

Plano de Actividades 2 0 1 2





NOTA INTRODUTÓRIA

Esta Associação procura envolver os deficientes visuais na sociedade e, simultaneamente, despertá-la para as problemáticas que estas pessoas vivem voltando-se para o exterior e procurando, através dos mais diversos mecanismos, fomentar pontes que conduzam à mudança de atitudes face à deficiência visual. Procura também inculcar nos invisuais o sentido de pertença numa lógica de inclusão familiar, associativa, cultural e social, promovendo a autonomia, a auto-estima, a aceitação da condição física, a mobilidade e orientação, o bem-estar psicológico e a sociabilização.

Desde logo a condição de “deficiente visual”, per si, acarreta situações de isolamento, marginalização, solidão e exclusão social, na maior parte dos casos, em contextos de carência efectiva, pobreza e quadros psicológicos bastante complexos, tanto a nível individual quanto a nível familiar. Em muitos casos, a AADVDB acaba por ser, para os invisuais oriundos um pouco de todo o distrito, a casa reconfortante, acolhedora, segura, que conhece os seus problemas, as suas reais dificuldades, que os ajuda e ensina a utilizar as suas qualidades e potencialidades, que os compreende como seres humanos totais e que se mostra sempre disponível para eles.



RELAÇÕES COM O EXTERIOR

- SITE: O site <http://aadvdb.org.pt> este serviço está em desenvolvimento com o objectivo de se tornar mais dinâmico e funcional, facilitando o acesso aos nossos associados. Revela-se um eficaz meio de informação para a comunidade.

- Parcerias:
 - Jornal Correio do Minho e Maria da Fonte, com periodicidade quinzenal, tem-se revelado um excelente veículo de divulgação das actividades, dos serviços da nossa associação e assume-se como um importante elo de ligação ao exterior.
 - Protocolos com o Hospital de Braga, Barcelos e Guimarães, pretendemos melhorar o atendimento das pessoas portadoras de deficiência visual nos serviços de saúde.
 - A Missão Mágica é uma empresa de promoções, acções de solidariedade, publicidade, marketing e responsabilidade social especialistas em fund raising, divulga e angaria fundos para a associação.



A AADVDB possui como linhas de força que sustentarão a sua acção num futuro próximo: quem somos, para onde queremos ir e que caminhos trilhar, fica explicito nos vectores que apresentamos de seguida:

Actividades gerais:

Actividades	Objectivos
Aniversário da AADVDB	Comemoração do Aniversário da AADVDB, numa festa convívio para todos os associados.
Angariação de Fundos	Angariação de fundos através de campanhas de sensibilização no apoio à sustentabilidade financeira da AADVDB.
Candidaturas/Programas	Estas candidaturas serão realizadas no âmbito do Fundo Social Europeu, Programa Nacional de Saúde, Instituto Nacional de Reabilitação ou a outro mecanismo de apoio financeiro e logístico.
Comemorações	Comemoração das Efemérides mais significativas e de interesse para os associados (Natal, Martinho, Dia da Bengala Branca, Santos Populares, e outros a definir)



Serviços:

Administrativa

Tarefas	Objectivos
Registar e arquivar a correspondência geral	Executar tarefas administrativas relativas ao funcionamento da AADVDB seguindo procedimentos estabelecidos, tarefas relacionadas com o expediente geral, de modo a agilizar o trabalho diário na Associação
Redigir e emitir correspondência geral	
Organizar o arquivo físico	
Organizar o arquivo digital	
Atender e encaminhar o público nomeadamente utentes	
Actualizar informações relativas aos utentes (quotas, moradas, telefones)	
Elaborar, mensalmente, gráfico do consumo de gasóleo, das viaturas da Associação	
Elaborar, mensalmente, gráfico do nº de Quilómetros, efectuados pelas viaturas da Associação	
Elaborar, mensalmente, gráfico do nº de atendimentos efectuados na Associação	
Recepcionar, registar e arquivar os atendimentos diários, com recolha de assinaturas dos utentes e Técnicos da Associação e por fim validação da Directora Técnica	
Marcação de atendimentos e transportes, solicitados pelos utentes, para consultas e exames médicos	
Emissão de recibos (Quitação, quotas, donativo, comparticipação nas despesas de transporte, aluguer de instalações)	
Actualização e registo mensal da folha de recibos, com arquivamento da respectiva documentação	
Actualização e registo mensal da Folha do Caixa, com arquivamento da respectiva documentação e por fim a ser entregue á Contabilidade	
Efectuar pedido e recepcionar material administrativo	



