



ASSOCIAÇÃO DE APOIO AOS DEFICIENTES VISUAIS  
DO DISTRITO DE BRAGA

# RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2023

## INDÍCE

<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 .....	11
ÁREA TÉCNICA: PSICOLOGIA.....	12
<b>ATIVIDADES COMUNS ÀS RESPOSTAS SOCIAIS .....</b>	<b>12</b>
<b>CAVI – Centro de Apoio à Vida Independente.....</b>	<b>13</b>
<b>BALANÇO DO TRABALHO REALIZADO .....</b>	<b>15</b>

## INTRODUÇÃO

O presente documento consiste no Relatório de Atividades e Gestão de 2023 da Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga (AADVDB), procedimento anual obrigatório cujos trâmites devem obedecer uma sequência pré-estabelecida pelos Serviços da Segurança Social.

A sua elaboração é feita pela Equipa Técnica da valência CAARPD, constituída pelo Técnico Superior de Reabilitação Psicomotora, Assistente Social, Psicóloga, Animadora Sociocultura, e pela Equipa Técnica da valência CAVI – Psicóloga, Socióloga, Assistente Social e Técnica Superior de Reabilitação Psicomotora.

Em Julho de 2023, através do IEFP, iniciaram o seu estágio dois técnicos, nomeadamente na área da Psicologia e em Serviço Social, dando um grande contributo nas atividades implementadas pelos nossos técnicos ao longo do ano, para além da aprendizagem que têm, no dia-a-dia da Associação. É seguramente uma boa aposta, a que devemos dar continuidade.

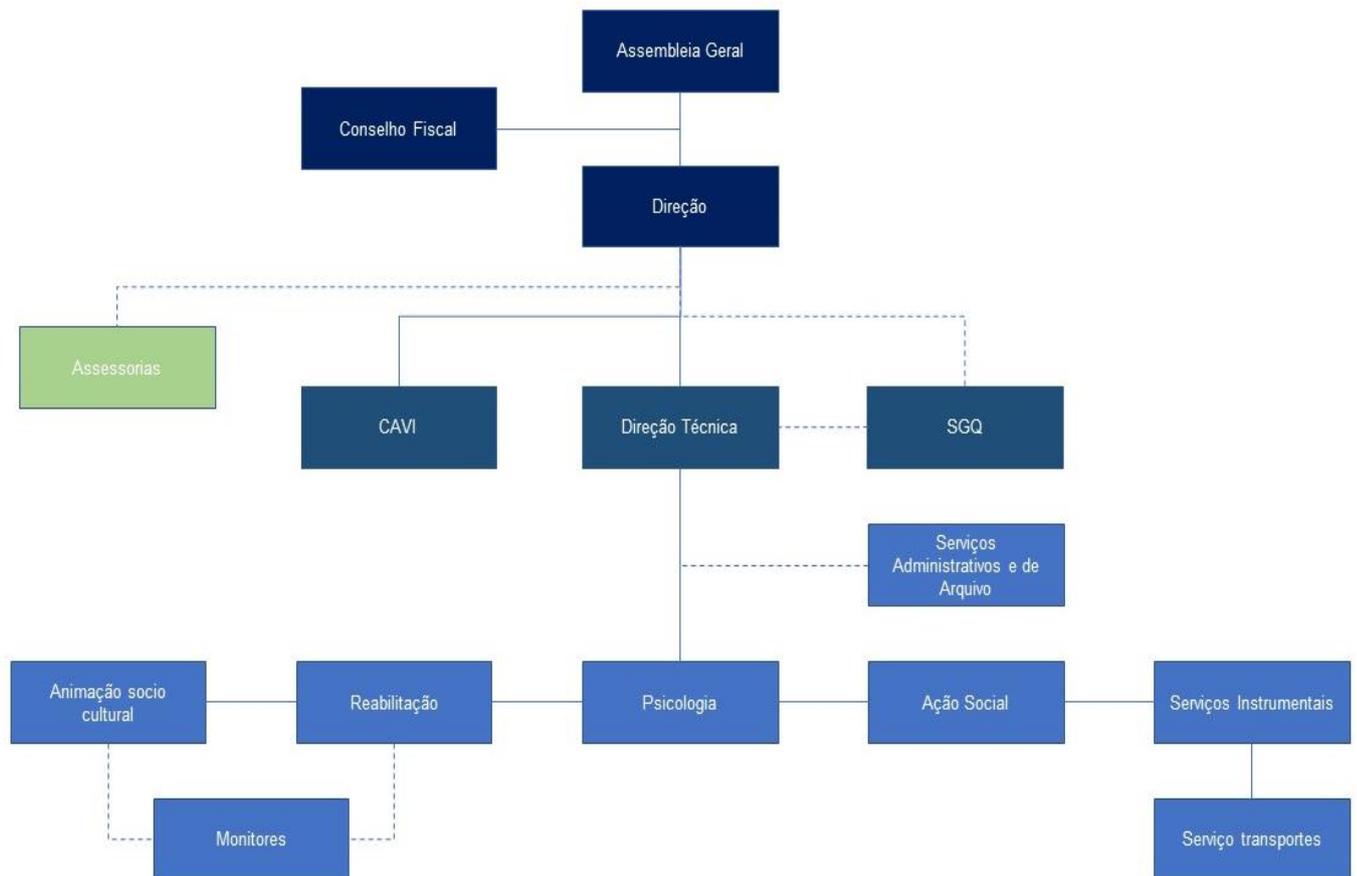
Em agosto de 2023, temos o afastamento da Diretora Técnica da Associação, por recomendação médica da gestante, sendo desde logo substituída, pela Diretora Técnica do CAVI, que desta feita, acumula funções nas duas valências.

