

FIT FAMILY

# Relatório de Actividades

2008

HOLMES PLACE HEALTH CLUBS IBERIA

### ***Holmes Place Health Clubs***

Multinacional de origem Inglesa, está presente em Portugal desde 1998. A operar no Mercado de Fitness desde 1979, conta já com 30 anos de experiência e, seguindo a sua missão, pretende continuar por muitos mais a melhorar a qualidade de vida das populações onde opera, através da prática regular de exercício físico. Desde o ano de 2005 que os clubes em Portugal e Espanha foram comprados por um consórcio de empresas de fundos de gestão, tendo sido criada, neste ano, a Holmes Place Iberia (somando um total de 17 clubes). Actualmente somos 1.100 colaboradores que, diariamente, tentam prestar o melhor serviço possível a 58.000 sócios.

### ***Responsabilidade Social – Uma questão de dimensão estratégica***

Em diversos estudos publicados, tem-se vindo a demonstrar o paralelismo entre práticas empresariais responsáveis e a competitividade no mercado. Os benefícios que uma empresa poderá registar por via da gestão estratégica da Responsabilidade Social (RS) são verdadeiramente relevantes:

- » Uma maior fidelidade do cliente;
- » Recursos humanos motivados e interessados em participar na resolução dos problemas da empresa e no seu aperfeiçoamento;
- » Fornecedores genuinamente interessados em integrar uma cadeia de valor solidamente sustentada no mercado;
- » Uma relação estável e de confiança com os diversos públicos interessados nas actividades da empresa.

Nesse sentido, é criado no ano de 2008, o Projecto Fit Family, Projecto integrado de Responsabilidade Social da Holmes Place Portugal.

## ***Fit Family***

### ***- O nosso compromisso para com a Sociedade -***

Agindo na linha da reciprocidade, a Holmes Place criou no ano em que comemorou uma década de presença em Portugal, o Fit Family (nome adoptado de uma campanha anterior, com uma dinâmica diferente da pretendida a partir de 2008), que se pretendia que funcionasse como uma ligação privilegiada à comunidade, para o desenvolvimento de um trabalho pedagógico, de intervenção social em que fosse possível promover a saúde, em todas as áreas em que se apresenta.

A Holmes Place acredita que com este projecto cria e partilha valor, estreitando a relação com todo o seu meio envolvente, justificando a sua actuação perante aqueles que contribuem para a sua existência: colaboradores, sócios, accionistas, fornecedores e media. Sabemos que o verdadeiro desafio para qualquer negócio é o de determinar se este tem capacidade efectiva de criar valor a longo prazo, assim, agimos sob o princípio de que devemos de contribuir para o progresso da sociedade e esta responderá certamente contribuindo para o desenvolvimento e crescimento do nosso negócio. Os custos envolvidos neste processo sempre foram encarados como um investimento feito, não só na sustentabilidade para as gerações futuras, mas e cima de tudo, na capacidade desta empresa em se afirmar como sendo útil e relevante socialmente.

## ***Objectivos:***

### ***1. Participar activa e regularmente na comunidade***

Durante o decorrer do ano de 2008 participamos em três acções de voluntariado empresarial, a saber:

#### ***1.1. Criação da Quintinha Pedagógica de Monserrate***

2008 foi designado o Ano Internacional do Planeta Terra pela UNESCO. Conjuntamente com o GRACE (Grupo de Reflexão e Apoio à Cidadania Empresarial) e com a Parques de Sintra – Monte da Lua (entidade que gere o património ambiental e arqueológico de Sintra, classificado como Património Mundial pela UNESCO), os voluntários e suas famílias contribuíram para a recuperação de uma zona específica do Parque de Monserrate, em Sintra, e transformaram-na num local de atracção turística para os milhares de visitantes que passam por Sintra em cada ano.

### ***1.2. G.I.R.O. – GRACE, Intervir, Recuperar, Organizar***

No dia 10 de Outubro, trocámos o dia de trabalho para ajudar três associações em três pontos do país: Cascais, Guimarães e Porto. Fomos 11 representantes do Holmes Place, de entre staff e sócios, que contribuíram para o melhoramento das infra-estruturas do Centro de Apoio Social do Pisão, Casa do Povo de Briteiros e Associação Católica Internacional ao Serviço da Juventude Feminina.

### ***1.3. Dia do Voluntário***

As Nações Unidas lançaram um programa mundial para o meio ambiente, sob a campanha “Plantemos para o Planeta” onde pessoas, empresas, organizações da sociedade civil foram encorajados a fazer um compromisso de participação afim de plantar, pelo menos, um bilião de árvores em todo o mundo. O nosso objectivo, no dia 5 de Dezembro, foi o de plantar 2.500 árvores autóctones na Tapada de Monserrate, em apenas um dia, e foi cumprido.

