

**Sessão de Esclarecimento PO ISE – INR, I.P.
MAVI
Modelo de Apoio à Vida Independente**

**Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.
Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social**

Évora, 29 de novembro de 2017

AGENDA DA SESSÃO DE ESCLARECIMENTO

1

Apresentar a missão, princípios e visão do Instituto Nacional para a Reabilitação

2

Apresentar o Programa “Modelo de Apoio à Vida Independente” - Princípios, conceitos, requisitos, processos de registo, reconhecimento e prazos;

3

Apresentar o PO ISE Programa Operacional Inclusão Social e Emprego – Objetivos, Prioridades, Prioridades de Investimento e Eixos Estratégicos

4

Apresentar o INR, I.P. como Organismo Intermédio do PO ISE na TO 3.18 e as suas atribuições na implementação do MAVI

5

Identificar e apresentar o PO ISE financiador da Medida MAVI: Processos de apresentação de candidaturas, formulários, regras

6

Identificação e Esclarecimento de Questões

INR, I.P., MISSÃO, PRINCÍPIOS E VISÃO

O INR, I.P. é um Instituto público integrado no Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social

Missão

- assegurar o planeamento, execução e coordenação das políticas nacionais destinadas a promover os direitos das pessoas com deficiência ou incapacidade

Princípios

- a garantia de igualdade de oportunidades, o combate à discriminação e a valorização das pessoas com deficiências, numa perspectiva de promoção dos seus direitos fundamentais

VISÃO

- construir uma sociedade que olha para o cidadão na sua diferença, potenciando as suas capacidades e a sua autonomia
- **Uma Pessoa, Um Cidadão**

INSTRUMENTOS ENQUADRADORES

Instrumento de Direito Internacional:

A Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

Com a ratificação da Convenção, a República Portuguesa, comprometeu-se a promover, proteger e garantir condições de vida dignas às pessoas com deficiência ou incapacidade

Artº. 1º – o pleno reconhecimento e o exercício dos direitos num quadro de igualdade de oportunidades;

Artº. 19º - o direito a viver de forma independente, à sua total inclusão e participação na comunidade;

INSTRUMENTOS ENQUADRADORES

Instrumentos Nacionais

[Decreto Lei nº 129/2017](#), de 9 de outubro, aprovou o programa “Modelo de Apoio à Vida Independente” (MAVI), que visa contribuir para a efetivação do direito, das pessoas com deficiência ou incapacidade, a viverem de forma independente;

[Portaria nº 342/2017](#), de 9 de novembro, estabelece os critérios, limites e rácios necessários à execução do Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro, designadamente define o número de candidatos/as a assistentes pessoais que podem frequentar formação inicial, o número de elementos que integra a equipa técnica do CAVI e, fixa limites às despesas elegíveis com o funcionamento do CAVI, com os encargos com o pessoal afeto à operação e com a atividade formativa.

O DECRETO-LEI 129/2017

Preambulo

Capitulo I Disposições Gerais →

Capitulo II Da assistência pessoal →

Capitulo III Da pessoa destinatária da assistência pessoal →

Capitulo IV Dos ou das Assistentes Pessoais →

Capitulo V Dos Centros de Apoio à Vida Independente →

Secção I Requisitos, missão, organização e funcionamento

Secção II Reconhecimento dos Centros de Apoio à Vida Independente

Secção III Financiamento dos CAVI ao abrigo dos FEEI

Capitulo VI Disposições Complementares e Finais →

Secção I Disposições complementares

Secção II Disposições finais

A PORTARIA 342/2017

A Portaria 342/2017, de 9 de novembro, estabelece os critérios, limites e rácios necessários à execução do [Decreto-Lei n.º 129/2017](#), de 9 de outubro, que instituiu o Programa «Modelo de Apoio à Vida Independente» MAVI;

ANEXO A: número de candidatos/as a assistentes pessoais que podem frequentar formação inicial nos termos estabelecidos no n.º 3 do artigo 18.º do Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro;

ANEXO B: Número de elementos da equipa do CAVI, por número de pessoas apoiadas.