Serviço Social

Actividades	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Atendimento, acompanhamento e apoio técnico	Avaliação das necessidades de cada utente; diagnóstico das situações-problema; identificação de potencialidades e recursos pessoais, familiares, sociais e comunitários susceptíveis de serem promovidos e rentabilizados; estímulo da consciencialização de capacidades e competências próprias, bem como recursos disponíveis.	Técnica Superior de Serviço Social; articulação com outros profissionais que eventualmente acompanhem os utentes	Sala de atendimento; processos do utente.	Anual
Acompanhamento familiar sistémico através de visitas domiciliárias	Uma das preocupações é perceber as causas e os efeitos dos problemas sociais, bem como a sua incidência na vida das pessoas, grupos e comunidades.	Técnica Superior de Serviço Social e Psicóloga	Viatura para transporte (serviço externo)	Anual
Participação nas reuniões da Rede Social do concelho da Póvoa de Lanhoso	Plataforma de articulação de diferentes parceiros públicos e privados, que assenta no trabalho de parceria alargada, efectiva e dinâmica e visa o planeamento estratégico da intervenção social local, que articula a intervenção dos diferentes agentes locais para o desenvolvimento social.	Técnica Superior de Serviço Social	A definir	Trimestral
Protocolos com os Hospitais de Braga, Barcelos e Guimarães	Articulação de forma a desenvolver estratégias de melhoria permanente no acompanhamento de cidadãos portadores de deficiência visual.	Técnica Superior de Serviço Social	A definir	Trimestral
Venda de material tiflotécnico	Permitir que os utentes tenham disponíveis materiais tiflotécnicos de forma a ajudá-los a ter autonomia	Técnica Superior de Serviço Social	Material tiflotécnico	Anual
Actividades Novos Projectos	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Implementação de um projecto de qualidade e capacitação dos serviços sociais	Melhorar a qualidade da intervenção das equipas técnicas das entidades públicas e privadas que desenvolvem programas de reabilitação. Melhorar o desempenho e certificar as organizações que desenvolvem a sua actividade no âmbito do sistema de prestação de serviços às pessoas com deficiências e incapacidades, através da atribuição de um certificado de qualidade.	Técnica Superior de Serviço Social, todos os colaboradores	A definir	Anual
Protocolos com Autarquias, Centros de Saúde e Juntas de Freguesia	Articulação de forma a desenvolver estratégias de melhoria permanente no acompanhamento de cidadãos portadores de deficiência visual.	Técnica Superior de Serviço Social	Viatura para transporte (serviço externo)	Trimestral



