



ASSOCIAÇÃO DE APOIO AOS DEFICIENTES VISUAIS  
DO DISTRITO DE BRAGA

# RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2022

**ÍNDICE**

<b>INTRODUÇÃO .....</b>	<b>3</b>
<b>ORGANOGRAMAS .....</b>	<b>5</b>
<b>ASSOCIADOS .....</b>	<b>5</b>
<b>ATIVIDADES REALIZADAS .....</b>	<b>6</b>
ÁREA TÉCNICA: REABILITAÇÃO .....	6
ÁREA TÉCNICA: ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL.....	8
ÁREA TÉCNICA: SERVIÇO SOCIAL .....	10
ÁREA TÉCNICA: PSICOLOGIA.....	11
<b>ATIVIDADES COMUNS ÀS RESPOSTAS SOCIAIS .....</b>	<b>11</b>
<b>CAVI – Centro de Apoio á Vida Independente.....</b>	<b>12</b>
<b>BALANÇO DO TRABALHO REALIZADO .....</b>	<b>14</b>

## INTRODUÇÃO

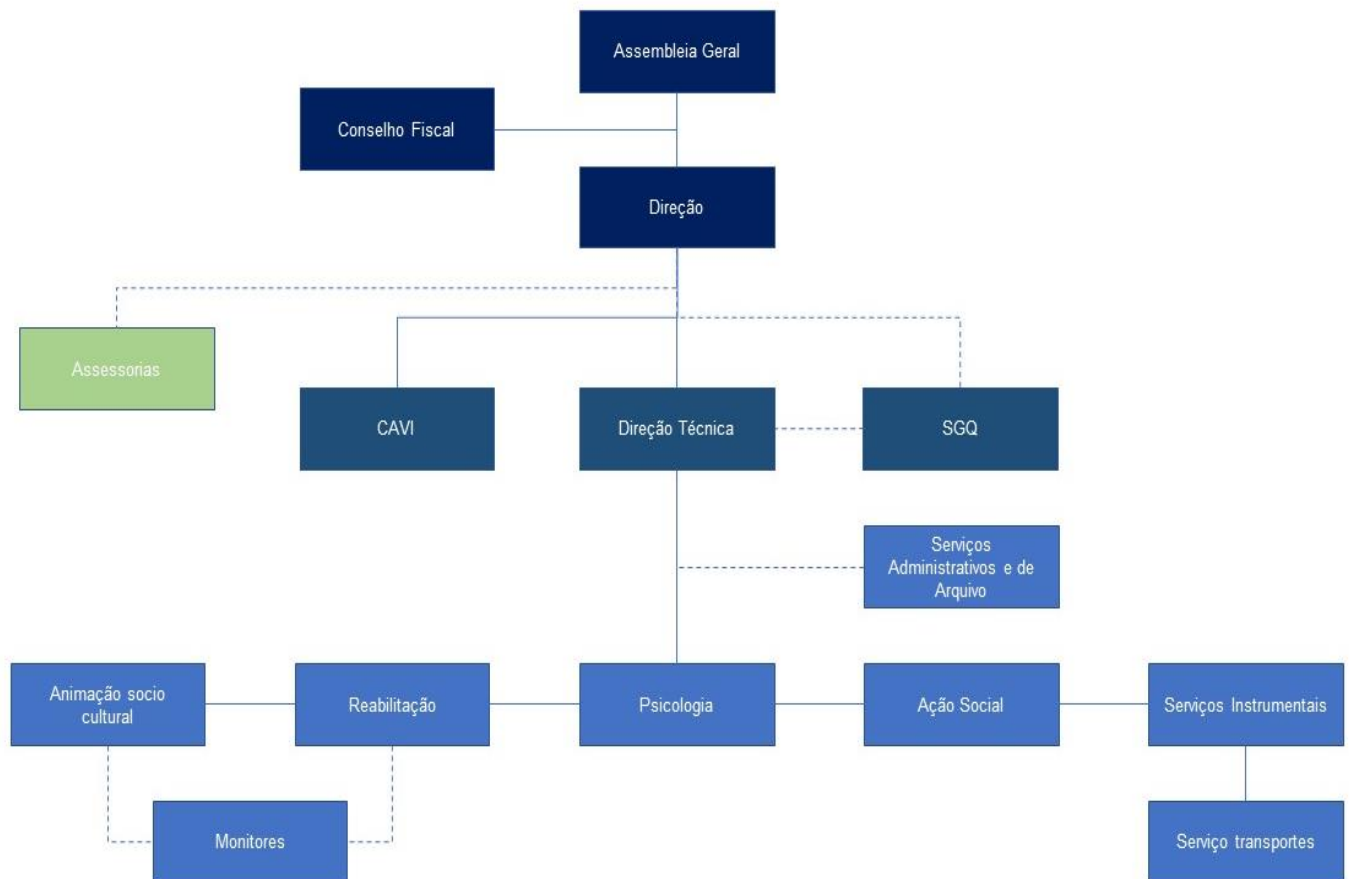
À semelhança de anos anteriores, o presente relatório tem como objetivo a descrição das atividades desenvolvidas pela AADVDB no ano de 2022, considerando que estas foram realizadas em concordância com o previsto no plano de atividades do ano correspondente.