Modelo de Apoio à Vida Independente para Portugal

Assistência Pessoal para Pessoas com Deficiência

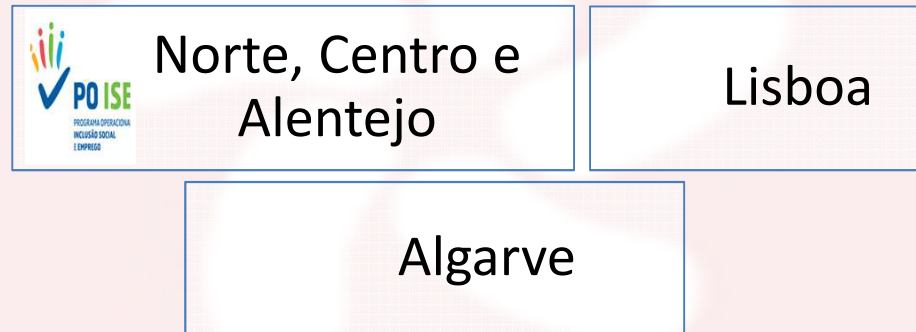
Projetos-Piloto
2017-2020

PROGRAMA “MODELO DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE”

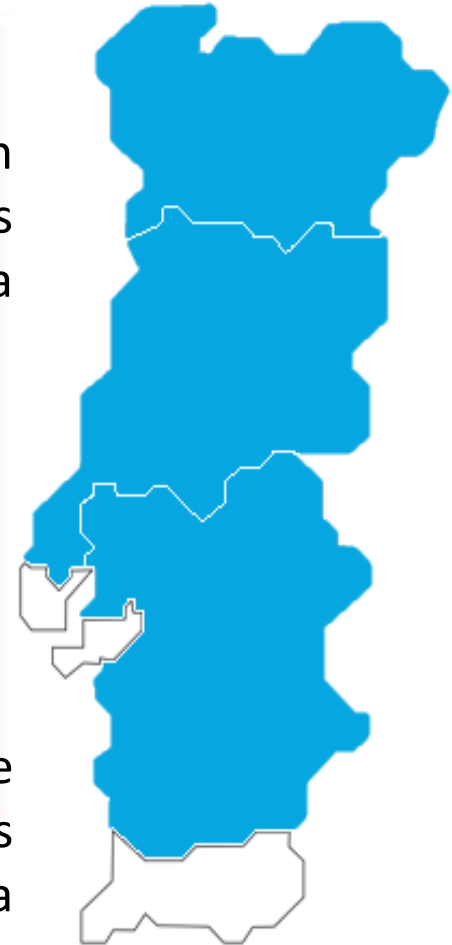
Operacionalização: Medida de âmbito nacional, no período de 2017 a 2020, por projetos piloto de assistência pessoal

Base: Assenta no primado do direito das pessoas com deficiência à autodeterminação, assegurando as condições para o exercício do direito de tomar decisões sobre a sua vida

Financiamento:



Objetivo específico: “promover as condições de participação das pessoas com deficiência nos diversos contextos de vida, melhorando a sua autonomia, a participação social e cívica e a cidadania ativa”.



PRINCÍPIOS FUNDAMENTAIS DO MODELO DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE – MAVI - ART.º 4º

São princípios orientadores do desenvolvimento e concretização do MAVI:

1. O princípio da universalidade
2. O princípio da autodeterminação
3. O princípio da individualização
4. O princípio da funcionalidade dos apoios
5. O princípio da inclusão
6. O princípio da cidadania
7. O princípio da participação
8. O princípio da igualdade de oportunidades

Mudança de paradigma , na medida em que a pessoa com deficiência passa de sujeito passivo para uma situação em que escolhe, decide, e tem o controlo da sua vida definindo os apoios de que necessita.

MODELO DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



CAVI – estrutura de gestão, beneficiária e responsável pela promoção da AP

DESTINATÁRIO/A DE ASSISTÊNCIA PESSOAL

Nº 2 DO ARTº 3º; ART.º 10º

Pessoa com deficiência de carácter permanente, certificada por Atestado de Incapacidade Multiuso ou Cartão de Deficiente das Forças Armadas **com grau de incapacidade igual ou superior a 60% e Idade igual ou superior a 16 anos;**

Pessoas com deficiência intelectual, pessoas com doença mental e pessoas com Perturbação do Espectro Autismo (PEA), desde que com 16 anos ou maior, independentemente do grau de incapacidade;

Pessoas com deficiência com idade igual ou superior a 16 anos, em escolaridade obrigatória, fora das atividades escolares;

Maiores declarados interditos devendo ser assegurada a sua participação ativa no processo da formação da vontade e na efetivação das suas decisões.