O marco principal do ano foi seguramente a passagem da Associação para um Centro de Apoio, Atendimento e Reabilitação de Pessoas com Deficiência, - CAARPD, assinado em dezembro 2023, com o Instituto da Segurança Social.

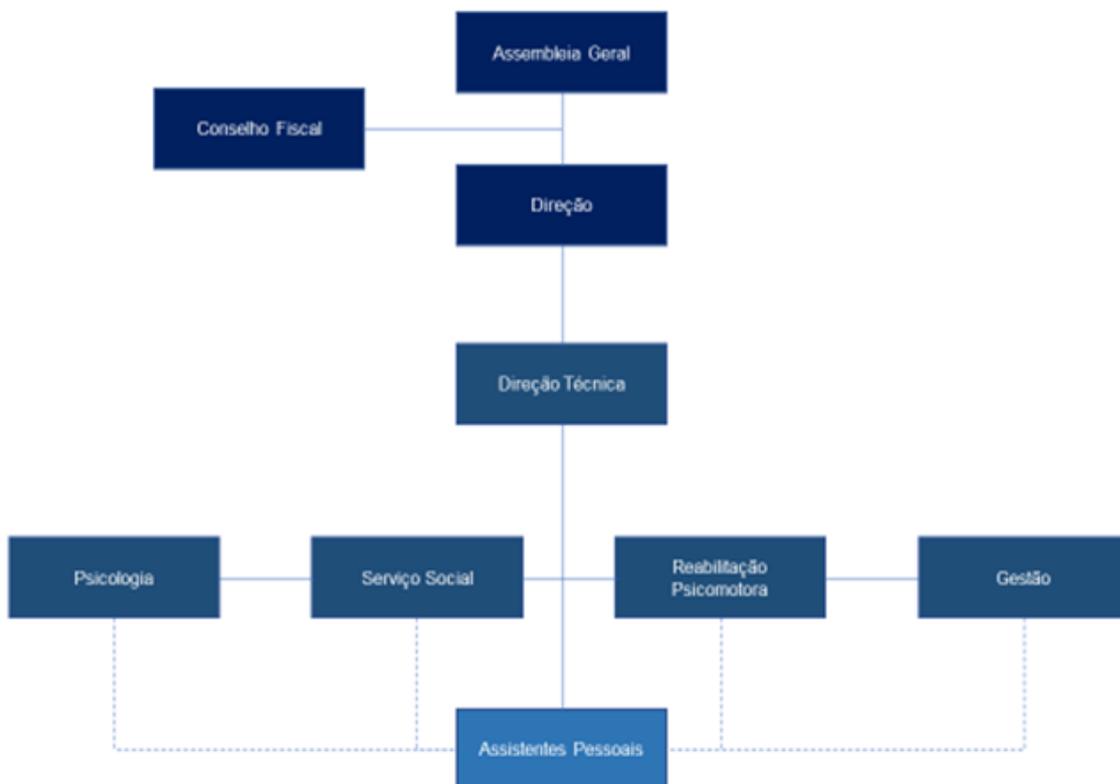
Antes de descrevermos a estrutura do documento, queremos expressar o nosso agradecimento a todos quantos generosa e desinteressadamente, continuaram a acreditar na AADVDB e na missão que ela prossegue. Essa generosidade traduziu-se em: tempo, talento, donativos, ofertas em géneros e monetárias e teve expressão para conseguirmos concretizar o Plano de Atividades de 2023.

