

# Relatório de Actividades

2012



**Associação de Apoio aos Deficientes**

**Visuais do Distrito de Braga**

O presente documento pretende apresentar, as actividades realizadas pela Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga no ano de 2012. Será enquadrado o trabalho desenvolvido no âmbito dos objectivos gerais estabelecidos. O presente documento terminará com a apresentação das actividades de carácter geral nas quais participaram todos os elementos da equipa técnica.

**Objectivos gerais:**

<b>Objectivos</b>	<b>Actividades</b>
<p>Dinamizar actividades terapêuticas, ocupacionais e de lazer que dêem expressão às suas potencialidades e experiências de vida;</p> <p>Promover a integração e sociabilização dos utentes reduzindo as taxas de exclusão social;</p>	<p>Atendimento, Acompanhamento técnico – terapêutico nas áreas de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Serviço Social</li><li>• Psicologia</li><li>• Educação / Animação Sócio – Cultural</li><li>• Motricidade Humana</li></ul>
<p>Sensibilizar os parceiros sociais bem como a comunidade em geral para os direitos das pessoas com deficiência;</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Acções de sensibilização na comunidade escolar</li><li>• Protocolos de cooperação</li><li>• Dia Mundial da Bengala Branca</li></ul>

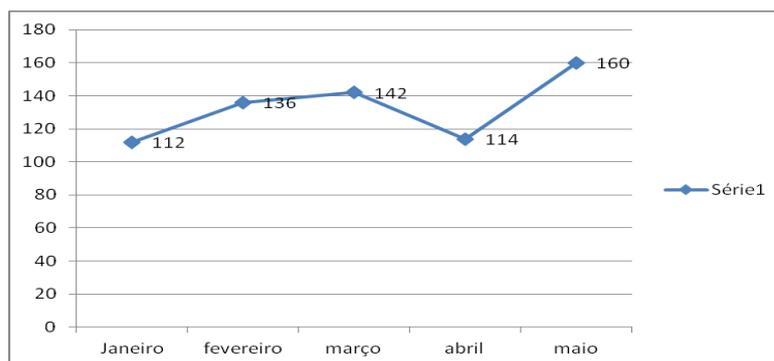
## Área Administrativa

Seguindo os objectivos definidos pela AADVDB e o Plano de Actividades de 2012, foram realizadas na Área Administrativa, as tarefas que a seguir se descrevem neste relatório.

As ações desenvolvidas na Área Administrativa, são concernentes ao período do mês de Janeiro a Maio inclusive, em virtude do restante tempo, me encontrar de licença de maternidade e férias.

### **Tarefas executadas diariamente, semanalmente, mensalmente:**

1. Rececionar/atender, pessoalmente ou pelo telefone e encaminhar utentes.
2. Registrar e arquivar os atendimentos diários, com recolha de assinaturas dos técnicos e utentes.
3. Organização do Arquivo Físico, separando-a em função do conteúdo.
4. Organização do Arquivo Digital, separando-a em função do conteúdo.
5. Marcação de atendimentos e transportes, solicitados pelos utentes, para consultas e exames médicos.
6. Introdução e/ou atualização de dados relativos a sócios nomeadamente: quotas, moradas, data aniversário, telf.
7. Elaboração de Gráfico Mensal, relativamente ao consumo de gasóleo das viaturas da Instituição.
8. Elaboração de Gráfico Mensal, relativamente aos quilómetros efetuados pelas viaturas da Instituição.
9. Elaboração de Gráfico Mensal dos atendimentos efetuados na Instituição.
10. Registo/Atualização mensal do Caixa da Instituição.
11. Emissão de recibos designadamente: Quitação, Quotas, Donativo, Participação nas despesas de transportes, Aluguer de Instalações.
12. Atualização e registo mensal, do Mapa de Recibos, com arquivamento da respetiva documentação.
13. Responsável pela solicitação e encomenda de material administrativo.



### Atendimentos 2012 na Área Administrativa

#### Outras Tarefas Executadas ao longo do ano:

1. Participação no 16º Aniversário da Instituição.
2. Participação na Formação da Qualidade.
3. Co-responsável pela venda de Jóias na Associação, com emissão dos recibos da venda e a elaboração de mapa de venda das respetivas joias.
4. Elaboração de Gráfico Geral dos Atendimentos efetuados em 2011.
5. Elaboração de Gráfico Geral do Número de Utentes em 2011.
6. Elaboração de Mapa dos Utentes, que usufruíram dos serviços da Associação em 2011
7. Elaboração de Gráfico do Gasóleo consumido com as viaturas da Associação em 2011.
8. Elaboração de Mapa com número, nome de utentes e respetivas moradas a ceder á GNR da P.V.L., na sequência de atividade levada a cabo pela Instituição.
9. Apoio á contabilidade no preenchimento do Modelo 25.
10. Recolha e gravação de nºs de contribuinte em falta, de utentes, no Programa Gesposwin – Gestão Comercial.
11. Apoio sempre que solicitado, nos ensaios da Peça de Teatro “Semente da Verdade”.

**Área Técnica: Animação Sociocultural**

**Comemoração do Dia Mundial do Teatro: Apresentação da peça de Teatro “A Semente da Verdade”**

A 27 de Março de 2012 a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, comemorou o Dia Mundial do Teatro, com a apresentação da Peça de Teatro - A Semente da Verdade no Teatro Club.

A atividade começou pelas 15 horas no Teatro Club na Póvoa de Lanhoso, assistindo ao evento familiares e amigos dos participantes, utentes de outros grupos que frequentam a AADVDB, e de outras instituições a que os nossos utentes de alguma forma estão ligados e/ou frequentam, como o Centro de Convívio de Esperança, Lar e ATL da Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso.

Esta peça de teatro foi apresentada por um grupo de invisuais que frequentam a Instituição às quartas-feiras e que se denominam por Os Lutadores. Este grupo de 15 utentes tem como propósito, através da arte de representar desmistificar alguns estereótipos relativamente à cegueira junto da comunidade, promovendo a inserção social e cultural, na luta por novas perspectivas e possibilidades, ajudando desta forma a vencer os obstáculos e derrubar preconceitos ainda existentes.