DESTINATÁRIO/A DE ASSISTÊNCIA PESSOAL/ACUMULAÇÕES

ARTº 38º

A assistência pessoal, quando aplicável às tarefas de apoio nos domínios da higiene, alimentação, manutenção da saúde e de cuidados pessoais, não é acumulável com:

- subsídio de assistência a terceira pessoa
- complemento por dependência

A assistência pessoal, não é acumulável com as seguintes respostas sociais:

- Centro de atividades ocupacionais
- Lar residencial
- Acolhimento familiar para pessoas idosas e adultas com deficiência
- Serviço de apoio domiciliário que abranja as tarefas inerentes às atividades a realizar no âmbito da assistência pessoal

ASSISTENTE PESSOAL

(CAP. IV)

Pessoa que contribui para que a pessoa com deficiência ou incapacidade, tenha uma vida independente, apoiando-a na realização das atividades previstas para assistência.

- ✓ Direitos e deveres (art.º 13º)
- ✓ Não pode ter relação jurídica familiar de casamento, união de facto, adoção, parentesco ou afinidade com a pessoa destinatária da assistência;
- ✓ Celebra contrato de trabalho com CAVI, em comissão de serviço, art.º 16º;
- ✓ Desempenha funções junto da pessoa com deficiência ou incapacidade;
- ✓ Pode prestar assistência pessoal a mais do que uma pessoa com deficiência

ASSISTÊNCIA PESSOAL - APOIO NAS ATIVIDADES

ARTº 6º

Apoio nos domínios da higiene, alimentação, manutenção da saúde e de cuidados pessoais;

Apoio em assistência doméstica;

Apoio em deslocações;

Mediação da comunicação;

Apoio em contexto laboral;

Apoio à frequência de formação profissional;

Apoio à frequência de ensino superior e de investigação;

Apoio em cultura, lazer e desporto;

ASSISTÊNCIA PESSOAL - APOIO NAS ATIVIDADES

ARTº 6º

Apoio na procura ativa de emprego;

Apoio à criação e desenvolvimento de redes sociais de apoio;

Apoio à participação e cidadania;

Apoio à tomada de decisão, incluindo a recolha e interpretação de informação necessária à mesma.

ASSISTENTE PESSOAL

(CAP. IV)

- Recrutado pelo CAVI de acordo com critérios estabelecidos (idade igual ou superior a 18 anos e escolaridade obrigatória)
- Pode integrar uma bolsa de recrutamento para posterior seleção pela pessoa destinatária final da assistência pessoal
- Pode ser indicado pela pessoa destinatária da assistência pessoal
- É sujeito de formação obrigatória, inicial, nas áreas de conhecimentos essenciais à assistência pessoal (50h)
- Deve frequentar formação adicional de 25 h anuais, durante o desempenho das suas funções
- No exercício da assistência pessoal é titular de cartão de identificação, modelo aprovado pelo INR, I.P.

CARTÃO DE IDENTIFICAÇÃO

(ARTº 19º)

“O/a assistente pessoal, no exercício da sua atividade, deve ser titular de cartão de identificação, que deve ser apresentado sempre que solicitado” (nº1 do art.º 19º).