Apesar de ter sido um ano atribulado, muitos foram os que nos continuaram a honrar com a sua solidariedade e a sua cidadania canalizada para a nossa instituição, demonstrando, dessa forma, a sua confiança no nosso trabalho.

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



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



**ASSOCIADOS**

Durante o ano de 2023, a AADVDB registou um total de 555 sócios.

## ATIVIDADES REALIZADAS

*ÁREA TÉCNICA: REABILITAÇÃO*

Tendo em conta as especificidades da deficiência visual, perfil dos utentes e as suas necessidades, foram desenvolvidas as seguintes atividades no ano de 2023

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 showdown na escola:** No dia 28 de novembro de 2023 a convite do Município e inserida na comemoração da Semana da Igualdade, realizou-se uma demonstração de showdown, que contou com a presença de alunos da Escola Secundária, bem como da Escola Profissional do Alto Ave: EPAVE. 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 ao longo de uma situação real de jogo, culminado num confronto entre alunos e utentes. A atividade contou com a presença de seis utentes, sendo quatro deles afetos à modalidade.

Outros:

- Participação na atividade “Ateliers de Trabalhos Manuais”;
- Participação na comemoração dos aniversários dos utentes;
- Visitas e passeios no exterior com os utentes;
- Participação no convívio de Carnaval, organizado pela Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso.
- 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 27º Aniversário da AADVDB
- Acompanhamento dos utentes na semana de férias na Quinta do Rego;
- Cooperação na realização do evento, Inauguração da Rádio União a Nossa Voz.

## 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 trabalham em cooperação, 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 2023.

1. **Aniversário dos utentes:** Durante o ano de 2023, 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, realizam-se uma vez por mês e têm vindo a acompanhar alguns utentes já 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 dois grupos de utentes que frequentam semanalmente esta Associação (Grupos de Quinta e Sexta Feira). O grupo de Quarta Feira optou por não realizar esta atividade, e o grupo de terça feira, pretende dar início no ano de 2024.

Na época Natalícia os utentes do grupo de Quinta Feira, executaram um trabalho de Natal que consistia na pintura e enfeite de um frasco, no qual introduzimos uma vela para assim iluminar as suas casas nesta época natalícia.

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. **Visita Inclusiva ao Castelo de Lanhoso:** A visita inclusiva ao Castelo de Lanhoso foi promovida pelo Município da Póvoa de Lanhoso a 30 março com o grupo de Quinta – Feira. Esta iniciativa consistiu numa visita guiada pelo Castelo de Lanhoso pelo guia turístico do Município.

