



CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

Departamento de Comunicação

Divisão de Informação, Comunicação e Imagem

Av. D. Nuno Álvares Pereira, n.º 72 A 2800-177 Almada

Tel.: 212 724 543

sgomes@cma.m-almada.pt

www.m-almada.pt

Nota de Imprensa

Com o projeto «Tempo para Si»

Almada integra Rede de Autarquias que Cuidam dos Cuidadores Informais

A Câmara Municipal de Almada é uma das 24 autarquias selecionadas para integrar a 1.ª edição da Rede de Autarquias que Cuidam dos Cuidadores Informais (RACCI).

A autarquia de Almada foi distinguida pelo projeto «Tempo para Si», o qual permite aos cuidadores informais recorrer a uma bolsa de cuidadores formais para acompanhamento das pessoas a seu cargo durante breves períodos. O objetivo é proporcionar aos cuidadores informais a possibilidade de usufruírem de tempos livres e de lazer.

«Tempo para Si» é uma resposta de parceria entre o Município de Almada, a APPACDM – Centro Quinta dos Inglesinhos, enquanto entidade gestora, e a APCAS – Associação de Paralisia Cerebral de Almada Seixal, enquanto entidade executora, concretizado pela Câmara Municipal de Almada através de um protocolo de colaboração, estabelecido em julho de 2021.

O projeto permite o gozo de tempos de descanso e/ou lazer do cuidador informal, com recurso a uma bolsa de cuidadores formais, devidamente qualificados, que se propõem a acompanhar as pessoas cuidadas no domicílio destas.

A [Rede de Autarquias que Cuidam dos Cuidadores Informais \(RACCI\)](#) é uma iniciativa do Movimento Cuidar dos Cuidadores Informais que se destina a distinguir, divulgar e amplificar

as melhores práticas levadas a cabo ou formalmente por municípios e freguesias nesta área, em Portugal, através da atribuição de selos de mérito.

Podem candidatar-se ao projeto «[Tempo para Si](#)» os cuidadores informais que residam no concelho de Almada, que prestem cuidados a pessoa dependente, podendo ser um familiar, amigo ou pessoa próxima que assume a função de cuidador principal a tempo inteiro, desempenhando tarefas de apoio a outrem.

Para mais informações contacte o Centro Quinta dos Inglesinhos da APPACDM através do e-mail dir.gi@appacdm-lisboa.pt ou do contacto telefónico 212 945 530 / 965 009 971.

[IMAGENS do projeto TEMPO PARA SI e do SELO da RACCI](#)

Almada, 27 de setembro de 2021