



APC

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS

Plano de Atividades 2023

Novembro 2022

Susana Tavares
Presidente APC



APC
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS

Calendário de atividades

Calendário de atividades

	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio Mês do Celíaco	Junho	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro
1. ^a sem.			Formações Escolas de Hotelaria do Turismo de Portugal	05,4. ^a feira Sessão: Celíaco.E Agora? Digital	Mês do celíaco Atividades a definir		04, 3. ^a feira À Conversa com... Digital			03, 3. ^a feira À Conversa com... Digital		09,sáb Workshop Natal Lisboa e Porto
2. ^a sem.			Formações Escolas de Hotelaria do Turismo de Portugal		13,sáb Sessão: Celíaco.E Agora? Lisboa			06 a 12/08 Summercap CYE 2023 Lisboa				
3. ^a sem.		18,sáb Sessão: Celíaco.E Agora? Porto	18, sáb 56.º Encontro Nacional de Celíacos - Norte do País		Mês do celíaco Atividades a definir					21,sáb Workshop Halloween Lisboa e Porto	18, sáb 57.º Encontro Nacional de Celíacos - Sul do País	
4. ^a sem.	26, 5. ^a feira À Conversa com... Digital	Formações Escolas de Hotelaria do Turismo de Portugal	25,sáb Workshop Páscoa Lisboa e Porto		Mês do celíaco Atividades a definir			27/08 a 02/09 XII Campo de Férias Sem Espiga	27,4. ^a feira Sessão: Celíaco.E Agora? Digital			

	Formações
	Encontro Nacional
	Workshops de Culinária
	Sessões: Celíaco. E agora?
	À Conversa Com... DIGITAL
	Campo de Férias e Summercamp CYE 2023
	Recetivos a atividades propostas pelos nossos parceiros, considerando as atividades calendarizadas.



APC
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS

Eventos principais

Propósito:

- Proporcionar uma oportunidade de convívio entre todos os associados
- Divulgar o “*state of the art*”
- Cumprimento de obrigações estatutárias (aprovação de orçamentos ou relatórios de contas,...)



56.º Encontro Nacional

- 18 de março de 2023
- Norte do País



57.º Encontro Nacional

- 18 de novembro de 2023
- Sul do País

Preços:

Inscrição no evento com almoço

Contempla participação no programa do EN

Inclui coffee breaks, almoço e cabaz de produtos

Sócios e familiares em primeiro grau e Amigos da APC:

Individual

Crianças dos 4 aos 12 anos 17 €

Adultos (maiores de 12 anos) 27 €

Famílias

Por cada adulto 24 €

Por cada criança 14 €

Não sócio

Crianças dos 4 aos 12 anos 25 €

Adultos (maiores de 12 anos) 40 €

Inscrição apenas no evento

Contempla participação no programa do EN.

Inclui coffee breaks. Não inclui almoço e cabaz

Sócios e familiares em primeiro grau e Amigos da APC: 12 €

Não sócio: 25 €

Vamos manter os
mesmos valores!

Propósito:

- Promover o convívio entre jovens celíacos
- Facilitar a aceitação da DC e incentivar a adoção da Dieta
- Reforçar a autoestima dos jovens com DC

Participantes:

- Celíacos, familiares e/ou amigos não celíacos
- Idades: 6-18 anos

Data e local:

- A definir

Preços:

- A definir

1 semana de diversão!

Incluí: Todas as atividades e
refeições completas (6 / dia)



Uma semana repleta de diversão e aventura!

Vídeo XI Campo de Férias Sem Espiga - 2022

Propósito Workshops:

- Ensinar a confeccionar refeições isentas de glúten em casa
- Promover a adoção de uma dieta saudável, isenta de glúten

Data Prevista (Lisboa e Porto):

- 25 de março, Páscoa
- 21 de outubro, Halloween
- 09 de dezembro, Natal

Vamos manter os
mesmos valores!

Preços:

Inscrição no evento presencial

Sócios e familiares em primeiro grau:	12 €
Amigos da APC:	17 €
Não sócio	45 €

Propósito das Sessões:

- Incrementar o conhecimento sobre a doença celíaca e a DIG
- Alertar para a variedade de produtos disponíveis no mercado
- Minorar os receios próprios do diagnóstico recente
- Reforçar a importância da adesão à APC
- Confeção de pão e bolo sem glúten – COMPONENTE PRÁTICA

Data Prevista:

- **Digital:** 05 de abril e 27 de setembro – **GRATUITO a sócios APC**
- **Presencial:** 18 de fevereiro, Porto | 13 de maio, Lisboa

Preços:

Mantemos os valores | Iguais aos workshops

Propósito dos *webinares*/ entrevistas:

- Incrementar o conhecimento sobre a doença celíaca e a DIG
- Reforçar a importância da adesão à dieta isenta de glúten (DIG)
- Relacionar a DIG com outros temas alimentares
- Esclarecimento de questões por parte de profissionais de saúde especialistas no tema

GRATUITO!!

