

NEWSLETTER INFORM@TIVO DA ADECO

Edição Nº 80 | www.adeco.cv

Nesta Edição

- **Acreditar para Incluir** | A Família na recuperação da dependência química e do alcoolismo
- A Importância do **Bom Atendimento na Proteção dos Consumidores** | Entrevista com Luzito Veiga
- **Informação Jurídica** - Quando existe Legítima Defesa? Requisitos exigidos por lei
- **Saúde nutricional no verão**

Mensagem para os associados e associadas

Olá associado e associada da ADECO,

É com satisfação que apresentamos mais uma edição do Boletim Informativo da ADECO, que reúne informações e conteúdos de interesse nas áreas do consumo, cidadania, inclusão, saúde e bem-estar.

Nesta edição, abordamos, na rubrica de Informação Jurídica, a legítima defesa e os requisitos exigidos por lei. No projeto "Acreditar para Incluir", destacamos o papel da família na recuperação da dependência química e do alcoolismo.

Trazemos ainda uma entrevista com Luzito Veiga sobre a importância do bom atendimento na proteção dos consumidores, bem como uma abordagem sobre saúde nutricional no verão.

Continuamos empenhados em informar e sensibilizar os cidadãos, promovendo o conhecimento dos seus direitos e uma participação mais consciente na sociedade.

Boa leitura!



Acreditar para Incluir - A Família na recuperação da dependência química e do alcoolismo



No âmbito do projeto “Acreditar para Incluir – Fortalecendo as Vozes e os Direitos das Pessoas com Deficiência”, a ADECO realizou, no dia 25 de julho, uma oficina no Centro Terapêutico de Ribeira de Vinha, dedicada ao tema “A Família como Pilar na Recuperação da Dependência Química e do Alcoolismo”.

A iniciativa reuniu pessoas em processo de recuperação, familiares e cuidadores, proporcionando um espaço de reflexão sobre a importância da família no processo de reabilitação, no apoio emocional e no fortalecimento dos laços de confiança e solidariedade.

[Assista ao Vídeo](#)



Importância do bom atendimento na Proteção dos Consumidores - Entrevista com Luzito Veiga

O atendimento ao público é, muitas vezes, o primeiro contacto entre consumidores e empresas. Um atendimento de qualidade, baseado no respeito e no profissionalismo, fortalece a confiança e contribui para relações de consumo mais justas.

Nesta edição, conversámos com Luzito Veiga, formador e especialista em atendimento ao cliente, sobre o papel de um bom atendimento na prevenção de conflitos e na proteção dos direitos dos consumidores.

[Assista ao Vídeo](#)

Informação Jurídica - Quando existe Legítima Defesa? Requisitos exigidos por lei



Já ouviu falar em legítima defesa? Este instituto jurídico permite a uma pessoa proteger-se, ou proteger outra, de uma agressão injusta, desde que a reação seja necessária e proporcional.

Na rubrica Informação Jurídica, a jurista da ADECO, Dirlene Miranda, explica de forma simples quais as situações em que existe legítima defesa e os requisitos exigidos por lei para o seu reconhecimento.

[***Confira no Vídeo***](#)



Saúde nutricional no verão

Com a chegada do verão, a alimentação e a hidratação merecem atenção especial.

A nutricionista Janete Évora partilha recomendações e dicas para ajudar a população a manter uma alimentação equilibrada e fazer escolhas mais adequadas nos dias de maior calor. [Assista ao Vídeo](#)

Fortaleça a Causa da Proteção do Consumidor

O seu papel é Fundamental

A participação de cada associado é essencial para continuarmos a construir uma comunidade mais informada, consciente, solidária e conhecedora dos seus direitos enquanto consumidores.

O envolvimento dos nossos associados permite à ADECO reforçar a defesa dos consumidores, acompanhar e denunciar práticas comerciais abusivas, desenvolver conteúdos informativos, contribuir para políticas e leis mais protetoras e promover ações de formação que incentivam uma cidadania mais ativa.

A ADECO mantém firme o compromisso de informar, orientar, representar e defender os consumidores, disponibilizando conhecimento e apoio perante os desafios que fazem parte do dia a dia.

Porque defender os consumidores é uma responsabilidade de todos.



Como você pode ajudar na defesa dos direitos dos consumidores?

A defesa dos direitos do consumidor é um trabalho coletivo e você pode fazer parte dele! Muitas vezes, pequenas ações fazem uma grande diferença para garantir que os direitos dos consumidores sejam respeitados.

Mas como pode contribuir? Aqui estão algumas formas:

- Informe-se e compartilhe conhecimento — quanto mais consumidores souberem os seus direitos, mais forte será a nossa voz.
- Denuncie irregularidades — se encontrar práticas abusivas, reclame! Isso ajuda a criar um mercado mais justo.
- Participe das nossas ações — a sua voz é essencial para pressionar por mudanças e melhorias.

Acompanhe o nosso programa de televisão ***"Defesa do Consumidor" todas as 5ª feiras a partir das 19H45, na TCV.***

Visite o nosso site ***www.adeco.cv***, lá disponibilizamos muitos conteúdos sobre o mundo do consumo.

Playlist dos Programas de Televisão

Playlist dos Programas de Rádio

Juntos, fortalecemos os direitos dos consumidores!

Chegamos ao fim desta edição da nossa newsletter, mas a defesa dos direitos dos consumidores continua todos os dias! O seu envolvimento e apoio são fundamentais para garantir um mercado mais justo, transparente e sustentável para todos.

Tem dúvidas, sugestões ou quer relatar alguma situação?

Entre em contato conosco, estamos aqui para o ajudar. Acompanhe-nos nas redes sociais e fique sempre atualizado sobre os seus direitos e as nossas iniciativas.

Obrigado por estar conosco nesta caminhada! Juntos, fazemos a diferença. Até a próxima edição!

Seja associado(a) da ADECO! **A s s o c i e - s e** à única associação de defesa do consumidor em Cabo Verde. Envie um e-mail para **informacaoadeco@gmail.com**, manifestando seu interesse, ou visite o site: **www.adeco.cv** para obter mais informações.



SEDE: São Vicente

Bairro Holanda, Monte Sossego, C.P. 330, São Vicente, 2110, Cabo Verde

Telefone: 232 70 33

Telemóvel: 973 32 30

Email: informacaoadeco@gmail.com

DELEGAÇÃO: Santiago

Rua Serpa Pinto Plateau - Instalações Associação Zé Moniz

Telemóvel - 971 38 74

adeco.delegacaopraia@gmail.com

DELEGAÇÃO: Sal

Espargos - Instalações da Associação Valorizar Sal

Telemóvel - 955 33 02

adeco.delegacaosal@gmail.com

DELEGAÇÃO: Boa Vista

Sal Rei - Edifício Polivalente Djidjung, 1º Piso

adeco.delegacaoboavista@gmail.com

Telemóvel - 9888380