O grupo pretende também através das suas representações passar uma mensagem positiva e pedagógica a quem a ela assiste. A semente da Verdade é um exemplo disso, um lendário conto chinês, que de uma forma lúdica nos ajuda a compreender o valor da ética, da determinação e da verdade nas nossas vidas.

**Sessão de Sensibilização sobre a Deficiência Visual na Comissão de Melhoramentos de S.º Emilião**

A Sessão de Sensibilização na Comissão de Melhoramentos de S.º Emilião, decorreu a 30 de Março de 2012, para um grupo de cerca de 100 crianças do Jardim de Infância e ATL, com idades compreendidas entre os 3 e os 11 anos.

Esta sessão, teve início pelas 10h30 da manhã, na sede da Comissão, com a apresentação da AADVDB e respetivos membros e representantes da mesma. Posteriormente passamos à apresentação de um filme infantil com cerca de 30 minutos de Helen Keller, a

história de uma criança que com 18 meses de idade, ficou cega e surda com uma doença diagnosticada na altura como febre cerebral e da sua luta árdua e vitoriosa para se integrar na sociedade, com a ajuda da sua professora Anne Sullivan.

Finalizada a exibição do filme, e de uma forma muito informal tendo em conta a idade dos participantes deu-se lugar a um espaço de perguntas e respostas com demonstrações, onde as crianças puderam esclarecer, fazer comentários e “brincar” de uma forma pedagógica com o tema e com os utentes invisuais e restantes membros da AADVDB.

### **Sessão de Sensibilização “Segurança em Casa e na Rua”, com a GNR.**

No dia 19 de Abril de 2012, pelas 14h30, a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, promoveu nas suas instalações uma ação de sensibilização sobre Segurança em Casa e na Rua, para cerca de 20 utentes que frequentam semanalmente a Instituição.

Esta atividade contou com a presença da secção de Programas Especiais do Destacamento da Guarda Nacional Republicana do Comando Territorial da Póvoa de Lanhoso, representada pelo Cabo Nuno Cruz e pelo Guarda Hugo Gonçalves.

Nesta ação, abordaram-se temas relacionados com a criminalidade, burlas, atos de vandalismo e outros atentados e danos sobre as pessoas e seus bens, nomeadamente os conselhos para não abrir as portas a ninguém, acerca de burlões que se fazem passar por Técnicos da Segurança Social, dos CTT, Finanças ou outras instituições para assim poderem entrar nas residências, identificação de notas falsas, os estacionamento em cima dos passeios, como fazer uma queixa, entre outros assuntos.

De forma informal, gerou-se um grupo de discussão onde foi possível estabelecer quase uma conversa entre agentes e participantes, com questões e experiências vividas pelos mesmos.

Durante a sessão o Cabo Cruz e o Guarda Gonçalves, apresentaram aos utentes ali presentes diversos utensílios em uso no serviço geral da Guarda Republicana, como: a arma de serviço, o bastão, o colete refletor, o bivaque, o rádio e o distintivo da GNR, uma experiência que gerou uma imensa curiosidade e algazarra por parte dos participantes que se entusiasmaram e alguns até fizeram questão de representar e desfilar para as fotos com os utensílios.

### **Visita ao Posto da GNR.**

Nos dias 23, 24 e 25 de Maio de 2012, no âmbito da parceria estabelecida com a GNR, a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, promoveu uma visita ao posto da GNR do Comando Territorial da Póvoa de Lanhoso a todos os utentes que frequentam a Instituição semanalmente, cerca de 22 pessoas.

Esta atividade coordenada pelo Cabo Nuno Cruz da secção de Programas Especiais do Destacamento da Guarda Nacional Republicana, contou também com a colaboração do Guarda Hugo Gonçalves para a realização da mesma.

Os grupos de utentes participaram nesta atividade pela ordem na qual frequentam a Instituição, ou seja na quarta-feira da parte da tarde pelas 14h30, na quinta-feira da parte da manhã por volta das 10h30 e sexta-feira pelas 14h30 respetivamente.

A ação seguiu os mesmos parâmetros para os três grupos participantes, tendo-se iniciado à atividade com a visita às celas, e depois ao resto das instalações, como o bar do posto e a secretaria, onde puderam ter contacto através do tato com o aparelho que faz o teste de alcoolémia, e posteriormente a sala do capitão do posto e a sala de interrogatório.

Por fim, no pátio das traseiras do posto, encontrava-se uma exposição de dispositivos usados pela GNR, como, a máscara antigás; colete à prova de bala; escudo; bastão; rádio; algemas, as munições e várias armas usadas na manutenção da ordem pública. Aqui os utentes tiveram oportunidade de tocar nos mesmos e esclarecer algumas dúvidas e curiosidades relativamente aos mesmos e ao funcionamento do Posto com o Cabo Cruz e o Guarda Gonçalves do Núcleo de Programas Especiais da GNR da Póvoa de Lanhoso.

### **Visita ao Centro de Interpretação da Carvalha de Calvos: Oficina dos Sentidos**

No âmbito de uma parceria já antiga com o Centro de Interpretação da Carvalha de Calvos, a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, promoveu uma visita a este centro nas comemorações da Semana do Ambiente.

Esta atividade contou com um atelier denominado “A Oficina dos Sentidos”, que teve como o principal objetivo a descoberta das plantas aromáticas e medicinais presentes naquele espaço, através do olfato, tato e paladar, dando a conhecer aos participantes as propriedades medicinais e/ou condimentares de cada espécie. A iniciativa contou ainda com a elaboração de uns saquinhos de alecrim, feitos pelos utentes para levar para casa como recordação e no final a

prova de infusões de alecrim, salva ananás e hortelã-pimenta, algumas das plantas estudadas ao longo da ação.

Estas visitas decorreram nos dias 20, 21 e 22 de Junho, com os respetivos grupos de trabalho, que contemplavam ainda a atividade ao ar livre e um Pic Nic no espaço exterior do C.I.C.C., mas devido às más condições climatéricas que se faziam sentir naqueles dias tiveram de ser canceladas, à exceção do grupo de sexta-feira que tinha pedido a realização de uma sardinhada, e que pelo facto de ser feito na sede da AADVDB, foi possível realizar.