6. **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 27, 28 e 30 de junho a Instituição organizou na sede da mesma uma sardinhada para os seus utentes.

A iniciativa contou com um churrasco de sardinha 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.

7. **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 alguns dias de sol com idas à praia Fluvial do Faial e da Apúlia, às Piscinas Municipais da P.L.V e à Carvalha de Calvos, com visita guiada e preparo de refrescos naturais.

8. **Almoços Convívio:** Estes almoços convívio eram realizados trimestralmente com os utentes de cada grupo, no sentido de haver um maior convívio fora das atividades já agendadas.

9. **Magusto:** Nos dias 14; 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.

10. **Semana da Igualdade:** A Semana da Igualdade é uma Iniciativa do Município da Póvoa de Lanhoso, que decorre todos os anos entre os meses de novembro e dezembro, na qual temos uma participação assídua e ativa.

Este ano a iniciativa decorreu de 25 de novembro a 6 de dezembro, com a participação da Associação no dia 28, com uma demonstração de Showdown na Escola Secundária da Póvoa da Lanhoso; a 29 com a participação numa dança comunitária/coletiva da Escola de Dança: Póvoa Dança; a 30 do mesmo mês estava prevista uma visita a um museu inclusivo do qual faz parte na “Rota dos Monumentos Inclusivos”, mas como estava a chover foi cancelada. Após a apresentação oral desta Rota, por parte do município decorreu um almoço convívio com as Instituições envolvidas.

Já no mês de dezembro, dia 5 realizou-se mais um “Café Concerto”, onde atuam utentes de várias Instituições Concelhias. A AADVDB, participou neste evento levando a palco uma música “Ser Diferente é Normal” de Gilberto e Preta Gil, com adaptações, interpretada pelos elementos do Grupo de Sexta-Feira.

Para Finalizar a nossa participação nesta semana da igualdade, fomos à Casa do Livro na Vila da Póvoa de Lanhoso, onde os utentes escolhiam aromas previamente selecionados pela equipa da Biblioteca e faziam individualmente o seu frasco da felicidade.

11. **Almoço de Natal:** Nos dias 14,15,19 e 20 de dezembro, a AADVDB organizou na sua sede, um almoço de Natal para cada grupo que frequenta a instituição. Neste almoço não faltou o típico bacalhau ou o lombo assado e a sobremesa contemplou os doces tradicionais de Natal.

**Outros:**

- Sessão de informação sobre a Deficiência Visual com a equipa da CERICI Braga;
- Colaboração no Almoço de Natal, promovido pela Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso;
- Participação na Semana da Igualdade;
- Publicações no Feednotícias do 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 2023 a área de Serviço Social da AADVDB funcionou com a técnica Célia Esteves nos meses de janeiro a agosto, 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, a técnica Cátia Martins. Durante todo o 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*

O serviço de psicologia da AADVDB no ano de 2023 foi composto por uma técnica a tempo parcial que rescindiu contrato, tendo sido substituída em fevereiro, no mesmo regime. Em julho, o serviço foi reforçado, contando com a intervenção de uma psicóloga estagiária, a tempo inteiro.

Neste domínio, foram desenvolvidas as seguintes atividades ao longo do ano:

### **1. Consultas de avaliação e intervenção individuais:**

Foram realizadas consultas de avaliação psicológica que permitiram a triagem de casos, visando um acompanhamento personalizado às necessidades de cada utente. Assim, a intervenção psicológica foi adaptada às necessidades individuais identificadas, incidindo na prevenção e remediação de sintomas psicopatológicos, isolamento social, a desadaptação a fatores de stresse relacionados com a deficiência, a superproteção da família e rede de apoio, e promoção de hábitos e estilos de vida saudáveis. Salienta-se a pertinência da constante articulação com os restantes técnicos da equipa.