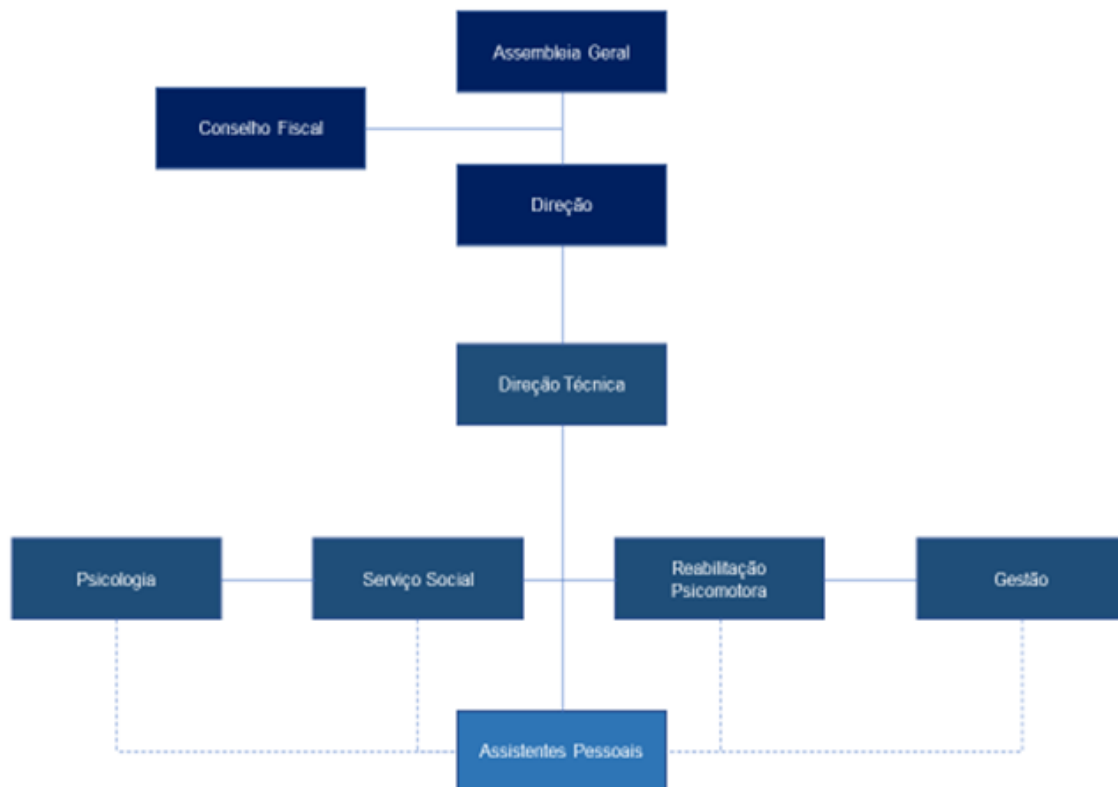
Em 2022 assistiu-se a uma reestruturação da área da reabilitação com a entrada de um novo técnico que iniciou funções através da medida do IEFP, Estágio-Emprego, de Janeiro até outubro, ingressando logo de seguida, nos quadros da Instituição. Este elemento procurou dar continuidade às atividades previstas, no entanto, teve necessidade de adaptar e ajustar o plano inicial. Assumimos que ocorreram desvios ao plano preconizado para 2022, no entanto sempre consideramos que um plano de ação não deve ser estanque e que deve ser flexível às mudanças inerentes às circunstâncias da vida.