No sentido de colmatar o cancelamento da atividade ao ar livre os grupos foram às piscinas como habitualmente, fazendo depois o “Pic Nic” na sede.

### **Passeio nas Viaturas da GNR**

No dia 3 de Julho de 2012, deu-se inicio a mais uma ação fruto da parceria com a GNR do Comando Territorial da Póvoa de Lanhoso. Esta ação consistiu em levar os utentes da Instituição a dar um passeio pela Vila da Póvoa de Lanhoso nas viaturas de serviço da GNR, nomeadamente o Jipe e o Posto Móvel daquela corporação.

Os grupos de utentes participaram nesta atividade pela ordem na qual frequentam a Instituição às terças-feiras, dia em que participam nas sessões de sensibilização de Psicologia.

O percurso efetuado foi o Centro da Vila da Póvoa de Lanhoso e Moinhos Novos, onde os participantes trocavam de veículo a meio da atividade para que todos tivessem a oportunidade de usufruírem de ambos.

O primeiro grupo de utentes, a fazer esta viagem, teve a possibilidade de sentir a adrenalina de escutar as sirenes a tocar como se de uma emergência ou perseguição policial se trata-se, já nos outros grupos apenas se pôde fazer uma pequena demonstração em locais mais isolados, resultante de no primeiro dia de passeio se ter gerado alguma apreensão por parte da população da vila, que não estando habituada a este tipo de iniciativa ficou bastante apreensiva.

### **Visita ao Museu do Papel e da Moeda**

No passado dia 4 de Julho de 2012, a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, levou um grupo de cerca de 20 utentes a visitar o Museu do Papel da Moeda no Porto, um Museu a que a Fundação Dr. António Cupertino de Miranda denomina de “Museu sem Barreiras”, pioneiro em Portugal, que está adaptado para cegos e ambliopes dispondo de informação em suporte de Papel (Braille) e Digital.

Antes da visita ao museu, o grupo fez um Pic Nic no Parque da Cidade por volta do 12h30, para posteriormente pelas 15h00 visitar as instalações do museu. Aqui os utentes tiveram a oportunidade de conhecer algum do espólio que lá se encontrava, assim como, a história do dinheiro de papel enquanto património fiduciário português, preservando os testemunhos da evolução económica, social e cultural de Portugal.

A visita foi guiada pela Dr.<sup>a</sup> Sónia Santos, responsável pelo museu, que de uma forma muito descritiva e através da adaptação de algumas notas de papel para exemplares em picotado, foi possível aos nossos utentes perceberem o tamanho e desenhos existentes em algumas notas centenárias pertencentes ao espólio do Banco de Portugal.

No fim da visita dirigimo-nos à Praia de Matosinhos para lanchar e conviver um pouco entre todos, dando por finalizada a atividade.

### **Passeio à Praia da Póvoa de Varzim**

A 30 de Agosto de 2012, a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, levou cerca de 17 dos seus utentes a desfrutar dos areis da Praia, neste caso à Póvoa de Varzim, em A-Ver-o-Mar.

A atividade começou na Central de Camionagem de Braga pelas 9h00, onde aguardavam já alguns utentes pelo autocarro que nos fora cedido pela Câmara Municipal de Braga, seguindo para a Central de Camionagem de Guimarães, em direção a A-Ver-o-Mar.

Chegados ao destino, foram alugadas 3 barracas para que os participantes pudessem estar mais confortáveis e resguardados, já que o dia de praia não estava muito favorável com ventos fortes e o mar muito revolto com bandeira vermelha. Notou-se alguma desolação por parte de alguns dos nossos utentes que queriam molhar os pés no mar, e nem isso foi possível, já que o nadador salva vidas proibiu veemente de o fazerem.

Após algum convívio e chegada a hora de almoço alguns utentes almoçaram na Praia acompanhados por Paula Cruz e Daniela Rodrigues e o restante grupo de utentes que preferiu almoçar no restaurante foram acompanhados por Sandra Vieira e Cândido Costa.

De regresso à Praia, quatro utentes juntamente com o Técnico Cândido Costa, preferiram passear pela marginal, regressando todas no final da tarde às respetivas centrais de camionagem.

## **Dia Mundial do Animal**

No passado dia 4 de Outubro de 2012, a convite da Secção de Programas Especiais do Destacamento da Guarda Nacional Republicana da Póvoa de Lanhoso, a AADVDB, participou nas comemorações do Dia Mundial do Animal, numa demonstração da companhia de Cinotécnica K-9 da GNR, pelas 15h00 no Parque do Pontido.

A equipa cinotécnica K-9, demonstrou como os binómios atuam em situações concretas na deteção de drogas, com o Joca; na deteção de explosivos, com o Ruca, e em casos de ordem pública com o Sting, apresentando também exercícios de treino e obediência.

Após a demonstração foi possível aos 10 utentes que frequentam a instituição às quintas – feiras, interagirem mais de perto com o Joca, um cão de raça Labrador que puderam afagar e brincar.

## **Visita Guiada ao Castelo de Lanhoso**

Nos dias 26, 28 de Setembro e 18 de Outubro de 2012, os utentes da Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, tiveram a oportunidade de usufruir de uma visita guiada ao Castelo de Lanhoso, acompanhados por um Técnico de Arqueologia da Câmara Municipal da Póvoa de Lanhoso, Dr. Orlando Fernandes.

A ação seguiu os mesmos parâmetros para os três grupos participantes, tendo-se dado início à visita no Castelo por volta das 14h30/15h00, no seu exterior perto da torre de menagem, numa breve referência à história do Castelo, passando depois para as muralhas e para as suas ameias piramidais.

Posteriormente, já no interior do Castelo, os utentes puderam observar, tateando, algum do espólio do seu Núcleo Museológico, que é constituído por objetos arqueológicos encontrados nas imediações do mesmo, em particular no Castro de Lanhoso, como uma réplica do capacete de um guerreiro castrense; uma figura humana de pedra em baixo relevo, e parte de uma face.