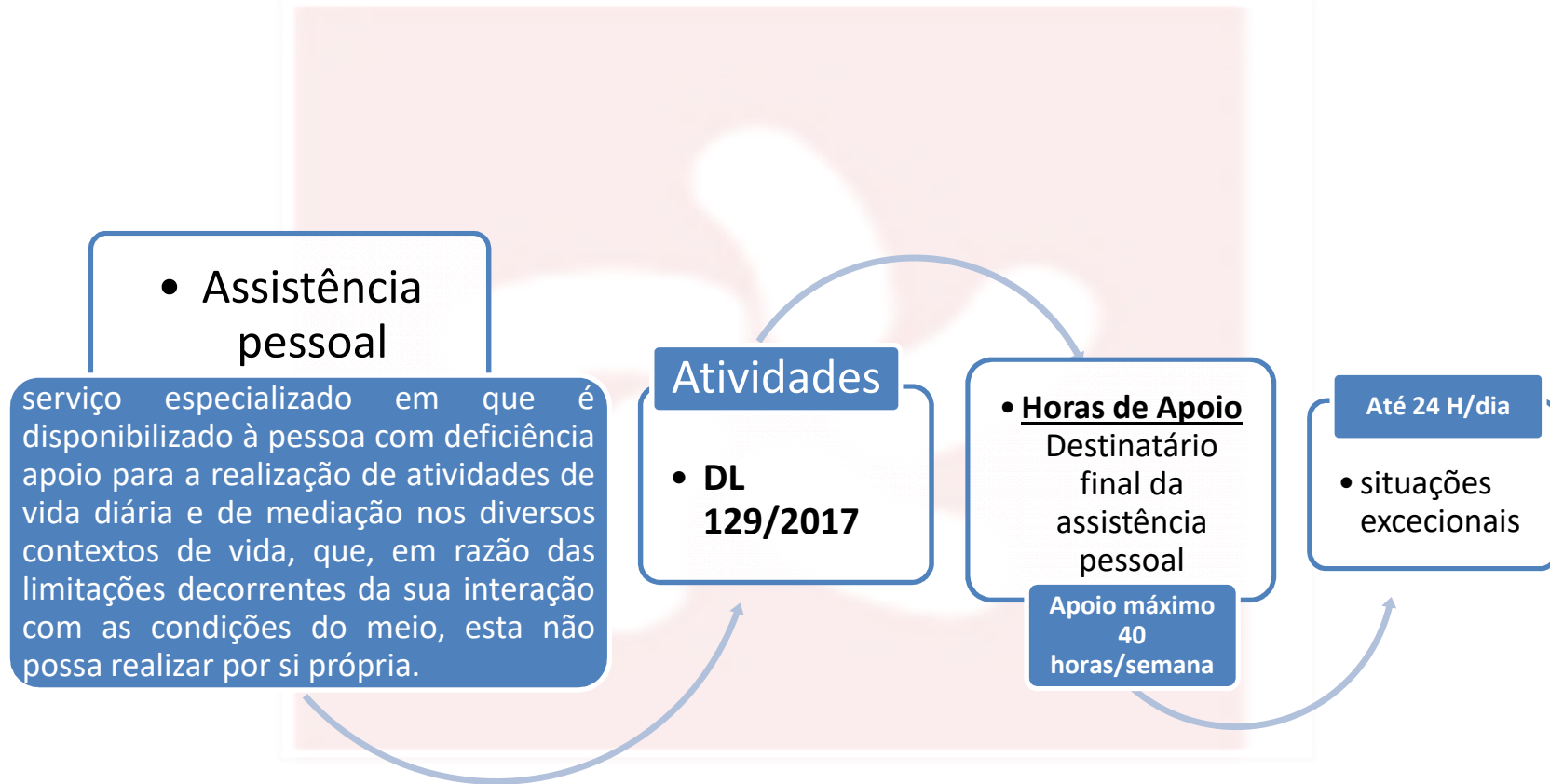
O modelo do cartão foi aprovado por Deliberação do Conselho Diretivo do INR, I.P.

Cada CAVI é responsável pela emissão dos cartões de identificação dos respetivos assistentes pessoais

Logotipo CAVI	ASSISTENTE PESSOAL		
	N.º		Fotografia
Nome:			
Assinatura:			
Dados do CAVI: N.º Contactos	Validade:		

ASSISTÊNCIA PESSOAL - Nº 1 DO ART.º 5º

O que é e como se organiza a assistência pessoal enquanto serviço?



PLANO INDIVIDUALIZADO DE ASSISTÊNCIA PESSOAL

(ARTº 7º)

A solicitação da assistência pessoal decorre da iniciativa da pessoa com deficiência ou incapacidade, expressa pela própria ou por quem legalmente a represente, através da manifestação de interesse junto de um CAVI e traduz-se Plano Individualizado de Assistência Pessoal, PIAP;

1. Este resulta de uma planificação centrada na pessoa destinatária da assistência pessoal, em que o poder de decidir cabe à própria ou a quem legalmente a representa;
2. Documenta as necessidades de assistência pessoal, o modo como se desenvolvem as atividades e a monitorização e aplicação do plano;
3. A pessoa com deficiência destinatária de assistência pessoal pode determinar alterações ao PIAP inicialmente estabelecido, as quais dele devem constar expressamente.

