

RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2024



AADVDB

Associação de Apoio aos Deficientes
Visuais do Distrito de Braga


INDÍCE**Conteúdo**

INDÍCE	1
INTRODUÇÃO	2
ORGANOGRAMA INSTITUCIONAL.....	3
ÁREA TÉCNICA: REABILITAÇÃO TERAPÊUTICA.....	4
ÁREA TÉCNICA: SERVIÇO SOCIAL	8
ÁREA TÉCNICA: PSICOLOGIA.....	9
ATIVIDADES COMUNS	10
CAVI – Centro de Apoio á Vida Independente	11
Conclusão	12
ÊNIO DO TRABALHO REALIZADO	12
LANÇO DO TRABALHO REALIZADO.....	12



INTRODUÇÃO

O presente relatório visa registar factos, mas principalmente, interpretá-los, tendo em vista a construção de uma memória futura relativamente á atividade desenvolvida pela Equipa Técnica do CAARPD e CAVI, da Associação de Apoio aos deficientes Visuais do Distrito de Braga, assim como, a parte financeira da mesma no ano de 2024.

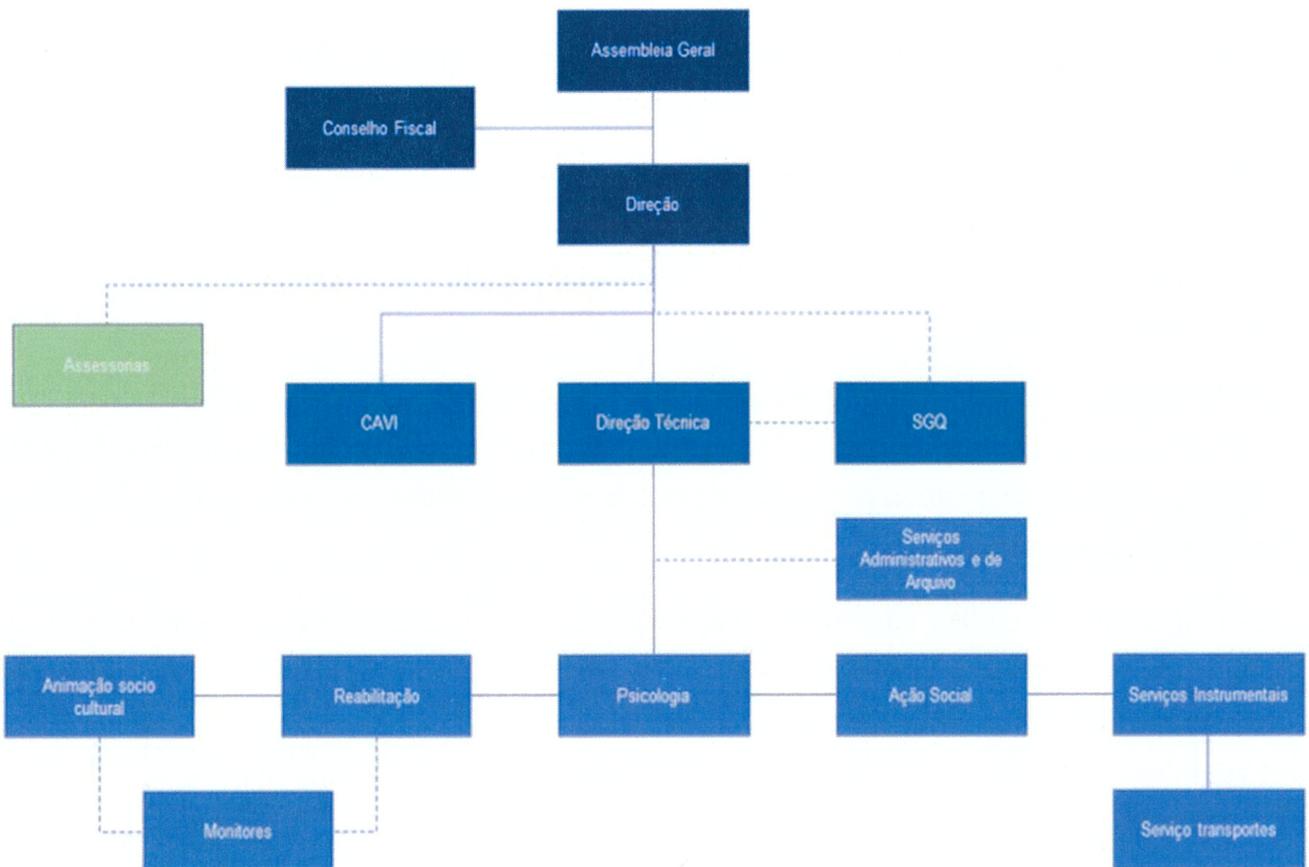
O Relatório de Atividades e Contas que se apresentam espelham o trabalho desenvolvido, focado no apoio, acompanhamento e capacitação da nossa população alvo de intervenção.