No segundo piso, observaram as paredes da torre, marcadas/“assinadas” pelos pedreiros romanos da altura, seguindo para um espaço multimédia de informação onde os utentes puderam conhecer toda a história do Castelo e das Terras de Lanhoso, assim como as várias fases da ocupação do Monte do Pilar, através da passagem de um DVD.

### **Visualização do filme de Áudio-descrição “Atrás das Nuvens”**

Ao longo do mês de Novembro, realizaram-se na Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, sessões de cinema, recorrendo à técnica de áudio-descrição. O filme foi exibido aos grupos de utentes que participam nas sessões de sensibilização de Psicologia, às terças-feiras de cada mês.

Assim sendo, os utentes da Instituição, tiveram a oportunidade de visualizar o filme “Atrás das Nuvens”, com direito a pipocas e refrigerante. O filme retratava a história de um menino, que vivia com a sua mãe e que não desiste de encontrar o seu avô paterno, viajando numa verdadeira aventura na procura das suas raízes.

Exibido na sala de recursos da sede, utilizou-se um computador portátil e o filme em si, um vídeo DVD para todos, que inclui Áudio-Descrição para cegos, Legendas para surdos em Português e Interpretação Gestual Portuguesa.

Definindo a áudiodescrição, ela é uma técnica que descreve clara e objetivamente, todas as informações que compreendemos visualmente e que não estão contidas nos diálogos, como, por exemplo, as expressões faciais e corporais que comuniquem algo, entre outras informações.

As descrições acontecem nos espaços entre os diálogos e nas pausas entre as informações sonoras do filme, nunca se sobrepondo ao conteúdo sonoro relevante, de forma a que a informação audiodescrita se harmoniza com os sons do filme.

### **Visita do Atleta Paralímpico Domingos Vieira**

No passado mês de Novembro a Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, convidou o atleta Paralímpico, Domingos Vieira, a fim de partilhar com os seus utentes a experiência de representar a seleção nacional da modalidade de Boccia nos jogos paralímpicos em Londres.

A atividade foi realizada com os três grupos que frequentam a instituição nos dias 8 e 15 de Novembro e 14 de Dezembro, pelas 15 horas da tarde.

Nestas ações, o atleta partilhou com os presentes o seu percurso como atleta de Boccia, fazendo uma breve explicação da modalidade e expondo aos presentes algum do material do qual faz parte o seu kit de treino.

A atividade teve como objetivo principal a partilha, pontos de vistas e experiências vividas pelas duas deficiências ali presentes, a deficiência visual e a motora, debatendo as

dificuldades por eles vividas no dia-a-dia. O intercâmbio de conhecimentos e experiências sobre as duas modalidades de desporto adaptado o Boccia e o Goalball, foram uma constante, onde também o próprio Domingos Vieira saiu mais enriquecido desta iniciativa, com as intervenções dos técnicos da AADVDB e dos atletas de Goalball que ali estavam presentes.

Com este tipo de atividades a instituição, pretende promover sempre o relacionamento interpessoal entre TODOS, a partilha, o convívio, e o conhecimento, sempre como veículos de inclusão social.

### **Comemorações do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência: Ação de Sensibilização sobre a Deficiência Visual no Distrito de Braga – EB23 de Taíde**

A Associação de Apoio aos Deficientes Visuais do Distrito de Braga, comemorou o Dia Internacional da Pessoa com Deficiência no dia 3 de Dezembro, na EB23 de Taíde, com uma Sessão de Sensibilização sobre a Deficiência Visual, para cerca 40 alunos, sinalizados pela Escola.

A Sessão teve início pelas 15h30, na Biblioteca Escolar, com a apresentação da iniciativa, por parte da Professora Anabela Osório, que fez menção às comemorações do Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, apresentou a Associação e respetivos membros ali representados e a forma, como a sessão de sensibilização iria decorrer.

A ação, decorreu segundo os parâmetros estipulados em projeto, com a apresentação da peça de teatro a “Semente da Verdade”, e de seguida, uma palestra informativa seguida de debate entre os presentes.

Antes de iniciar a palestra, proferiram algumas palavras o Presidente da Instituição, Domingos Silva e o Presidente do Conselho Executivo da Escola, José Manuel Ramos, com palavras de agradecimentos e apreço por este tipo de iniciativas. Posteriormente, entreviu a Dr.<sup>a</sup> Tânia Almeida, que apresentou mais ao pormenor a instituição e suas áreas de intervenção, passando depois para a temática da Deficiência Visual e das consequências psicológicas e sociais que daí podem advir. Nesta palestra foram envolvidos os restantes utentes que puderam dar o seu testemunho, falando das suas dificuldades, mas também do que são capazes de fazer no seu dia-a-dia, ultrapassando as limitações decorrentes da baixa ou ausência total de visão.

Por fim, demos por terminada a sessão, presenteados com um quadro em alto-relevo, realizado por uma Professora da escola, distintamente adaptado à Deficiência Visual.

## **GNR: Outros Projetos**

Decorrente da parceria criada com o posto da GNR do Comando Territorial da Póvoa de Lanhoso, foram também transcritos, panfletos informativos que a GNR distribui à comunidade em geral, para Braille, suporte digital, áudio e formato ampliado, que assim passaram também a ficar acessíveis aos nossos utentes.

O Responsável pela Secção de Programas Especiais, Cabo Nuno Cruz, comprometeu-se também a enviar comunicados sobre ocorrências, relacionadas com burlas, violência, furtos, entre outros acontecimentos de destaque da região, para que possamos informar os utentes da Instituição e assim estes se poderem inteirar e de certa forma se “proteger” de possíveis situações de perigo.

Foi também iniciado, um projeto que pretende desenvolver no Distrito de Braga, o policiamento de proximidade aos utentes invisuais. A sua continuidade transita para o ano de 2013.

## **Acompanhamento Socioprofissional**

Sinalizado um utente em triagem pela equipa técnica, foi iniciado o processo de encaminhamento para formação profissional e futura colocação no mercado de trabalho.