MODELO DE PLANO INDIVIDUALIZADO DE ASSISTÊNCIA PESSOAL (ART.º 8º)

O Plano Individualizado de assistência pessoal, PIAP, obedece a um modelo, aprovado pelo CD do INR, I.P. disponível em:

<http://www.inr.pt/content/1/4516/enquadramento>

FORMAÇÃO DE ASSISTENTES PESSOAIS

(N.ºS 1 E 6 DO ART.º 14.º)

1. Compete ao CAVI proceder ao **recrutamento, seleção, formação e contratação** do/a **assistente pessoal**, em colaboração com os destinatários da assistência pessoal ou sob proposta destes e executar as operações nos termos e condições aprovadas;
6. Após a fase de seleção os/as candidatos/as selecionados/as frequentam a formação inicial definida para o efeito, de duração igual a 50 horas nas 5 áreas definidas:
 - Direitos das pessoas com deficiência e vida independente
 - Ética profissional e assistência pessoal
 - Deficiência ou incapacidade, assistência pessoal e promoção da autonomia
 - Acessibilidades e comunicação
 - Fatores ambientais e produtos de apoio

PROCESSO DE REGISTO DE FORMADORES

(ART.º 39º)

Objetivos:

1. O INR, I.P. (art.º 39.º) constitui um registo de formadores, de âmbito nacional, ao qual o CAVI recorre obrigatoriamente, para assegurar nas áreas definidas, a formação inicial aos/as candidatos/as a assistentes pessoais de pessoas com deficiência ou incapacidade;
2. Receciona formulários de pedido de registo como formadores/as, nas áreas definidas, com disponibilidade nas diferentes regiões;
3. Disponibiliza aos CAVI, mediante prévia autorização dos próprios, os contactos dos formadores/as com disponibilidade na sua região de intervenção.

PROCESSO DE REGISTO DE FORMADORES (ART.º 39º)

Processo:

Para integrar o registo de formadores/as de assistentes pessoais, de âmbito nacional:

- aceder ao formulário de registo de formador/a, no sítio do INR, I.P.
<http://www.inr.pt/content/1/4517/registo-de-formadores>
- Aceder e preencher ao formulário *on-line*, [Ficha de inscrição](#)
- anexar ficheiro de CV e submeter o formulário;
- Aceder, preencher e ENVIAR o formulário e enviar o ficheiro de CV para inr-uifd@inr.mtsss.pt;

A FORMAÇÃO INICIAL DE ASSISTENTES PESSOAIS

A Portaria n.º 342/2017, de 9 de novembro, estabelece os critérios, limites e rácios necessários à execução do [Decreto-Lei n.º 129/2017](#), de 9 de outubro, que instituiu o Programa «Modelo de Apoio à Vida Independente» MAVI.

ANEXO A: número de candidatos/as a assistentes pessoais que podem frequentar formação inicial nos termos estabelecidos no n.º 3 do artigo 18.º do Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro.

Destinatários/as - PCDI	Rácio máximo de candidatos/as a assistentes pessoais, a formar, por estimativa de pessoas apoiadas
10 a 20	4/1
21 a =< 50	3/1

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



DEFINIÇÃO

Estrutura de gestão de apoio à vida independente, responsável pela disponibilização de Assistência Pessoal às pessoas com deficiência.

MISSÃO

Assumir funções de gestão, coordenação e de apoio dos serviços de assistência pessoal.

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



COMPETÊNCIAS

- **Genérica – n.º 1 do artigo 21º**

Conceção, implementação e gestão dos projetos-piloto no âmbito da vida independente.

- **No âmbito da organização e funcionamento dos serviços de assistência pessoal – n.º 2 do artigo 21º**
- **No âmbito das candidaturas aos Fundos Europeus Estruturais e de Investimento – artigo 22º**

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE

ESTATUTO E ORGANIZAÇÃO

O CAVI tem a natureza jurídica de organização não governamental das pessoas com deficiência (**ONGPD**), e estatuto de instituição particular de solidariedade social (**IPSS**) , nos termos da legislação aplicável. (n.º 2 do artigo 20.º)

O CAVI deve organizar-se como um **núcleo autónomo** no seio da entidade prevista no n.º 2 do artigo 20.º e, sempre que possível, privilegiar a integração de pessoas com deficiência. (artigo 23.º)



CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



O legislador quis identificar **dois tipos de CAVI**, que podem aceder a apoios no âmbito do Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro, a saber:

- CAVI constituídos para o efeito com natureza jurídica de ONGPD e estatutos de IPSS;
- CAVI constituídos como núcleos autónomos no seio de ONGPD com estatuto também de IPSS

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



Núcleos autónomos

Pretende-se que sejam estruturas funcionais, que gozam de autonomia quanto à definição do seu âmbito de atividades, bem como quanto à sua organização interna.