Tendo em conta a atual conjuntura económica e social, encontramos-nos num pós pandemia e a vivenciar uma Guerra na Europa, o que envolve toda a sociedade e afeta social e economicamente a vida de todos, nomeadamente a AADVDB. Desta forma, a execução das atividades pelas diferentes respostas sociais só foi possível através da otimização dos recursos existentes e da dinamização de ações para a obtenção de novas formas de apoio e suporte. Todos os nossos parceiros sociais desempenham um papel fundamental na concretização da nossa missão social e na manutenção da qualidade dos nossos serviços.

Neste sentido, o presente documento descreve as atividades realizadas durante o ano de 2022, nas respostas sociais de Reabilitação, Animação sociocultural, Serviço Social e Psicologia. Do mesmo modo, serão descritas as atividades realizadas pelo CAVI – Centro de Apoio à Vida Independente.

**ORGANOGRAMA INSTITUCIONAL**  
**Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga**



**ORGANOGRAMA**  
**CAVI – Centro de Apoio á Vida Independente da Póvoa de Lanhoso****ASSOCIADOS**

Durante o ano de 2022, a AADVDB registou um total de 553 sócios.

## ATIVIDADES REALIZADAS

*ÁREA TÉCNICA: REABILITAÇÃO*

No âmbito da área da Psicomotricidade, as atividades a realizar apenas tiveram o seu início em fevereiro, tendo em conta o elevado número de casos de Covid-19 que afetaram funcionários, bem como utentes. Assim sendo, o regresso à normalidade, ocorreu após este período atípico, devolvendo o normal funcionamento das rotinas da associação após reunidas as condições ideais para o efeito. Importa ainda mencionar, que o atual técnico de Reabilitação Psicomotora, iniciou funções no início do ano, embora os primeiros contactos com os utentes apenas se tenham verificado no período acima identificado.

Tendo em conta as especificidades da deficiência visual, perfil dos utentes e as suas necessidades, foram desenvolvidas as seguintes atividades no ano de 2022

1. **Hidroginástica:** As sessões de hidroginástica estão disponíveis para todos os utentes que frequentam a Associação, realizando-se todos os dias em que existem grupos, pela manhã, nas Piscinas Municipais da Póvoa de Lanhoso. Permite a realização de atividade física que combina exercícios aeróbicos com a natação, tem por objetivo primordial o fortalecimento dos músculos e melhorar a condição motora do utente. O trabalho com o psicomotricista permite ao utente o desenvolvimento do esquema corporal, do equilíbrio muscular, da coordenação geral e segmentar e dos vários eixos envolvidos no movimento. Além disso favorece o relaxamento e o processo de reabilitação terapêutica. O meio aquático também oferece benefícios na área emocional-social e aumenta a autoconfiança, favorecendo ainda a socialização.

2. **Estimulação cognitiva através de atividades lúdicas/jogos:** permitem aos utentes de uma forma lúdica e interativa, capacitar as suas funcionalidades, particularmente na área cognitiva. Através de “simples” jogos de mesa, os utentes estimulam a memória, a atenção, o raciocínio, entre outros. Torna-se uma excelente ferramenta de socialização, promovendo nos utentes o espírito de equipa, bem como estimular a competitividade de forma saudável.

3. **Sessões de showdown:** é uma modalidade desportiva criada para pessoas com deficiência visual, inventada em 1960 por um canadiano com deficiência visual, chamado Joe Lewis, que contou com a colaboração de outro atleta canadiano, Patrick York, também com deficiência visual, para aprimorar as regras e equipamento desta modalidade. O objetivo do jogo é lançar a bola até ao outro lado da mesa de jogo, sem que a mesma bata no ecrã central e tentando marcar golo na baliza adversária. Esta atividade requer apenas uma mesa especificamente desenhada para a atividade, duas raquetes próprias para a modalidade, bola com guizos e viseiras opacas. Existe a procura pela estimulação auditiva, bem como a melhoria da destreza manual.

4. **Sessões de ginástica e atividade motora:** aulas com exercícios adaptados à fase da vida e condição em que se encontram os utentes, na qual o técnico tem o papel de facilitador para os alunos, na procura dos benefícios recorrentes da prática de atividade física, procurando um ambiente descontraído e divertido, estimulando a frequência às aulas. O objetivo destas sessões, incide essencialmente no trabalho da resistência e força muscular, capacidade cardiorrespiratória, equilíbrio e mobilidade, procurando exercícios, que permitam integrar todos os utentes do grupo. Embora seja notória a discrepância em termos de agilidade motora entre pares, as sessões são sempre adaptadas à maioria, utilizando maioritariamente o peso corporal na realização dos exercícios propostos.