Concluída toda pesquisa de ofertas de formação e consciencialização do utente e sua família, levaram-se a cabo várias diligências no sentido de assegurar todo o apoio ao utente, a nível de transporte, habitação, e condições de orientação, mobilidade e acessibilidade, no local onde decorreria a formação.

Resolvidas estas questões, o utente foi encaminhado para uma entidade com resposta nas áreas da formação e inserção de pessoas com deficiência visual, mas acabou por não ser integrado por motivos alheios à AADVDB.

## **Atividades Lúdico – Expressivas**

### **- Ateliers de Trabalhos Manuais**

Os Ateliers de Trabalhos Manuais, são constituídos por três grupos de trabalho, um de 14 utentes vindos de Fafe, Braga e Póvoa de Lanhoso, um segundo grupo constituído por 9 utentes de Guimarães, Barcelos e Joane e um último grupo de 10 utentes, oriundos de Vila Verde, Terras de Bouro, Pedralva e Povoia de Lanhoso.

Nesta atividade foram realizados trabalhos como: Tapetes em rolhas de cortiça e cortinas elaboradas em trapo.

Os ateliers decorrem semanalmente, salvo interrompida por atividades pontuais, nomeadamente no verão, transitando a atividade para o ano de 2013.

#### - Teatro

Os Lutadores é constituído por 13 elementos, que compõem grande parte do grupo de utentes pertencentes às áreas de Fafe, Braga e Póvoa de Lanhoso.

Este grupo ensaia a peça “A Semente da Verdade”, já supramencionada neste relatório, 2 vezes por mês, para que desta forma o grupo possa estar sempre preparado para novas apresentações.

#### **Alfabetização**

No ano de 2012, frequentaram a alfabetização ao nível da assinatura a negro cerca de 14 utentes que estando já alfabetizados fazem o treino uma vez por mês e 6 frequentam as sessões de iniciação à escrita, uma vez por semana. Estas sessões decorrem como descrito, salvo constrangimentos ligados a outras atividades em curso, transitando para 2013.

#### **Participação nas atividades**

- Visita guiada às zonas históricas da cidade de Guimarães e à exposição das cadeiras trabalhadas pelos utentes.

- Visita ao Museu do Automóvel

- Visita aos Bombeiros

- Visita à Ouronor

- Churrasco e Jogos no Parque de Campismo de Fafe

- Tratamento e Impressão a Braille.

- Participação como formanda no programa promovido pela QUAL\_IS Norte – Certificação para a Qualidade.

- Entre outras iniciativas Institucionais.

### **Atividades em Plano não realizadas**

- A edição de um livro mencionado em plano de atividades de 2012, que pretendia retratar as pessoas que vivem com a Deficiência visual, não foi realizada por falta de verbas.

### **Área Técnica: Animação Sociocultural / Desporto**

#### **Divulgação do centro de atendimento, acompanhamento e animação**

**Fundamentação:** Coordenação da página Maria da Fonte

- Esta atividade realizou-se durante todo o ano de 2012, com a edição da página a quinzenalmente (colaboração da estagiária Daniela Rodrigues).

#### **Promoção e dinamização da criatividade do atividades lúdico expressivas**

**Fundamentação:** realização de vários tipos diferentes de trabalhos e atividades lúdico expressivas.

- Esta atividade decorreu durante os meses de Janeiro a Junho de 2012, na sede da AADVDB.

#### **Exploração de actividades artísticas, fomentar os associados a participação de actividades culturais.**

**Fundamentação:** elaboração de atividades que exercitem a criatividade dos utentes.

- Esta atividade decorreu nos meses de Janeiro a Dezembro de 2012, elaboração de um grupo de cantares para os Reis, ensaios da peça de teatro “a semente da verdade”.

#### **Promover o conhecimento e enriquecimento pessoal**

**Fundamentação:** Organização de visitas temáticas

#### Visitas á cidade de Guimarães

- Estas visitas realizaram-se nos dias 26 de Abril, 02 de Maio, 11 de Maio.

#### Visita a Ouronor

- Estas visitas realizaram-se nos dias 18, 19 e 20 de Julho de 2012.  
Estas visitas vêm de encontro a parceria que a AADVDB tem com a empresa de joalharia Ouronor.

#### Visita ao museu e as instalações da BVL

- Estas visitas realizaram-se nos dias 27, 28 e 29 de Junho de 2012.

#### **Fomentar e organizar a prática de ciclismo**

**Fundamentação:** Organização de saídas em bicicleta com os utentes.

- Estas atividades realizaram-se nos meses de Abril a Setembro de 2012, com os três grupos.
- 

#### **Demonstração, sensibilização e divulgação do Ciclismo e o Goalball**

**Fundamentação:** Organização de uma ação de sensibilização

- Esta atividade realizou-se com a organização de uma ação de sensibilização no dia 15 de Fevereiro de 2012. “ Uma vida diferentes desportos”.
- 

#### **Promover a prática de natação, aprendizagem das técnicas de natação**

**Fundamentação:** Promoção de sessões de natação

- Estas atividades realizaram-se nos meses de Janeiro a Junho de 2012

#### **Promover a prática de actividades física, melhoramento muscular**

**Fundamentação:** Promoção de sessões de atividade física (caminhadas, exploração dos espaços desportivos da Póvoa de Lanhoso.

- Estas atividades realizaram-se nos meses de Abril a Setembro de 2012

**Actividades não desenvolvidas:**

- Promover o desporto adaptado Goalball com Jogos não oficiais
- Promover o desporto adaptado Goalball e fomentar a prática de desporto
- Planear e organizar plataformas ecológicas

**Fundamentação:** estas atividades não se executaram devido á falta de organização entre os grupos e logística da AADVDB.