A sua constituição está geralmente dependente de uma deliberação da Assembleia Geral, porquanto se trata de uma alteração aos estatutos da associação.

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



Núcleos autónomos (MAVI)

Mantém-se a definição anterior, no entanto,

- considerando que a sua constituição se destina à operacionalização de projetos-piloto com um prazo de duração devidamente estabelecido no tempo

não será exigido que a sua constituição conste de uma alteração aos estatutos da ONGPD e IPSS.

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



Núcleos autónomos (MAVI)

Não obstante, e porque a autonomização dos CAVI no seio das ONGPD é importante para o modelo proposto no Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro,

será exigido que a constituição destes núcleos conste de deliberação tomada pelo órgão competente dentro da organização, atendendo às competências definidas nos estatutos.

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE



Equipa do CAVI

- A equipa técnica é constituída por técnicos/as com habilitações de nível superior, nas áreas de estudo e formação de psicologia, sociologia, gestão e administração, serviço social e reabilitação;
- A direção técnica é assegurada por uma dos/as técnicos/as da equipa, sob a direção dos órgãos de gestão da ONGPD;
- A equipa técnica deve, preferencialmente privilegiar a integração de pessoas com deficiência;
- O número de elementos que integra a equipa técnica variará em função do nº de pessoas com deficiência apoiadas com AP pelo CAVI.

CAVI – CENTROS DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE

Portaria n.º 342/2017, de 9 de novembro - Estabelece os critérios, limites e rácios necessários à execução do [Decreto-Lei n.º 129/2017](#), de 9 de outubro, que instituiu o Programa «Modelo de Apoio à Vida Independente» MAVI.

ANEXO B: Número de elementos da equipa do CAVI, por número de pessoas apoiadas:

Número de pessoas apoiadas pelo CAVI (PCDI)	Equipa do CAVI
10 a 19	2
20 a 39	3
40 a =< 50	4

PROCESSO DE RECONHECIMENTO DO CAVI (ART.º 31º)

Processo:

Compete ao INR, I.P., o reconhecimento do CAVI.

- [Devem aceder ao formulário](#) disponibilizado para o efeito e solicitar o [Reconhecimento de CAVI](#) no sítio do INR, I.P.
- Só podem ser reconhecidas as entidades que cumpram os requisitos específicos (Ver Capítulo V)
- O CAVI só pode funcionar com um mínimo de 10 pessoas e um máximo de 50 pessoas destinatárias de A.P.

O reconhecimento como CAVI constará em apenso ao registo de ONGPD.

PRAZO DE RECONHECIMENTO DO CAVI (ART.º 43º)

Todas as entidades que pretendam submeter projetos-piloto de apoio à vida independente com cofinanciamento, têm de solicitar o reconhecimento como CAVI no prazo de 60 dias seguidos após a publicação do Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro.

8 de dezembro – feriado – 1.º dia útil seguinte: 11 de dezembro

Com o pedido de reconhecimento, pode ser entregue apenas o documento comprovativo de solicitação do estatuto de IPSS junto dos serviços competentes, considerando-se o pedido devidamente instruído.

No entanto, aquando da notificação do termo de aceitação da candidatura, e no prazo que for definido para o efeito, a entidade deve comprovar que lhe foi atribuído o estatuto de IPSS.

FINANCIAMENTO DO CAVI

SECÇÃO III DO CAPÍTULO V

Artigo 35.º - Financiamento

São financiadas as atividades decorrentes do exercício das atribuições do CAVI.

Artigo 36.º - Obrigações decorrentes do financiamento pelos Fundos Europeus Estruturais e de Investimento

FINANCIAMENTO DO CAVI

SECÇÃO III DO CAPÍTULO V

Artigo 37.º Despesas elegíveis:

- Encargos com o funcionamento do CAVI;
- Encargos com pessoal afeto à operação, incluindo despesas com a remuneração base da direção técnica que assume a coordenação do CAVI, despesas de remuneração do pessoal técnico, bem como as despesas de remuneração do ou das assistentes pessoais;
- Despesas com transporte e ajudas de custo com pessoal vinculado ao CAVI, quando a elas houver lugar, de acordo com as regras e os montantes fixados para atribuição de idênticas despesas aos trabalhadores que exercem funções públicas com remunerações base que se situam entre os valores dos níveis remuneratório 9 a 18.