5. **Sessões de orientação e mobilidade:** a área de orientação e mobilidade assume particular importância na reabilitação da pessoa com deficiência visual. É o principal ponto de partida para a autonomia de qualquer pessoa com baixa visão ou cega.

6. **Demonstração de Goalball na escola:** No dia 14 de dezembro a convite da Escola Profissional do Alto Ave: EPAVE, realizou-se uma demonstração de Goalball. A demonstração foi constituída pelas seguintes fases: inicialmente procedeu-se a uma breve apresentação sobre as especificidades da deficiência visual; em seguida os alunos passaram à demonstração dos movimentos para realizar o lançamento da bola corretamente, culminado numa situação real de jogo. A atividade contou com a presença de dois utentes afetos à modalidade.

7. **Ação de sensibilização e caminhada inclusiva:** No âmbito da comemoração da SEMANA EUROPEIA DA MOBILIDADE 2022, promovida pelo Município, em articulação com a AADVDB, CAVI – Póvoa de Lanhoso e Escola Secundária da Póvoa de Lanhoso, foi levada a cabo uma Ação de Sensibilização e uma Caminhada Inclusiva inseridos no tema, “Melhores Ligações”. Contou com a presença de vários utentes, que apresentaram o seu depoimento, consciencializando para as dificuldades sentidas, os grandes obstáculos encontrados nas mais simples deslocações do quotidiano, inclusive com a demonstração das suas diferentes formas de apoio à mobilidade.

Outros:

- Participação na atividade “Ateliers de Trabalhos Manuais”;
- Participação na comemoração dos aniversários dos utentes;
- Visitas e passeios no exterior com os utentes;
- Participação na atividade organizada pela AADVDB “Santos Populares”;
- Participação na atividade “Magusto”;
- Participação no almoço anual de Natal, organizado pela Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso.
- Intermediário na venda de produtos de apoio, específicos para a deficiência visual, em cooperação com a empresa ATARAXIA.
- Participação na organização do 26º Aniversário da AADVDB

## ÁREA TÉCNICA: ANIMAÇÃO SOCIOCULTURAL

---

### Reabilitação Terapêutica

A área da reabilitação terapêutica, conjuga o trabalho realizado no âmbito da Animação Sociocultural, bem como o levado a cabo pelo técnico de Reabilitação Psicomotora. Ambos os profissionais realizam trabalho conjunto, estando determinadas atividades alocadas a uma área específica tal como está exposto a seguir.

No que concerne ao trabalho realizado pela técnica de Animação Sociocultural, foram realizadas as seguintes atividades no ano de 2022

**1. Aniversário dos utentes:** Durante o ano de 2022, foram comemorados todos os aniversários dos utentes que frequentam a instituição. Nestes aniversários são cantados os parabéns com a oferta do bolo de aniversário e bebidas.

**2. Sessões de Alfabetização:** Estas sessões têm vindo a acompanhar alguns utentes há vários anos. O treino deste tipo de competências é fundamental na preservação das capacidades adquiridas.

**3. Ateliers de Trabalhos Manuais:** Os ateliers são constituídos por três grupos de utentes que frequentam semanalmente esta Associação. Um dos grupos optou por não realizar esta atividade. Os utentes Maximino Lima e António Batista, elaboram um banco em corda e outros elementos tapetes em farrapos. Na época Natalícia os utentes executaram enfeites de Natal com massa de moldar em formato de estrelas, corações, árvores de natal, sinos e anjos em papel para pendurarem na sua árvore.

**4. Projeto Saúde:** A funcionar uma vez por mês com cada grupo de utentes, o projeto saúde decorre da parte da manhã, onde são realizados rastreios, nomeadamente a medição de Glicémia, Colesterol, Tensão arterial e Peso. Este projeto pretende dar-nos a conhecer algum fator de risco que se venha a detetar e a partir daí encaminhar o utente para o seu médico de família, a fim de atempadamente poderem avaliar o risco e as possíveis terapias para o utente se manter saudável.

**5. Santos Populares:** No mês de junho, tradicionalmente comemoram-se os Santos Populares, e a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga não é exceção. Assim sendo, no dia 28, 29 de junho e 1 de julho a Instituição organizou na sede da mesma uma sardinhada para os seus utentes. A iniciativa contou com um churrasco de sardinhas e carnes, a tradicional broa de milho, melão e melancia como sobremesa, num ambiente de festa, alegria e muito convívio entre todos, acompanhado pela música das marchas populares.