**Área Técnica: Motricidade Humana**

Durante o ano de 2012, os Serviços de Motricidade Humana da AADVDB previram as seguintes atividades de carácter geral e específico:

- 1) Atendimento, acompanhamento e apoio técnico-terapêutico.
  - 1.1) Atividade de Vida Diaria (AVD's)
  - 1.2) Atividade Motora Adaptada (goalball);
  - 1.3) Atividade Motora Adaptada (bicicleta tandem);
  - 1.4) Hidroterapia / Hidroginástica;
  - 1.5) Intervenção Precoce;
  - 1.6) Sessões de Orientação e Mobilidade;
  - 1.7) Sessões de Motricidade e Comunicação;
  - 1.8) Sessões de relaxamento;

Passa-se, em seguida, à exposição de cada um destes pontos no que se refere aos seus objetivos e as atividades realizadas.

**1. Atividade de Vida Diaria (AVD's)**

As AVD's têm o objetivo de proporcionar oportunidades educativas funcionais que habilitem o utente com deficiência visual a desenvolver, de forma independente, nas tarefas que lhe permitam participar ativamente no ambiente em que vive.

Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência visual.

Foram realizadas atividades neste âmbito sempre que solicitadas pelos utentes, com o intuito de colmatar as necessidades manifestadas pelo mesmo. Importante referir que neste

domínio, não se pode realizar a atividade na sua plenitude dado não haver um espaço físico, um estúdio de AVD's, devidamente equipado para se efetuar as demais atividades.

## **2. Atividade Motora Adaptada (goalball );**

A participação no desporto contribui para uma maior mobilidade dos invisuais participantes, aumentando assim a sua preparação e saúde física. Uma das grandes vantagens destas atividades é o forte contributo que estas conferem aos participantes na área da orientação, o que é particularmente importante para as pessoas com deficiência visual, a orientação e mobilidade.

É necessário um espaço físico adequado para a realização desta atividade, nomeadamente um pavilhão desportivo. Sendo uma atividade ao dispor de todos os utentes, é de referir que apenas o grupo de sexta-feira com a participação de outros elementos do grupo de quarta-feira realizou esta atividade. Esta participação acontece por razões motoras (condição física) dos mesmos, sendo esta condição necessária para a realização desta atividade. Este grupo de utentes realiza esta modalidade numa vertente de competição e não numa vertente terapêutica, daí a condição supra mencionada ser importante.

## **3. Atividade Motora Adaptada (bicicleta tandem)**

Esta atividade tem como objetivo trabalhar o equilíbrio e noção corporal.

Nos meses de Verão foram realizadas sessões de ciclismo, com todos os grupos que frequentam a Associação. Por razões de saúde e de mobilidade reduzida alguns utentes não realizaram esta atividade.

## **4. Hidroterapia / Hidroginástica**

Melhorar a condição física e a capacidade funcional; Promover o desenvolvimento/manutenção dos sistemas cardio-respiratórios; Desenvolver a força muscular e coordenação física geral.

É uma atividade que se realiza todo o ano, com interregno de mês e meio, Agosto e Setembro. Alguns utentes realizam hidroterapia, dada a sua condição física (lombalgias), sendo que a maioria realiza hidroginástica para fortalecimento articular.

### **5. Intervenção precoce**

Esta intervenção baseia-se em alguns pressupostos psicomotores, como o objetivo de intervir nas áreas fracas de desenvolvimento da criança.

No respetivo ano não se realizou nenhuma intervenção a este nível.

### **6. Sessões de Orientação e Mobilidade (O&M)**

Tem como objetivo proporcionar ao individuo com deficiência visual autonomia na locomoção, autoconfiança, aumento da autoestima e independência, elementos estes, facilitadores na sua integração social.

Estas sessões são efetuadas sempre que requisitadas pelos utentes, sendo que no referido ano realizou-se sessões de O&M com alguns utentes.

### **7. Sessões de Motricidade e Comunicação**

Tem como objetivo determinar uma estimulação maior das funções cardíacas e respiratórias, existindo a par um desenvolvimento das condutas psico-motoras e sociais. A utilização de música na atividade tem como principal objetivo 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.

Estas sessões foram realizadas nos meses de verão, por todos os grupos que frequentam a Associação. Tendo sempre em atenção às especificidades de cada utente aquando da realização das mesmas.

### **8. Sessões de relaxamento**

Tem como objetivo diminuir a rigidez do tónus muscular.

São sessões de trinta minutos e que foram realizadas no respetivo ano, por alguns utentes que frequentam as atividades da Associação.

### **Outras atividades realizadas:**

- Realizou-se uma entrevista individual áudio com os utentes do grupo de quarta-feira, na qual respondiam a algumas questões, como por (ex. o que mais gostam de fazer/comer, o que detestam, etc). Na qual tinha musicas de fundo selecionadas pelos mesmos, com o objetivo de troca de conhecimentos pessoais.

- Realizou-se sessões de estimulação cognitiva como todos os utentes que frequentam as atividades da Associação, com o objetivo de estimular áreas cognitivas utilizando o potencial de plasticidade cerebral, utilizar domínios cognitivos de compensação. O objetivo é aumentar ou preservar a funcionalidade do utente, melhorando a sua qualidade de vida.

- Realizou-se uma visita ao Museu Regional do Automóvel de Fafe e Parque Aquático de Fafe, nos dias 22,23 e 24 de Agosto de 2012 com os três grupos que frequentam semanalmente a Associação. Sendo esta organizada da seguinte forma: da parte da manhã visita ao Museu e da parte da tarde visita ao Parque Aquático. Os principais objetivos desta iniciativa foram:

- Sensibilizar os utentes para a evolução do automóvel ao longo dos tempos e as referidas alterações na sua construção;

- Estimulação sensorial (tato);

- Proporcionar momentos de lazer e de convívio entre os utentes.

- Nos dias 01, 02 e 03 de Agosto de 2012 realizou-se uma atividade desportiva na Barragem de Queimadela em Fafe com todos os utentes que frequentam a Associação. A atividade teve como objetivos gerais: aumentar e melhorar algumas competências motoras através do treino, competições e atividades sócio/recreativas; proporcionar momentos de lazer e de convívio entre os utentes. Esta consistia na realização de jogos com o intuito de estimulação sensorial e motora através do uso da bicicleta tandem.

