento denominado de halogerador, o qual também adapta as condições da sala aos sintomas a tratar.

Os benefícios da Haloterapia

A Haloterapia é especialmente recomendada e eficaz no alívio de patologias dos pulmões e doenças respiratórias (asma, bronquite crónica, rinite, sinusite, amigdalite, faringite, tosse de fumadores, fibrose cística, enfisema, doença pulmonar obstrutiva crónica, otite média, tosse com e sem expectoração, febre do feno, infecções virais repetitivas e alergias), da pele (dermatose, eczema, psoríase e acne) e de saúde mental (stress, fadiga, insónia, ansiedade, instabilidade nervosa e depressão). Pode ainda ser utilizada como um tratamento preventivo de constipações comuns, gripes e outros problemas do foro respiratório.

Para além destes benefícios, permite reduzir ou evitar o recurso a medicamentos à base de cortisona, corticosteróides e anti-histamínicos, entre outros que, além de mais caros, produzem efeitos secundários nocivos, habituação e resistência do organismo.

Somos 100% a favor da Médicos do Mundo.

Ofereça presentes solidários cujos fundos reverterão na totalidade para os projectos da Delegação Portuguesa da Associação MdM. Contribua, Ajudar dá Saúde!



Os clássicos estão de volta... e mais originais do que nunca!

Eis o mote da 1ª Colecção Mescla (Powered by Kapha Five - K5) intitulada "Pop Art Nacional". Estando Portugal cada vez mais em voga, estamos perante soluções destinadas a todos aqueles que não são indiferentes à alma e cultura lusitanas. Porque acreditamos que o que é português é bom!

Conheça toda a colecção no site da Médicos do Mundo.

- Para encomendas cujo montante for superior a 60 euros a URBANOS PRESS fará entrega sem qualquer custo, desde que seja realizado no mesmo local.
- Prazo de entregas 48 a 72 horas.
- Para encomendas inferiores aos 60 euros, o levantamento poderá ser realizado na sede da MdM ou na K5: Rua Tenente Espanca, nº 36A, 1050-223 Lisboa, das 10h às 13h e das 14h às 19h, de 2ª à 6ª, ou poderá ser expedida via CTT mediante agendamento prévio, pelo que acrescerá ao valor de encomenda os devidos portes de envio.

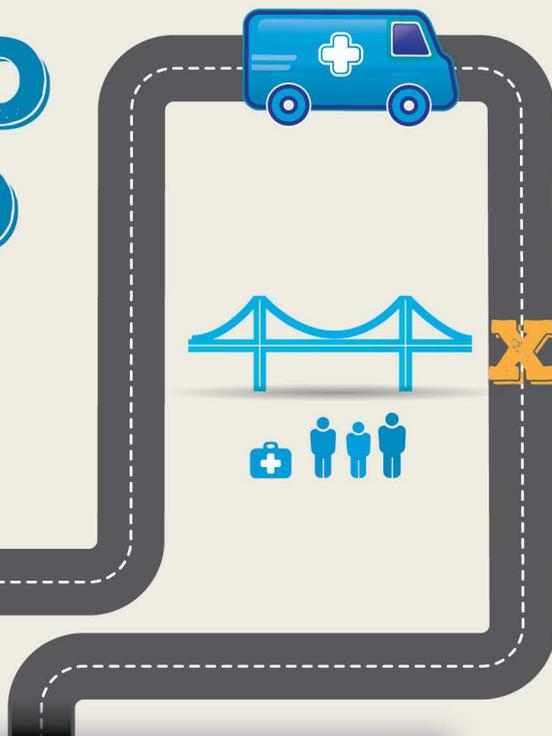
Saiba mais em www.medicosdomundo.pt



Apoios:



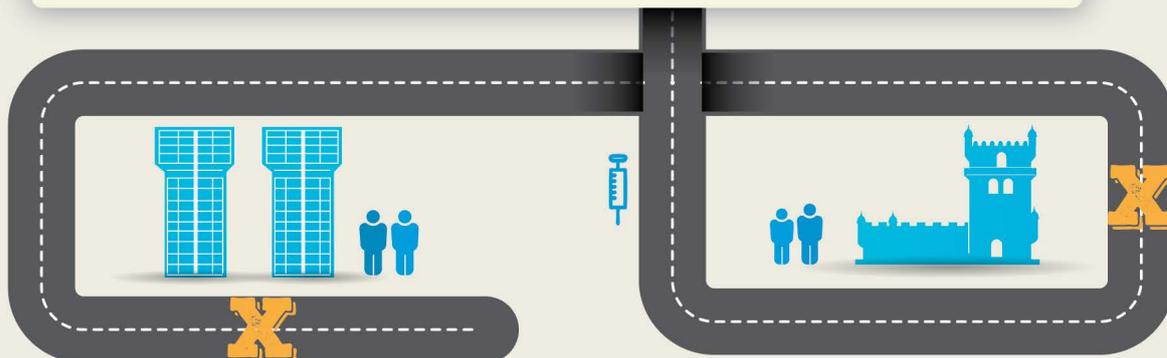
NO NOSSO CAMINHO FALTA O SEU X.



9 CONSIGNAÇÃO DE 0,5% DO IMPOSTO LIQUIDADO



ENTIDADES BENEFICIÁRIAS DO IRS CONSIGNADO	NIPC
Instituições Religiosas <input type="checkbox"/>	901 504 568 566
Instituições Particulares de Solidariedade Social <input checked="" type="checkbox"/>	



Para que a equipa do projecto “Saúde Móvel” continue na rua a prestar cuidados de saúde primários à população mais vulnerável, basta que ponha um X no quadro 9 da sua declaração de IRS com o NIPC 504 568 566. Ao fazê-lo, 0.5% do seu IRS já liquidado, sem qualquer encargo ou custo para si, é entregue à Médicos do Mundo.

WWW.MEDICOSDOMUNDO.PT