**6. Verão em Movimento:** Nos meses de julho e agosto os utentes da AADVDB, puderam desfrutar de um conjunto de atividades no exterior. Os utentes que semanalmente frequentam a Instituição, puderam aproveitar os dias de verão em várias atividades, passeio de barco no Gerês, com almoço convívio num restaurante típico da região, várias idas à praia da Apúlia, e à praia fluvial do Faial e duas idas à praia de Samil em Espanha.

**7. Churrasco convívio:** A 13, 14 e 16 de setembro, promovemos um churrasco convívio em todos os grupos que fizeram parte do projeto verão em movimento, para que pudessem conviver entre si e dar por finalizadas as atividades de verão.

Neste almoço não faltou boa disposição e boa música.

**8. Magusto:** Nos dias 11; 15;16 e 17 de novembro a AADVDB, comemorou o Dia de São Martinho com todos os utentes que frequentam a instituição, onde não faltaram castanhas e vinho. A tradição nunca se perde.

Outros:

- Participação na organização do 26º Aniversário da AADVDB,
- Publicações no feednoticias no facebook da Instituição,
- Promoção de jogos de mesa e de estimulação cognitiva,
- Visitas e passeios no exterior com os utentes,

---

*ÁREA TÉCNICA: SERVIÇO SOCIAL*

No ano de 2022 a área de Serviço Social da AADVDB funcionou com nos meses de julho a dezembro, devido a baixa médica e conseqüente licença de maternidade da Técnica. Neste período de ausência, as situações de emergência social e que necessitaram de uma intervenção imediata foram asseguradas pela Assistente Social do CAVI. Durante os últimos meses do ano, deu-se continuidade às atividades previstas:

Para a concretização dos objetivos a que se propôs, o Serviço Social centrou-se em dois grandes pontos:

1. Atendimento, acompanhamento e apoio técnico
2. Avaliação *in loco* através das visitas domiciliárias.

De seguida passa-se à explanação de cada um destes pontos, no que se refere a objetivos alcançados, metodologias implementadas e atividades realizadas:

-O Acompanhamento, de modo a assegurar apoio técnico, tendo em vista a prevenção e resolução de problemas sociais de cada pessoa e família;

-Informação detalhada sobre a forma de acesso e recursos, equipamentos e serviços sociais que permitam às pessoas e família o exercício dos direitos de cidadania e de participação social; através de pedidos de atribuição de prestações de carácter eventual com a finalidade de colmatar situações de emergência social e de comprovada carência económica; Pedido de ajudas técnicas;

-Planeamento e organização da intervenção social;

As visitas domiciliárias não foram possíveis de concretizar na dimensão a que se propôs, pelo motivo já mencionado.

A técnica de Serviço Social acumula funções de Direção Técnica.

---

**ÁREA TÉCNICA: PSICOLOGIA**

---

Durante o ano de 2022, o serviço de Psicologia da AADVDB apenas esteve em funcionamento a partir do mês de Setembro, devido a baixa médica e licença de maternidade da Psicóloga. No retorno ao serviço, tornou-se premente realizar avaliações psicológicas pendentes, a novos utentes, e reavaliar utentes com historial de acompanhamento anterior. Neste sentido, a intervenção focou-se no atendimento, acompanhamento e apoio psicoterapêutico individual. A avaliação clínica permite fazer uma triagem de casos, com vista a um acompanhamento mais adequado, articulando a intervenção terapêutica com os restantes técnicos da associação. Em termos de psicopatologia, continua a existir uma maior predominância de sintomatologia depressiva e ansiogénica. Neste sentido, a intervenção psicoterapêutica foi adaptada às necessidades individuais, atribuindo-se uma maior importância à psicoeducação.

Outras atividades:

- Acompanhamento telefónico de utentes
- Realização de ofícios e outros documentos
- Apoio a candidaturas.

#### ATIVIDADES COMUNS ÀS RESPOSTAS SOCIAIS

- Realização de triagens;
- Realização de contactos telefónicos sistemáticos com utentes;
- Apoio nas atividades do “Verão em Movimento”;
- Apoio na realização de candidaturas a projetos;
- Apoio na organização de eventos da associação.

## CAVI – Centro de Apoio à Vida Independente

No decorrer do ano 2022, o CAVI Póvoa de Lanhoso, da Associação de Apoios aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, integrou 19 novos destinatários, perfazendo um total de 94 destinatários com o apoio da assistência pessoal desde o início do projeto.