- Participação em duas ações de sensibilização sobre a deficiência visual junto da comunidade escolar:

- na Comissão de Melhoramento de Santo Emilião (abrangendo crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 11 anos de idade);

- na Escola EB 2,3 de Taíde (com cerca de 40 alunos, sinalizados pela escola).  
Intervenção na componente teórica das sessões de sensibilização, planificada e organizada pela Técnica Superior de Educação/Animadora Sociocultural;

- Atividades de apoio à Direção: elaboração de ofícios e mails;

- Formação, no âmbito da Qualidade.

- Colaboração na visita á Ouronor, atividade planificada e organizada pela Técnica Superior de Educação/Animadora Sociocultural;

## **Atividades em Plano não realizadas**

A Horticultura Terapêutica, sendo um processo que usa as plantas como instrumento de terapia com o objetivo de promover melhorias através dos sentidos do tato e da mente. O contacto com o mundo das plantas estimula todos os sentidos, aliviando o stress. Esta atividade não foi realizada por falta de verbas.

## **Área Técnica: Psicologia**

Durante o ano de 2012, os Serviços de Psicologia da AADVDB foram prestados por uma Psicóloga, diariamente, em tempo parcial.

Passa-se, em seguida, à descrição das atividades realizadas durante o ano de 2012.

### **1. Sessões de atendimento, acompanhamento e apoio psicoterapêutico individual:**

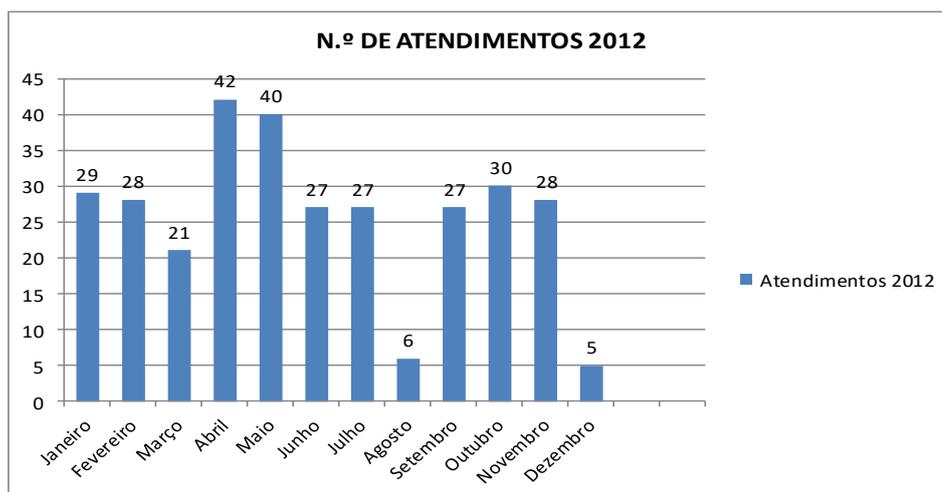
Esta atividade integrou a avaliação clínica, a atribuição de diagnósticos e a definição de um plano de intervenção, consoante as necessidades individuais.

A avaliação clínica engloba uma entrevista clínica e, quando necessário, a aplicação de instrumentos de avaliação. A avaliação de cada caso permite a atribuição de um diagnóstico. Em caso de continuação do processo, pauta também as linhas gerais de intervenção. A avaliação clínica permite também fazer a triagem dos casos com vista a um melhor e mais adequado acompanhamento, articulando a intervenção terapêutica com os restantes técnicos.

A intervenção psicoterapêutica variou consoante as necessidades individuais tendo sido essencialmente trabalhadas as seguintes áreas: estratégias de regulação emocional, técnicas de relaxamento, reestruturação cognitiva, promoção da auto-imagem, resolução do luto, estratégias de resolução de problemas/apoio psicossocial, prevenção da recaída, competências sociais e de comunicação, gestão de conflitos; monitorização e promoção de hábitos de saúde, práticas parentais, intervenção em crise (apoio emocional e social), monitorização clínica. Realizaram-se também algumas intervenções domiciliárias.

Ao longo das sessões, foram sendo elaborados e atualizados os processos clínicos de cada utente, de carácter confidencial.

O gráfico apresentado evidencia a distribuição mensal dos atendimentos de Janeiro a Dezembro de 2012, tendo sido realizados um total de 310 atendimentos.



Os meses de Agosto e Dezembro registaram um número de atendimentos significativamente mais baixos, uma vez que parte dos meses referidos foram para gozo de férias.

## 2. Sessões de sensibilização/informação em grupo

Foram elaboradas e estruturadas sessões de sensibilização/informação em grupo sobre temas considerados pertinentes na área de Psicologia. Foram realizadas no total 22 sessões de esclarecimento/discussão, tendo sido abordados 6 temas, com a duração aproximada de 90 minutos cada sessão. Os seis temas abordados foram os seguintes: depressão, ansiedade, autoestima, doença de alzheimer, a importância do riso e luto patológico. Foram constituídos 4 grupos, sendo que os temas foram distribuídos por cada grupo (realizou-se uma sessão para cada tema abordado). Estas sessões não foram meramente expositivas: para além da exposição oral de informação inerente a cada tema, os utentes também participaram e interagiram entre si, discutindo os temas, colocando questões e partilhando experiências.

Mais especificamente, estas sessões pretenderam informar, esclarecer e sensibilizar sobre problemáticas psicológicas comuns, e que vão de encontro às necessidades/vivências dos nossos utentes; promover o desenvolvimento pessoal e social dos utentes; facilitar o reconhecimento dos sintomas e a atuar na presença dos mesmos; complementar e enriquecer os atendimentos individuais; promover o convívio e a partilha de experiências, dada esta ser uma atividade de grupo.

### **3. Acompanhamento familiar e sistémico**

A intervenção junto da família também foi contemplada, quer através de sessões individualizadas na AADVDB, quer através de intervenções no próprio domicílio. As estratégias de intervenção foram sobretudo as seguintes: estratégias de regulação emocional, estratégias de resolução de problemas, promoção de competências de coping para lidar com problemas/dificuldades diárias, intervenção em crise (por exemplo, em situações de luto), aconselhamento e orientações terapêuticas.