Actividades	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Sessões de atendimento, acompanhamento e apoio psicoterapêutico individual	Proporcionar tratamento psicoterapêutico individual aos utentes que apresentem sintomatologia clínica e/ou perturbação psicológica	Psicóloga; articulação com outros profissionais que eventualmente acompanhem os utentes	Sala de atendimento; processos clínicos do utente	Anual
Sessões de acompanhamento familiar: sessões terapêuticas individuais a famílias, quer na AADVDB, quer através de visitas domiciliárias	Proporcionar um acompanhamento familiar consistente, no sentido de favorecer a adaptação e a inclusão social do deficiente visual; identificar e diagnosticar factores de stress e de risco nas famílias de modo a actuar nessas situações	Psicóloga e articulação com Técnica do Serviço Social	Sala de atendimento; processos clínicos do utente; viatura para transporte (serviço externo)	Anual
Sessões de acompanhamento psicoeducativo individual	Proporcionar um acompanhamento psicoeducativo aos sócios filhos de utentes deficientes visuais com dificuldades escolares, realizando um trabalho complementar ao que já é desenvolvido nas escolas.	Psicóloga; articulação com outros agentes educativos (pais e professores)	Sala de atendimento; processos clínicos	Anos lectivos 2011/2012 e 2012/2013 (com excepção dos meses de Julho e Agosto)
Sessões de acompanhamento sócio-profissional	Acompanhar, encaminhar e informar os utentes relativamente a questões sócio-profissionais, como por exemplo, processos de RVCC, EFA, elaboração de um CV, entre outras.	Animadora Sócio Cultural e Psicóloga	Sala de atendimento; processos clínicos	Anual (apenas quando solicitada)
Sessões de sensibilização nas escolas	Sensibilizar e mobilizar a comunidade escolar, para a igualdade de oportunidades e direitos das pessoas com deficiência visual	Animadora Sócio Cultural; Psicóloga - intervenção na componente teórica das sessões de sensibilização; Técnico Superior de Motricidade Humana/Reabilitação - intervenção na componente prática das sessões	Viatura para transporte (deslocações às escolas do distrito)	A programar as escolas do distrito
Actividades Novos Projectos	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Sessões de grupo de esclarecimento/sensibilização	Informar e sensibilizar sobre problemáticas psicológicas comuns; promover o desenvolvimento pessoal e social dos utentes; aprender a reconhecer sintomas	Psicóloga	Sala de atendimento; material de recolha de informação	A programar (duração aproximada de uma sessão com a duração de uma hora para cada grupo, para cada área temática)
Sessões de grupo de promoção de competências diversas	Complementar e enriquecer os atendimentos individuais; promover o desenvolvimento pessoal e social dos utentes, através da promoção de competências diversas	Psicóloga	Sala de atendimento; Planificações das sessões	A programar (duração aproximada de um mês para cada grupo)



Actividades	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Actividades Lúdico - Expressivas	Ateliers de Trabalhos Manuais, Teatro, Musica, Dança, entre outros.	Animadora Socio Cultural	Sala de Trabalhos Manuais, Matéria Prima, Material de Desgaste	Anual excepto meses de verão
Parceria com o Centro de Interpretação da Carvalha de Calvos - CICC	Promoção de actividades relacionadas com a descoberta de plantas aromáticas, medicinais e a sua composição.	Animadora Socio Cultural	A definir	Anual
Exibição da peça de Teatro - Dia Mundial do Teatro	Este dia será comemorado com a apresentação da peça de teatro "A Semente da Verdade", encenada por um grupo de utentes da AADVDB.	Animadora Socio Cultural, Animador Cultural/Desporto	Sala Cenário	27 de Março Dia Mundial do Teatro
Visita ao Museu do Papel da Moeda (Porto) Dia Internacional dos Museus	O museu do papel da moeda revela a história do dinheiro e do papel fiduciário em Portugal e reúne um espólio notável com várias coleções de que são exemplo as notas do Banco de Portugal. Hoje é conhecido como um museu sem barreiras por ser acessível a todos, nomeadamente às pessoas com Deficiência Visual	Animadora Socio Cultural, Técnico de Motricidade Humana, Animador Cultural/Desporto, Monitores	Autocarro	18 Maio Dia Internacional dos Museus
Exibição do Filme de Helen Keller	Exibição do Filme Infantil de Hellen Keller, a história de uma menina coragem que adquiriu tripla deficiência na infância. Esta sessão, visa a sensibilização das crianças do 1º ciclo.	Animadora Socio Cultural, Psicóloga	Instalações - sala de recursos	Abril
Projecto: Centro de Recursos da AADVDB	Dinamização do Centro de Recursos. Este projecto permite ao utente usufruir do espaço, assim como requisitar audio-livros, livros em braille e em formato digital, revistas em braille, audio e filmes de audio-descrição.	Animadora Socio Cultural	Sala do Centro de Recursos	Anual
Alfabetização ao nível da escrita a negro	Promover a assinatura a negro, como um meio facilitador para o rompimento de algumas barreiras do preconceito e informar a sociedade que o portador de deficiência visual, também é um cidadão que através de um gesto consciente e pessoal pode deixar a sua marca, a sua identidade.	Animadora Socio Cultural	Sala do Centro de Recursos Réguas/Guia s Caneta Papel	Anual
Sessões de Sensibilização nas Escolas	Objectiva a sensibilização e mobilização da comunidade escolar, para a igualdade de oportunidades e direitos das pessoas com Deficiência Visual. Promovendo a participação das escolas e da comunidade numa sociedade que deve ser para todos.	Animadora Socio Cultural, Técnico de Motricidade Humana, Psicóloga	Material Informático Artesanato Material Tiflotécnico	Outubro
Comemoração de Efemérides (quando solicitado pela direcção)	Comemoração das Efemérides mais significativas e de interesse para os associados (Natal, Aniversario, Martinho, Dia da Bengala Branca, Santos Populares, e outros a definir	Animadora Socio Cultural	A definir consoante a efeméride	Anual