Foram terminados 11 planos de assistência no corrente ano, não podendo ainda ser considerados términos com sucesso ou sem sucesso, pois essa avaliação é da responsabilidade do I.N.R. (Instituto Nacional para a Reabilitação), sendo que os critérios para a avaliação dos mesmos não são ainda conhecidos.

O CAVI Póvoa de Lanhoso ministrou duas formações durante o presente ano de 2022. A primeira – Formação Inicial de Assistentes Pessoais -, com a duração de 50 horas, decorreu com início a 20 de maio de 2022 e terminou a 29 de maio de 2022. Esta formação é de caráter obrigatório para o acesso ao exercício da função de assistente pessoal e deve, também obrigatoriamente, ser ministrada por cada um dos projetos piloto CAVI todos os anos. A Formação deste ano contou com 15 inscritos para a frequência da mesma, sendo que concluíram com sucesso 8 formandos. Perfez um total de 100 formandos desde o início do projeto, não ultrapassando assim o rácio máximo, estabelecido em candidatura, de 120 formandos.

A segunda – Formação Complementar de Assistentes Pessoais -, com a duração de 25 horas, iniciou a 19 de novembro de 2022 e terminou a 27 de novembro de 2022. Esta formação, que deve, obrigatoriamente, ser frequentada, anualmente, por todos os assistentes pessoais, permite dotar estes profissionais de mais e melhores competências para a prestação da assistência pessoal, assim como o esclarecimento de dúvidas com vista à melhoria da assistência e dos serviços prestados aos destinatários. Frequentaram os 16 Assistentes Pessoais que integram a equipa do CAVI.

No dia 7 de julho, o CAVI da Póvoa de Lanhoso desenvolveu, em parceria com o CLDS 4G Lanhoso, uma ação de sensibilização com o objetivo de desmitificar a deficiência e aludir para a importância da inclusão de pessoas com deficiência na sociedade. Esta atividade enquadrou-se nas atividades do Quartel da Cidadania – Verão 2022, direcionado para dois grupos de crianças.

No dia 22 de setembro, no âmbito da Comemoração da Semana Europeia da Mobilidade 2022 – “Melhores Ligações”, o CAVI da Póvoa de Lanhoso promoveu uma ação de sensibilização relativamente à mobilidade de uma pessoa com deficiência visual, do trabalho desenvolvido do Assistente Pessoal com o mesmo e consciencialização dos alunos da Escola Secundária da Póvoa de Lanhoso para as suas respetivas dificuldades/necessidades na deslocação da via pública.

No dia 20 de novembro, na comemoração da XII Semana Municipal para a Igualdade e Não Discriminação, beneficiários do CAVI da Póvoa de Lanhoso participaram no Café Concerto Inclusivo com uma atuação de guitarra e canto. No dia 21 de novembro, no decorrer da XII Semana Municipal para a Igualdade e Não Discriminação, a técnica de Reabilitação Psicomotora foi oradora no Seminário “Percurso da Inclusão”.

Estas ações foram dinamizadas com o objetivo de divulgar este projeto piloto e assim dar a conhecer o papel do Assistente Pessoal e do serviço de assistência pessoal, bem como desmistificar a deficiência e aludir para a importância da inclusão de pessoas com deficiência nas diversas esferas da sociedade e da vida social.

**BALANÇO DO TRABALHO REALIZADO**

Como descrito neste documento, o plano de atividades para 2022 sofreu alterações, revelando-se aqui a flexibilidade e o ajuste às necessidades do momento, da nossa intervenção social. Continuamos a desempenhar o nosso trabalho sempre numa perspetiva de crescimento e de desenvolvimento das nossas respostas sociais.

Em 2022, a área da Reabilitação e a área de Psicologia, sofreram forçosamente uma reestruturação.

No caso da Reabilitação com a contratação, do até então, estagiário e no caso da Psicologia com a saída, da Dra. Margarida Silva, que rescindiu contrato, dando lugar á contratação de um novo técnico para o seu lugar.

Estas mudanças, apesar de ressentidas para a Equipa Técnica, são também sentidas para os utentes que naturalmente com o tempo criam laços, todavia processam-se de forma normativa dentro das regras a que são sujeitas e são entendidas como parte integrante do crescimento profissional dos técnicos, assim como, da longevidade da nossa instituição.

Neste último ano salientamos o aumento exponencial do número de utentes (10) a frequentar semanalmente e a usufruir das atividades que dispomos, numa clara expressão do incremento das carências decorrentes do surgimento tanto pela pandemia, como pela Guerra na Ucrânia, que tornou ainda mais premente a existência de respostas sociais, como a nossa instituição.