A AADVDB, durante o ano de 2024, pautou a sua atividade pelo cumprimento quase integral do Plano de Atividades aprovado para o referido período. Decorrido o ano de atividade, o presente Relatório, tem como objetivo explicar todo o trabalho promovido e desenvolvido em prol do melhoramento da qualidade de vida das pessoas integradas nos diferentes serviços/respostas sociais.

O trabalho desenvolvido nesta Associação configura um progresso gradual e que se considera sólido e firme na história da Instituição. Sendo um testemunho histórico do seu dia-a-dia, o presente documento espelha o crescimento desta Instituição de Solidariedade Social que conta já com uma equipa de mais de 40 colaboradores ao serviço dos utentes, beneficiários dos diferentes serviços disponíveis.

Solicitando a aprovação deste imprescindível instrumento de gestão, são descritas especificamente a implementação e dinamização das atividades desenvolvidas ao longo do ano, assim como os serviços considerados mais representativos, como sejam no CAARPD e no CAVI.

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





ÁREA TÉCNICA: 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 2024.

1. **Aniversário dos utentes:** Durante o ano de 2024, 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:** As sessões de Alfabetização realizam-se uma vez por mês e têm vindo a acompanhar alguns utentes há vários anos. O treino deste tipo de competências é fundamental na preservação das capacidades adquiridas. Algumas destas sessões não foram concretizadas por sobreposição de outras atividades não registadas em plano.

3. **Ateliers de Trabalhos Manuais:** Na época Natalícia os utentes dos grupos de quinta e sexta-feira, executaram um trabalho de Natal que consistia na elaboração de uma árvore de Natal com cartão e fio (sisal), decorado com bolas de azevinho artificiais. Alguns utentes orgulhosos do seu trabalho, enviaram-nos fotografias das suas árvores de Natal a decorar as suas casas nesta época natalícia.

4. **Projeto Saúde:** Em prática já a alguns anos, funciona 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. **Sessões de Dança Inclusiva:** No mês de janeiro do corrente ano, começaram a ser ministradas aulas de dança aos utentes desta instituição, fruto de um projeto promovido pela Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso. Estas sessões à exceção do grupo de terça-feira por não haver compatibilidade de horário, foram realizadas com



os três restantes grupos que frequentam a instituição. Para cada grupo foram disponibilizados dois meses de Dança Zumba, o que perfaz 6 meses do Projeto Pinta Sorrisos

6. **Carnaval:** A 12 de fevereiro, realizou-se no pavilhão desportivo da Escola Secundária da Póvoa de Lanhoso, um desfile de fantasias de Carnaval, promovido pelo Município da Póvoa de Lanhoso, com as instituições concelhias.

A AADVDB participou neste desfile, fantasiados de abelhas, cujos fatos foram confeccionados na instituição.

7. **Comemoração do Dia da Mulher:** No dia 8 de março do corrente ano, comemoramos o Dia da Mulher com o grupo de sexta-feira, numa festa intimista e animada, com música, lanche e muita animação. No decorrer desta comemoração, oferecemos a cada mulher deste grupo uma flor a sinalizar o dia.

8. **Projeto da Quinta ao Garfo:** Sessão de sensibilização sobre a importância da hidratação na nossa saúde e como evitar situações de desidratação. “Beber água ao longo do dia, não sabe o bem que lhe fazia!”. Estas sessões decorreram durante o mês de novembro. As sessões consistiram em apresentar receitas e execução de águas aromatizadas e audição de vídeos alusivos à temática.

Durante esta sessão foram então confeccionados refrescos naturais, com limão, canela, hortelã e outros produtos naturais para dar sabor à água e assim torná-la mais apetecível.

9. **Rota dos Monumentos Inclusivos:** Programa promovido pelo Município da Póvoa de Lanhoso. No âmbito deste projeto os utentes do grupo de sexta-feira, tiveram a oportunidade de visitar de forma inclusiva dois monumentos do concelho da Póvoa de Lanhoso.