### **2. Consultas presenciais e por telefone a familiares de utentes e a assistentes pessoais**

### **3. Acompanhamento a consultas (Psiquiatria, Oftalmologia) e a terapias (Snoezelen)**

### **4. Articulação com SNS – solicitação do apoio da proteção civil – prevenção do suicídio**

### **5. Visita domiciliária, velório, internamento hospitalar e institucionalização psiquiátrica**

### **6. Realização de contactos telefónicos com utentes.**

## ATIVIDADES COMUNS

- Transporte extraordinário de utentes (Barcelos-AADVDB; Paragem de autocarro-AADVDB)
- Acompanhamento diário dos utentes ao restaurante e colaboração no empratamento
- Colaboração nas atividades da semana da igualdade e não discriminação
- Apoio nas atividades das férias Turismo Rural DM;
- Apoio nas atividades do “Verão em Movimento”;
- Apoio na organização de eventos da associação (Inauguração da Rádio);
- 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 Lanhos

No decorrer do ano 2023, o CAVI Póvoa de Lanhoso da Associação de Apoios aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, integrou 8 novos destinatários, perfazendo um total de 101 destinatários com o apoio da assistência pessoal desde o início do projeto.

Foram terminados 9 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 2023. A primeira – Formação Inicial de Assistentes Pessoais -, com a duração de 50 horas, decorreu com início a 15 de abril de 2023 e terminou a 20 de maio de 2023. Esta formação é de carácter obrigatório para o acesso ao exercício da função de assistente pessoal. A Formação deste ano contou com 13 inscitos para a frequência da mesma, sendo que concluíram com sucesso 10 formandos. Perfez um total de 113 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 18 de novembro de 2023 e terminou a 27 de novembro de 2023. 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 15 Assistentes Pessoais que integram a equipa do CAVI.

Durante o ano de 2023, o CAVI encerrou financiamento com o POISE, a 31 de março de 2023. Desde o dia 1 de abril que o CAVI da Póvoa de Lanhoso se encontra com protocolo com a Segurança Social, que são renovados de seis em seis meses. O financiamento mensal foi calculado pelos valores médios gastos enquanto tutelado pelo POISE.

No dia 19 de janeiro, o CAVI da Póvoa de Lanhoso participou e integrou beneficiários do mesmo nas celebrações dos 28 anos da AADVDB.

No dia 17 de março, inauguração da Rádio União – A nossa voz, projeto que surgiu durante a assistência pessoal entre o Sr. Presidente Domingos Silva e o seu assistente pessoal.

No dia 24 de agosto, elaboração e participação na atividade/convívio preparação de refrescos/piquenique, em conjunto com o Centro de Interpretação Carvalho de Calvos, onde os beneficiários puderam aprender a fazer refrescos com frutas e especiarias, usufruíram de um piquenique e, no final, abraçaram de forma coletiva o Carvalho de Calvos.

No dia 2 de novembro, lançamos o primeiro podcast do CAVI – Vozes Inclusivas, onde os beneficiários apresentam a sua história de vida, o antes e depois de usufruírem de CAVI. Os episódios serão lançados todas as quintas-feiras, às 8 horas da manhã, no *spotify*, e às 10 horas da manhã, na página do Facebook do CAVI. Algumas gravações estarão também em formato vídeo.

No dia 28 de novembro, participação na demonstração de Showdown na Escola Secundária da Póvoa da Lanhoso, na Semana da Igualdade, promovida pelo município.

Estas ações foram dinamizadas com o objetivo de consolidar o trabalho efetuado pelo nosso CAVI, bem como continuar a promover o mesmo e 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 2023 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 2023, a área de Psicologia sofreu a alteração de técnico, sendo que iniciou funções como psicóloga a Dra. Catarina Jardim. Esta mudança teve impacto principalmente com os utentes da associação, que naturalmente demoram o seu tempo a criar laços, principalmente nesta área tao sensível como é a psicologia, onde é necessário haver empatia e entregar em cada sessão.