### ***1.4. Cruz Vermelha Portuguesa***

Entregamos regularmente artigos de desporto para posterior distribuição junto das Delegações desta Instituição.

### ***1.5. Integração gratuita de jovens nos clubes do Porto***

Em 2008, recebemos 18 crianças de duas associações no Porto – Tenda do Encontro e Associação Protectora da Criança – de forma completamente gratuita, para a prática de ballet e natação, com a perioricidade de uma vez por semana.

## ***2. Implementar iniciativas pedagógicas e preventivas que promovam a Saúde e o Bem Estar***

Para cumprir este objectivo, desenvolvemos as actividades descritas em baixo.

### ***2.1. Aulas de Esclerose Múltipla em parceria com a Merck Serono***

A esclerose múltipla é uma doença que afecta (segundo os últimos dados publicados) cerca de 5.000 pessoas em Portugal. A fadiga torna-se num dos problemas mais difíceis de lidar, afectando muitas vezes tanto a vida social como profissional. É por isso importante uma boa alimentação, reduzir o stress e praticar exercício físico. Neste sentido, foi firmado em Setembro de 2008, um Protocolo de Parceria com a Merck Serono, com a única finalidade de criação e divulgação de aulas para pessoas com Esclerose Pública, nos clubes Holmes Place.

As aulas iniciaram no clube de Miraflores e, actualmente, estão disponíveis também no clube da Avenida da Liberdade, em Lisboa e no clube da Constituição, no Porto. É nosso objectivo estender este serviço à totalidade dos clubes da cadeia Holmes Place e contribuir, desta forma, para uma melhoria significativa na qualidade de vida desta população especial.

### ***2.2. Holmes Place Contra a Obesidade***

A OMS (Organização Mundial de Saúde) estima que em 2010, na Europa, 150 milhões de adultos e 15 milhões de crianças e adolescentes serão obesos, representando 20% e 10% desses universos populacionais respectivamente. Na União Europeia, incluindo Portugal, a incidência e a prevalência quer da pré-obesidade quer da obesidade têm vindo a aumentar, constituindo um importante problema de saúde pública.

Assim, foi desenvolvida uma campanha de âmbito nacional, dentro da totalidade dos clubes pertencentes à cadeia Holmes Place, onde recebemos 129 pessoas, durante três meses, de forma totalmente gratuita. Os participantes eram seleccionados de acordo com o Índice de Massa Corporal (IMC) que deveria de ser igual ou superior a 30 – Obesidade Nível 1.

No âmbito desta campanha, tentámos de forma pedagógica e regular, elucidar estes participantes para os graves problemas físicos e psicológicos que advêm do estado de obesidade, transformando os seus hábitos quotidianos de alimentação e exercício físico para hábitos mais saudáveis e benéficos. Acreditamos ter feito a diferença na vida de muitas destas pessoas.

### **2.3. Workshop em Alimentação Infantil**

No dia 1 de Junho, Dia Mundial da Criança, aproveitámos para relembrar os adultos de que, em Portugal, cerca de 31.5% das crianças, dos 7 aos 9 anos, têm excesso de peso. Apostando na prevenção, esta iniciativa chegou a 111 pessoas, entre adultos e crianças. Nos três clubes onde o workshop foi realizado - Avenida da Liberdade, Arrábida (Porto) e Braga - foi possível uma troca de experiências vantajosa entre participantes e profissionais e, inclusive, a detecção de alguns casos de crianças em sobrepeso.

### **2.4. Junior Achievement Portugal**

A Junior Achievement Portugal é a congénere portuguesa da Junior Achievement (JA), criada em 1919, nos E.U.A, é a maior e mais antiga organização mundial educativa, sem fins lucrativos. Esta organização desenvolve o empreendedorismo, o gosto pelo risco, a criatividade e a inovação nas próximas gerações.

De entre os muitos projectos que desenvolve, está o Braço Direito, que consiste num dia em que os alunos do Ensino Secundário acompanham voluntários no seu ambiente de trabalho e participam nas suas actividades diárias. Através desta experiência prática, os alunos adquirem conhecimentos sobre a cultura, ética de trabalho e as várias opções de carreiras existentes. Em Maio, recebemos quatro crianças ao abrigo deste Projecto e o balanço final foi extremamente positivo quer para eles quer para nós.