Realizadas a 22 de março, visitaram, o Mosteiro de Fontarcada e o de Nossa Senhora de Porto de Ave. A Rota do Românico.

10. **Santos Populares:** No mês de junho, tradicionalmente comemoram-se os Santos Populares, e a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, comemorou esta data na Quinta do Rego em Santo Emilião, freguesia do Concelho da Póvoa de Lanhoso, com um almoço convívio, entre utentes, colaboradores e direção. A iniciativa teve um ambiente de festa, alegria e muito convívio entre todos, acompanhado pela música das marchas populares.

11. **Verão em Movimento:** Nos meses de julho, agosto e setembro 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, de Verim e praia da Apúlia, visitando também São Bento da Porta Aberta, Santa Luzia em Viana do Castelo e Santuário da Penha em Guimarães.

12. **Magusto:** Não querendo que a tradição se perca! Nos dias 12; 13;14 e 15 de novembro, a AADVDB comemorou o Dia de São Martinho, com todos os utentes que frequentam da instituição, onde não faltaram castanhas, vinho e muita animação.

13. **Jogos de Mesa e de Estimulação Cognitiva:** Entre inúmeros jogos que fazemos com os nossos utentes, sejam de mesa ou de carácter cognitivo, destaquei o dominó. Isto porque é um jogo do agrado da maioria dos utentes e porque com este jogo trabalha-se a cognição. O Dominó permite desenvolver toda uma estratégia de jogo e, por isso, é ótimo para desenvolver habilidades que ajudam a prevenir a perda de memória. Este jogo estimula a memória, ao despertar a concentração, a percepção tátil, o raciocínio lógico, promovendo também o convívio social.

14. **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 sempre uma participação assídua. No dia 3 de dezembro, realizou-se mais um “Café Concerto”, onde atuam utentes de várias Instituições Concelhias. A AADVDB, participou neste evento levando a palco uma música que nos falava de liberdade e democracia, “A Gaivota”, interpretada pelos elementos do Grupo de terça feira.

Outros:

- Colaboração no Almoço de Natal, promovido pela Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso;
- Publicações no Feednoticias do Facebook da Instituição;
- Colaboração na atividade da Urban Race, promovido pela CMPL;
- Visitas no exterior da instituição;
- Colaboração no 28º aniversário da AADVDB;
- Caminhadas no exterior.

No âmbito da área da Psicomotricidade,

Tendo em conta as especificidades da deficiência visual, perfil dos utentes e as suas necessidades, foram desenvolvidas as seguintes atividades no ano de 2024, em exclusividade pelo técnico de Reabilitação Psicomotora, juntando-se às enumeradas acima, onde o mesmo auxiliou na sua organização e teve participação ativa nas dinâmicas associadas à área da Animação Sociocultural.

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. **Urban Fit Race:** No dia 31 de maio de 2024, os utentes da AADVDB, tiveram a oportunidade de participar na Urban Fit Race Inclusiva 2024, tendo sido a primeira prova nacional inclusiva, onde participaram vários utentes de várias IPSS's da Póvoa de Lanhoso.

Tal como mencionado anteriormente, o técnico teve participação em atividades tais como:

- Participação na atividade “Ateliers de Trabalhos Manuais”;
- Participação na comemoração dos aniversários dos utentes;
- Visitas e passeios no exterior com os utentes;

ÁREA TÉCNICA: SERVIÇO SOCIAL

No ano de 2024 a área de Serviço Social da AADVDB funcionou nos meses de julho a dezembro, devido a baixa médica e consequente 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. o atendimento, acompanhamento e apoio técnico e 2. a 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 2024 começou por ser composto por uma técnica a tempo parcial que em fevereiro completou horário e uma estagiária também com horário completo que em abril terminou o seu estágio.

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. Intervenções psicológicas em grupo:**

- Programa de intervenção psicológica “Laços de Família” – com 8 sessões dinamizadas com os 4 grupos de utentes do CAARPD
- Programa de intervenção psicológica “Normal é ser diferente” – com 4 sessões dinamizadas com as crianças do pré-escolar do Município da Póvoa de Lanhoso (Santa Casa da Misericórdia e Escola Básica da Póvoa de Lanhoso), do Colégio João Paulo II – Pólo Sete Fontes (turmas dos 4 anos) e da Escola Básica de Tamel Santa Leocádia (turmas do 1º ciclo e turma do Jardim de Infância).