Participantes:

- **Exclusivo a sócios (e seus familiares) e amigos APC com quotas em dia**

Data e Hora:

- 26 de janeiro, 04 de julho, 03 de outubro
- Das 21h às 22h

Emissão em Direto

Propósito do mês do Celíaco:

- Sensibilizar a comunidade no geral para a existência da doença celíaca e a importância de um diagnóstico precoce
- Alertar, em contexto escolar, para o cumprimento rigoroso da dieta isenta de glúten
- Sensibilizar para inclusão das crianças celíacas
- Promoção da APC e dos seus parceiros

Atividades:

- Programa e parcerias por definir

PARTICIPE E AJUDE NA DIVULGAÇÃO





APC
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS

Projetos 2023

Propósito:

- Promover o convívio entre jovens celíacos Europeus
- Facilitar a aceitação da DC e incentivar a adoção da Dieta
- Reforçar a autoestima dos jovens com DC

Participantes:

- Celíacos, representantes de cada uma das Associações Nacionais Europeias
- Idades: 18 - 30 anos

Data e local:

- A definir

Organização conjunta: APC Jovem, APC, CYE
www.facebook.com/cyesummercamp/



Vamos dar continuidade a estes
projetos durante o ano 2023!



Consulta de Gastro na APC

- Apoio da SPGP e outras entidades médicas
- Médicos de todo o País e Ilhas
- Presencial ou online



Formação Escolas de Hotelaria de Portugal

- Apoio do Turismo de Portugal
- Escolas de todo o País e Ilhas
- Presencial e/ou online

Visita às Ilhas:

- Proximidade com os sócios dos arquipélagos
- Incrementar o conhecimento sobre a doença celíaca e tratamento
- Reforçar a importância da adesão à APC
- Continuidade dos projetos implementados
- Estreitar relações com Governo Regional



**DIA 21 DE OUTUBRO
ÀS 15 HORAS**

**FORMAÇÃO
RESTAURAÇÃO &
HOTELARIA**

Doença celíaca e
dieta isenta de glúten

Dra. Tânia Neves
Nutricionista Associação Portuguesa
de Celiacos (APC)



**ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA
DE CELÍACOS**

**ENCONTRO REGIONAL
DE CELÍACOS - MADEIRA**

23 DE OUTUBRO | 9H30 - 11H30

HOTEL SENTIDO GALOSOL



APC
ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS

Serviços APC

Consultas de Nutrição:

- **Sócio:** 20€ a primeira consulta e 10€ subsequentes
- **Amigo APC:** 25€ cada consulta (1.º e subsequentes)
- **Não Sócio:** 60€ a primeira consulta e 45€ as subsequentes

Vamos manter os valores de 2022

Formações a Escolas/ Hotéis/ Restaurantes, etc:

- **Sócio:** 20€ no centro de Lisboa e Porto
- **Amigo APC:** 25€ no centro de Lisboa e Porto
- **Não Sócio:** 60€ no centro de Lisboa e Porto
- **Fora do centro de Lisboa e Porto acresce o custo com a deslocação**

Ambos os serviços podem ser online

Consultas de Psicologia:

- **Sócio:** 50€ a primeira consulta e 35€ subsequentes
- **Amigo APC:** 50€ cada consulta (1.º e subsequentes)
- **Não Sócio:** 85€ a primeira consulta e 70€ as subsequentes

Serviços online
pelo mesmo valor

Em Lisboa, e agora também no Porto!

- Dra. Helena Correia – Lisboa
- Dra. Lara Mendes – Porto

Novidade!!



Consultas de
Psicologia
no Porto

Dr.ª Lara Mendes é a Psicóloga
Clínica que se junta à família APC!



Revista Sem Glúten em formato DIGITAL:

Disponível para consulta no site da APC em
<https://www.celiacos.org.pt/revista-sem-gluten/>.



CARTÃO DE SÓCIO DIGITAL:

Mais prático, sempre acessível no seu telemóvel, para aceder aos inúmeros benefícios que confere.

Para formato físico:
imprima o cartão que é enviado via email.



Contamos consigo em 2023?

- Apoie e divulgue as nossas campanhas e serviços
- Participe nos eventos
- Ajude a promover eventos mais próximo de si ou a estabelecer parcerias locais
- Dê sugestões. Só com a opinião de todos podemos melhorar!



Seja um embaixador da APC e da Doença Celíaca!



APC

ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA
DE CELIACOS