### **2.5. Amigas do Peito – Campanha de Prevenção do Cancro de Mama**

O Cancro de Mama está registado como a segunda causa de morte na mulher e, em cada dia, são diagnosticados treze novos casos em Portugal. Em Dezembro, foi firmada uma parceria com a Associação Amigas do Peito, Associação Humanitária de Apoio à Mulher com Cancro de Mama, com dois objectivos bem definidos: angariação de fundos para a compra de próteses mamárias a quem não as consegue suportar financeiramente e, mais importante ainda, a criação de *awareness* junto da totalidade de sócios. Desde Dezembro que temos disponível no nosso website informação relativa à realização do Auto-Exame, com o objectivo máximo da prevenção.

### **2.6. ACAPO - Associação de Cegos e Amblíopes de Portugal**

No clube de Miraflores, 20 crianças da ACAPO, tiveram uma aula de natação muito especial, dada pelos nadadores Olímpicos Tiago Venâncio e Simão Morgado. Para muitas, este foi mesmo o primeiro contacto com uma piscina e esta experiência serviu para lhes mostrar

que podem participar em actividades físicas como qualquer criança, superando as suas condicionantes.

**2.6.1.** No Estádio Universitário de Lisboa, 30 jovens e adultos portadores de deficiência visual, experimentaram uma aula de RPM dada por instrutores do clube Holmes Place da 5 de Outubro. Ficou provado, a quem praticou e a quem assistiu, que o desporto aumenta o sentimento de conquista e a confiança pessoal das pessoas invisuais.

### **2.7. Rotary Club de Sintra**

Através da colocação de um recipiente de recolha de tampas de plástico, no clube da Quinta da Beloura, é possível entregar, de forma regular, a este organismo, tampas de plástico que servirão para a compra de cadeira de rodas a quem as não pode comprar e, também, serve para passar uma mensagem que apela a uma correcta utilização do plástico.

## **3. Angariar fundos com vista ao apoio de Associações ou Entidades de cariz social**

Neste separador encontramos acções relativas à angariação de fundos e angariação de géneros.

### **3.1. Acreditar – Associação de Pais e Amigos de Crianças com Cancro**

A primeira acção de angariação de fundos do Fit Family destinou-se a apoiar a Acreditar. Através da venda directa de artigos desta Associação, pelo staff Holmes Place, angariamos **€1.961**, em Fevereiro, para que esta associação continue a desenvolver de forma tão profissional e positiva o seu trabalho, como o tem feito desde o seu surgimento.

**3.1.1.** Mais tarde, em Dezembro, voltámos a apoiar esta Associação, através de um Open-day, no Casino do Estoril, em que €1 respeitante à inscrição reverteu para a Acreditar. Angariámos **€1.220**.

### **3.2. Operação Nariz Vermelho – Os Doutores Palhaços em Portugal**

Em Março, através do valor de €5 das cauções, em dia de open-day, entregámos **€1.411.50** a esta Associação.

**3.2.1.** Em Outubro, também através deste método, foram entregues **€1.501.31** para que mais crianças possam sorrir nos hospitais portugueses.

### **3.3. Federação Portuguesa de Desporto para Deficientes**

Através da venda, por parte do staff Holmes Place, de artigos de merchandising subordinados ao tema do Euro 2008, foi possível presentear esta Federação com **€3.360**, para que prossiga a sua actividade de apoio a atletas portadores de deficiências como o tem feito desde 1988.

### **3.4. Banco Alimentar Contra a Fome**

No dia 1 de Junho, Dia Mundial da Criança, através da venda de senhas alimentares desta Instituição, pelo staff Holmes Place, ajudámos o Banco Alimentar Contra a Fome com **€465**.

### **3.5. Cercigaia**

A Cercigaia - Cooperativa para a Educação e Reabilitação de Cidadãos Inadaptados - nasceu em 1976, com um grupo de pais de crianças deficientes mentais que não encontravam resposta para os seus filhos quer em creches, quer em infantários ou escolas. Através da venda do Pirilampo Mágico foi possível entregar-lhes **€369**.

### **3.6. Fundação do Gil**

Num dia totalmente dedicado às crianças, no clube da Quinta da Beloura, ensinámos aos presentes a importância da solidariedade. As crianças e seus pais tiveram a oportunidade de ajudar e a Fundação do Gil, que recebeu um donativo de **€626**.

### **3.7. Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas**

Porque existem uma casa e uma família à espera, o nosso apoio em Novembro foi para a Associação Portuguesa de Crianças Desaparecidas. Esta associação existe para facilitar a recolha e divulgação de informações que possam contribuir para a localização de crianças que desapareceram, coordenado a actuação dos voluntários e sensibilizando a sociedade para este tema. Foram angariados **€8.220**.

### 3.8. Associação Sol

Através da criação de dois modelos exclusivos de t-shirts Fit Family, apoiámos, durante três meses, a causa da Associação Sol. Foram entregues **€1.648** para melhorar a qualidade de vida das crianças que acolhem.