4. Formação complementar

- Formação de 11h – “Prevenção da saúde mental: assistentes pessoais no apoio às pessoas com deficiência ou incapacidade” – desenvolvida junto dos assistentes pessoais do Centro de Apoio à Vida Independente da Póvoa de Lanhoso.

5. Dinamização de uma atividade no exterior

Entre os dias 9 e 11 de janeiro, os utentes da AADVDB participaram na atividade “Oficina do Oleiro | Histórias de Cântaros e Cantarinhas”, na Casa da Memória, em Guimarães, dinamizada e orientada pela oleira Maria Fernanda Braga. Os utentes manusearam e exploraram o barro na roda do oleiro com supervisão e apoio da oleira e criaram uma peça personalizada.

6. Acompanhamento a consultas (Psiquiatria, Oftalmologia) e a terapias (Snoezelen)

- 7. Articulação com SNS – solicitação do apoio da proteção civil – prevenção do suicídio**
- 8. Visita domiciliária, velório, internamento hospitalar e institucionalização psiquiátrica**
- 9. Realização de contactos telefónicos com utentes e familiares**

ATIVIDADES COMUNS

- Transporte extraordinário de utentes (Barcelos-AADVDB; Paragem de autocarro-AADVDB; Guimarães-Vizela-AADVDB)
- Acompanhamento diário dos utentes ao restaurante e colaboração no empratamento;
- Colaboração nas atividades da semana da igualdade e não discriminação;
- Apoio nas atividades do “Verão em Movimento”;
- Apoio na organização de eventos da associação (Aniversário da Associação);
- 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.
- Participação no evento “Urban Fit Race”, organizado em colaboração com a Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso.

CAVI – Centro de Apoio á Vida Independente

A 16 de março de 2024, o CAVI da Póvoa de Lanhoso assinou acordo de cooperação com o Instituto da Segurança Social a fim de dar continuidade aos trabalhos iniciados a 3 de dezembro de 2018. Assim, o CAVI passou a ser uma resposta social da AADVDB.

No decorrer do ano 2024, o CAVI Póvoa de Lanhoso da Associação de Apoios aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, integrou 10 novos destinatários, perfazendo um total de 112 destinatários com o apoio da assistência pessoal desde o início desta resposta social. Foram terminados 3 planos de assistência no ano de 2024.

O CAVI Póvoa de Lanhoso ministrou duas formações durante o presente ano de 2024. A primeira – Formação Inicial de Assistentes Pessoais -, com a duração de 50 horas, decorreu com início a 30 de setembro de 2024 e terminou a 19 de outubro de 2024. Esta formação é de carácter obrigatório para o acesso ao exercício da função de assistente pessoal que contou com 8 formandos, perfazendo um total de 121 formandos desde o início do projeto. A segunda – Formação Complementar de Assistentes Pessoais -, com a duração de 25 horas, iniciou a 18 de novembro de 2024 e terminou a 28 de novembro de 2024. 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 22 Assistentes Pessoais que integram a equipa do CAVI.

Como, habitualmente, em anos anteriores, foram realizadas visitas regulares para avaliação semestral, face à satisfação com cada assistente pessoal atribuído. Foi introduzida também uma nova avaliação, esta trimestral, relativa à satisfação dos beneficiários com o CAVI, enquanto resposta social diferenciadora na sua vida. A par das avaliações periódicas, obrigatórias, foram realizadas visitas de mediação familiar e consultas individuais de apoio psicossocial com assistentes pessoais, amiúde, consoante necessidade de cada caso.

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.



Conclusão

O Relatório de Atividades sendo um instrumento de gestão que procura evidenciar os vários recursos utilizados e os fatores que contribuíram para os resultados em função dos objetivos estabelecidos, consubstancia uma análise essencial para a reflexão da organização sobre os seus pontos fortes – no sentido da sua maximização – mas também as suas debilidades, o que permite um autoconhecimento que favorece a melhoria contínua.

As organizações com uma gestão orientada para resultados obrigam-se a uma análise ainda mais cuidada e a um exercício mais aprofundado, no qual deverão ser apreciadas as ações e projetos que foram desenvolvidos e o seu contributo quer para a área geral de intervenção, quer para o desempenho comparativo da instituição.

Para a elaboração do presente relatório foi efetuado o levantamento, em todas as áreas, nomeadamente no CAARPD e CAVI da informação respeitante ao grau de execução das atividades planeadas para 2024.