Segurança em Casa e na Rua Dia Mundial da Vítima	Visita da PSP ou GNR à sede da AADVDB para uma palestra informativa, alertando os utentes para alguns cuidados a ter na rua e em casa, nomeadamente, para situações de assalto, burlas, violência, etc	Animadora Socio Cultural	Sala Mesas Cadeiras	22 de Fevereiro Dia Mundial da Vítima
Verão em Movimento	Verão em Movimento é um projecto que visa comemorar o verão com actividades e passeios ao ar livre, ao longo do mês de Julho.	Animadora Socio Cultural, Técnico de Motricidade Humana, Animador Cultural/Desporto, Monitores	Transporte Material de Desgaste	Julho
Actividades Novos Projectos	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Edição de um livro que retrate as histórias de vida dos utentes e a forma como os mesmos percebem o mundo	Livro que retrate as vivências e experiências marcantes dos invisuais ao longo da sua vida, o impacto da cegueira e a forma como os mesmos vêem o mundo. As verbas angariadas revertem para a AADVDB.	Animadora Socio Cultural	Parceria com Editora, Gravador, Livro de Registo	Anual



Animação Cultural/ Desporto

Actividades	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Animação e dinamização de actividades lúdico Expressivas	Promover e dinamizar a criatividade das actividades lúdico expressivo	Animador Cultural /Desporto	Sala polivalente e espaços exteriores a AADVDB	Ainda por definir
Sessões de interpretação corporal e musical	Exploração de actividades artísticas, fomentar os associados a participação de actividades culturais	Animador Cultural /Desporto	Sala polivalente e espaços exteriores a AADVDB	Ainda por definir
Sessões de debates associativos	Proporcionar momentos de reflexão e debates sobre várias temáticas	Animador Cultural /Desporto	Sala polivalente e espaços exteriores a AADVDB	Ainda por definir
Visitas Temáticas	Promover o conhecimento e enriquecimento pessoal	Animador Cultural /Desporto	Ainda por definir	Ainda por definir
Promoção do Goalball	Promover o desporto adaptado Goalball com Jogos não oficiais	Animador Cultural /Desporto	Pavilhão 25 de Abril	Ainda por definir
Formação de uma equipa de Goalball	Promover o desporto adaptado Goalball e fomentar a prática de desporto	Animador Cultural /Desporto	Pavilhão 25 de Abril	Ainda por definir
Formação do clube de Bicicletas AADVDB	Fomentar e organizar a prática de ciclismo	Animador Cultural /Desporto	AADVDB, Espaços exteriores	Anual
Actividades Ecológicas	Planear e organizar plataformas ecológicas	Animador Cultural /Desporto	AADVDB, Espaços exteriores	Anual
Demonstrações de Ciclismo e Goalball	Demonstrar, sensibilizar e divulgar o Ciclismo e o Goalball	Animador Cultural /Desporto	AADVDB, Espaços exteriores	Ainda por definir
Natação	Promover a prática de natação, aprendizagem das técnicas de natação	Animador Cultural /Desporto	Piscinas Municipais	Anual/excepto mês de Agosto
Sessões de actividades físicas	Promover a prática de actividade física, melhoramento muscular	Animador Cultural /Desporto	AADVDB, Espaços exteriores	Anual
Actividades Novos Projectos	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Coordenação da página Correio do Minho e Maria da Fonte	Divulgar o centro de atendimento, Acompanhamento e animação e informar e sensibilizar a comunidade em geral para a deficiência visual	Animador Cultural /Desporto	Computador	Anual