### 3.9. Amigas do Peito

Durante o mês de Dezembro, angariámos **€4.019** para que esta Associação entregue próteses mamárias a mulheres desfavorecidas economicamente, quando, por uma questão de sobrevivência, se viram forçadas a remover o peito.

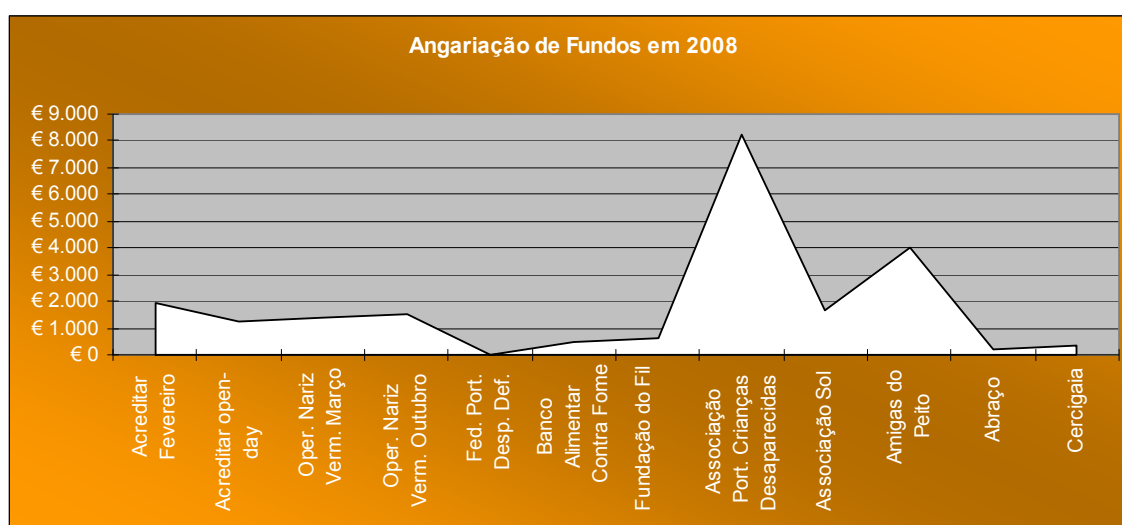
### 3.10. ABRAÇO – Associação de Apoio a Pessoas com VIH/Sida

A Associação Abraço é uma instituição particular sem fins lucrativos, que desenvolve o seu trabalho na área da prestação de apoio às pessoas infectadas e afectadas pelo VIH/SIDA, integradas nos serviços de apoio domiciliário e apoio psicossocial. Entre os dias 28 de Novembro e 1 de Dezembro juntámo-nos ao peditório Anual desta associação e foram angariados **€198**.

### 3.11. Ajuda de Mãe

Por altura da comemoração do Dia da Mãe, apoiámos as jovens mães que precisam de uma pequena ajuda. Entregamos artigos indispensáveis ao dia-a-dia tanto das mães como dos seus bebés.

Resultado Financeiro Global: **€24.998.81**



## ***4. Responsabilidade Social Ambiental***

### ***4.1. ERP Portugal***

A ERP Portugal é uma entidade gestora de resíduos de equipamentos eléctricos e electrónicos (REEE), cuja missão é tratar, valorizar e/ou reciclar este tipo de resíduos. Sob a assinatura 'Corra na Direcção da Saúde Ambiental - Recicle o seu Velho Equipamento Eléctrico e Electrónico', desenvolvemos em parceria com esta organização, diversas acções de sensibilização para a necessidade da adopção de comportamentos mais responsáveis perante o meio-ambiente. Actuamos junto de dois públicos essenciais: os mais novos, oferecendo-lhes sessões pedagógicas e interactivas sobre estes equipamentos e junto dos adultos, oferecendo-lhes os meios para que encaminhem adequadamente estes artigos.

### ***4.2. Assistência Médica Internacional (AMI)***

Desde Junho de 2008 que a cadeia Holmes Place está a reciclar tinteiros e toners usados, numa acção que beneficia directamente a AMI. A empresa que recolhe estes tinteiros e toners, certificada pelo Ministério do Ambiente, paga à AMI pelas quantidades que são entregues.

## ***5. Envolver todos os públicos que interajam com o Holmes Place***

Através de todas as acções já apresentadas e da utilização de meios internos e externos de comunicação disponíveis, é possível actuar junto de todos os públicos que formam o nosso negócio e justificam a nossa existência.

Para o ano de 2009, queremos consolidar as parcerias existentes, dinamizando-as e apresentando novas soluções e, também, estender a nossa missão e vontade em ajudar a novos públicos e entidades que o justifiquem.