CONSULTA DE INFORMAÇÃO

www.inr.pt

[Menu: Modelo de Apoio à Vida Independente](#)

1. [Enquadramento](#)

- [Decreto Lei nº 129/2017](#)
- [Portaria nº 342/2017,](#)
- [Manual de Apoio MAVI](#)

2) [Reconhecimento do CAVI](#)

O pedido de reconhecimento pelo INR, I.P. , da constituição do CAVI, é através do envio do formulário de [Reconhecimento de CAVI](#) disponibilizado.

3) [Registo de Formadores](#)

O registo de formador de assistentes pessoais passa pelo envio ao INR, I.P. da [Ficha de inscrição](#)

Sessão de Esclarecimento PO ISE – INR, I.P.

MAVI

Modelo de Apoio à Vida Independente

3

Apresentar o PO ISE Programa Operacional Inclusão Social e Emprego –
Objetivos, Prioridades, Prioridades de Investimento e Eixos Estratégicos

4

Apresentar o Organismo Intermédio do PO ISE na TO 3.18

5

Identificar e apresentar o PO ISE financiador da Medida MAVI: Processos de
apresentação de candidaturas, formulários, regras

6

Identificação e Esclarecimento de Questões

Sessão de Esclarecimento PO ISE – INR, I.P.

MAVI

Modelo de Apoio à Vida Independente

4

Apresentar o Organismo Intermédio do PO ISE na TO 3.18

O Instituto Nacional para a Reabilitação (INR, I.P.) é o “Organismo Intermédio”, com contrato de delegação de competências do PO ISE, no âmbito da TO 3.18 MAVI, relativamente aos seus beneficiários que executam as operações e, entidade coordenadora dos Centros de Apoio à Vida Independente.

COMPETÊNCIAS DELEGADAS NO INR, I.P

- Aplicar os critérios de seleção aprovados pela respetiva comissão de acompanhamento do PO;
- Verificar se a operação a selecionar tem enquadramento nas elegibilidades específicas do correspondente PO, adequação técnica para prossecução dos objetivos e finalidades específicas visadas, demonstração objetiva da sua viabilidade e sustentabilidade económica e financeira;

COMPETÊNCIAS DELEGADAS NO INR, I.P

- Verificar se foi cumprida a legislação aplicável à operação em causa, sempre que a operação tenha início antes da apresentação do pedido de financiamento à autoridade de gestão;
- Realizar verificações das operações in loco, as quais podem ser realizadas por amostragem.

NOTA – estas verificações serão feitas por equipas mistas PO ISE / OI

COMPETÊNCIAS DO INR, I.P

Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro

- Reconhecimento dos CAVI;
- Perfil de competências do/a Assistente Pessoal;
- Formação inicial obrigatória do/a Assistente Pessoal;
- Registo de Formadores de Assistentes Pessoais;
- Cartão de identificação do/a Assistente Pessoal;

COMPETÊNCIAS DO INR, I.P

Decreto-Lei n.º 129/2017, de 9 de outubro

- Modelo do Plano Individualizado de Assistência Pessoal – PIAP;
- Acompanhamento das entidades reconhecidas como CAVI;
- Suspensão e cessação do reconhecimento dos CAVI
- Avaliação.

AVALIAÇÃO DO “MODELO DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE” (ART.º 44º)

1. Compete ao INR, I. P. definir indicadores, monitorizar e garantir a realização da avaliação intercalar e final, dos projetos-piloto de assistência pessoal dos CAVI.
2. A avaliação intercalar e final deve, obrigatoriamente considerar os contributos de pessoas apoiadas e organizações representativas da área da deficiência.
3. A partir da avaliação dos projetos-piloto, o Decreto Lei nº 129/2017, será objeto de revisão e atualização após 3 anos da sua vigência

Sessão de Esclarecimento PO ISE – INR, I.P.

MAVI

Modelo de Apoio à Vida Independente

5

Identificar e apresentar o PO ISE financiador da Medida MAVI: Processos de apresentação de candidaturas, formulários, regras

6

Identificação e Esclarecimento de Questões

Identificação de Questões

Modelo de Apoio à Vida Independente



**Sessão de Esclarecimento PO ISE – INR, I.P.
MAVI
Modelo de Apoio à Vida Independente**

Obrigado!

Envio de questões para inr@inr.mtsss.pt