Actividades	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Sessões de actividade motora adaptada (Goalball) no pavilhão 25 de Abril	Promover uma maior mobilidade, autonomia e manutenção de valências físicas como a força muscular e flexibilidade	Técnico de Motricidade Humana, Animador cultural	Pavilhão 25 de Abril	Julho a Setembro
Sessão de Motricidade e Comunicação	Determinar uma estimulação maior das funções cardíacas e respiratórias, existindo a par um desenvolvimento das condutas psicomotoras e sociais. A utilização de música na actividade tem como principal objectivo estimular a participação e permite um aumento no campo da atenção e eleva a tolerância à frustração. A música influencia as funções orgânicas (respiração, circulação, trabalho muscular, etc.), sobre as funções psicológicas (capacidade de atenção, de memorização, etc.) e sobre fenómenos psico fisiológico, como a atenção, a tensão, o humor, etc.	Técnico de Motricidade Humana,	Instalações da AADVDB.	Janeiro a Junho; Setembro a Dezembro
Sessões de bicicleta (Pavilhão 25 Abril e no exterior)	Trabalhar o equilíbrio e noção corporal.	Técnico de Motricidade Humana, Animador cultural	Pavilhão 25 de Abril e exterior	Julho a Setembro
Sessões de Orientação e Mobilidade	Tem como objectivo proporcionar ao individuo com deficiência visual autonomia na locomoção, autoconfiança, aumento da auto-estima e independência, elementos estes, facilitadores na sua integração social.	Técnico de Motricidade Humana,	Instalações da AADVDB e no exterior.	Janeiro a Dezembro
Actividade de Vida Diária	Proporcionar oportunidades educativas funcionais que habilitem o utente com deficiência visual a desenvolver, de forma independente, nas tarefas que lhe permitam participar activamente no ambiente em que vive. Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência visual.	Técnico de Motricidade Humana,	Instalações da AADVDB.	Janeiro a Dezembro
Intervenção Precoce	Esta intervenção baseia-se em alguns pressupostos psicomotores, como o objectivo de intervir nas áreas fracas de desenvolvimento.	Técnico de Motricidade Humana,	Instalações da AADVDB e no exterior.	Janeiro a Dezembro
Hidroginástica Hidroterapia	Melhorar a condição física e a capacidade funcional; Promover o desenvolvimento/manutenção dos sistemas cardio-respiratórios; Desenvolver a força muscular e coordenação física geral.	Técnico de Motricidade Humana, Animador cultural	Piscinas Municipais	Janeiro a Julho; Setembro a Dezembro
Sessões Relaxamento	Diminuir a rigidez do tónus muscular.	Técnico de Motricidade Humana	Instalações da AADVDB	Janeiro a Dezembro
Actividades Novos Projectos	Objectivos	Recursos Humanos	Recursos Físicos	Calendarização
Horticultura Terapêutica	É um processo que usa as plantas como instrumento de terapia com o objectivo de promover melhorias através dos sentidos do tacto e da mente. O contacto com o mundo das plantas estimula todos os sentidos, aliviando o stress.	Técnico de Motricidade Humana, Animadora Socio Cultural e Administrativa	Instalações da AADVDB	Janeiro a Julho; Setembro a Dezembro