Ao nível do acompanhamento familiar e sistémico, foram também estabelecidos contactos com outros profissionais que acompanham os utentes no seu microsistema (nomeadamente Psiquiatras).

### **4. Acompanhamento psicoeducativo**

O apoio psicoeducativo realizou-se através de sessões individuais, para crianças sócias da AADVDB e para sócios familiares de utentes deficientes visuais. Pretendeu-se realizar um trabalho complementar ao que já é desenvolvido nas escolas. A intervenção passou por uma avaliação do funcionamento intelectual global, pela avaliação psicológica, pela avaliação de hábitos de estudo, pelo treino de competências de estudo, pelo treino de competências cognitivas, pela promoção da motivação escolar, e pela resolução de outras problemáticas de foro clínico (ex. intervenção em situações de ansiedade e em processos de luto).

No âmbito do apoio psicoeducativo, manteve-se um contacto regular com os pais/familiares das crianças e com as Entidades Educativas (nomeadamente com Professores/Diretores de Turma). Elaboraram-se relatórios de avaliação e de acompanhamento psicológico, enviados para as escolas.

### **5. Acompanhamento socioprofissional**

Esta atividade realizou-se apenas mediante solicitação dos utentes. A este nível, realizaram-se apenas algumas sessões com uma utente nas quais foram trabalhadas estratégias de procura de emprego. A este nível, também foi solicitado apoio na elaboração de cartas de candidatura e currículos.

### **6. Outras atividades realizadas:**

- Participação em duas ações de sensibilização sobre a deficiência visual junto da comunidade escolar:

- na Comissão de Melhoramento de Santo Emilião (abrangendo crianças com idades compreendidas entre os 3 e os 11 anos de idade);
- na Escola EB 2,3 de Taíde (com cerca de 40 alunos, sinalizados pela escola). Intervenção na componente teórica das sessões de sensibilização, planificada e organizada pela Técnica Superior de Educação/Animadora Sociocultural;
- Colaboração na elaboração de um folheto para divulgação do acompanhamento psicológico na AADVDB (no âmbito do acompanhamento psicoeducativo)
- Atividades de apoio à Direção: elaboração de ofícios e mails;
- Formação, no âmbito da Qualidade.

### **Área Técnica: Serviço Social**

O Serviço Social da AADVDB no ano de 2011 foi prestado por uma Técnica Superior de Serviço Social, diariamente acumulando as funções de Direcção Técnica e de Gestora da Qualidade.

Para a concretização dos objectivos que se propôs o Serviço Social centrou-se em dois grandes pontos; o Atendimento, acompanhamento e apoio técnico e o Acompanhamento familiar e sistémico. De seguida passa-se à explanação de cada um destes pontos no que se refere a objectivos alcançados, metodologias implementadas e atividades realizadas.

#### **Atendimento, acompanhamento e apoio técnico**

Os elementos cruciais foram as entrevistas individuais, que permitiram fazer uma avaliação e um diagnóstico da real situação sócio-familiar de cada utente, fundamentando com visitas domiciliárias.

Os objectivos primordiais foram a construção de processos individuais, abarcando o contexto pessoal, familiar, laboral e social de cada utente; 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.

### **Acompanhamento familiar e sistémico**

Uma das preocupações do Serviço Social desta instituição foi perceber as causas e os efeitos dos problemas sociais, assim como a sua incidência na vida das pessoas, grupos e comunidades. De todos os utentes recorrentes a este serviço.

Este serviço, sempre que se justifica, procura articular com todos os serviços da comunidade. (Exemplo: Centros Sociais, Santa Casa da Misericórdia, Centros de Saúde, Câmaras Municipais, Serviços descentralizados da Segurança Social).

A Assistente Social informa, encaminha e acompanha os utentes para os recursos existentes capazes de dar resposta aos problemas apresentados, acompanha psicossocialmente os utentes e as suas famílias, colmata problemas de desigualdade social, económica e cultural e serve de mediador entre as pessoas e o Estado, defendendo causas particulares, garantido protecção em situação de ameaça de direitos e liberdades de determinadas pessoas ou grupos, intervém individualmente ou em grupo, dependendo da especificidade do problema da indivíduo e da sua família, motiva os utentes à participação e à responsabilidade de decidirem a orientação a dar aos problemas que afectam as suas vidas.

Responsável pela participação nas reuniões da Rede Social do concelho da Póvoa de Lanhoso, através de uma 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.

Responsável pelos protocolos com os Hospitais de Braga, Barcelos e Guimarães, articulando de forma a desenvolver estratégias de melhoria permanente no acompanhamento de cidadãos portadores de deficiência visual.

Responsável pela venda de material tiflotécnico, permitindo que os utentes tenham disponíveis materiais tiflotécnicos de forma a ajudá-los a ter autonomia

Responsável pela implementação de um projecto de qualidade e capacitação dos serviços sociais, visando 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.

#### **Atividade em Plano não realizada**

Protocolos com Autarquias, Centros de Saúde e Juntas de Freguesia, esta actividade não foi possível concretizar pelo facto da técnica responsável se ter encontrado de licença de maternidade.

#### **Atividades de carácter geral:**

<b>Atividades</b>	<b>Cronologia</b>	<b>Descrição da Atividade</b>
<b>Aniversário da AADVDB</b>	25 de Fevereiro	Comemoração do 16º Aniversário da AADVDB, numa festa convívio para todos os associados.
<b>Candidaturas/Programas</b>	Anual	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.
<b>Angariação de Fundos</b>	Anual	Angariação de fundos através de campanhas de sensibilização no apoio à sustentabilidade financeira da AADVDB.
<b>Parcerias e protocolos</b>	Anual	Estudo e estabelecimento de parcerias e protocolos com instituições e entidades de responsabilidade social e comunitária.
<b>Festa de Natal</b>	15 de Dezembro	Convívio de Natal, entre a direcção, colaboradores, utentes e seus familiares.
<b>Dossier do utente</b>	Anual	Cada utente que frequenta a AADVDB terá um processo (em papel), com toda a informação necessária a partilhar por todos os técnicos
<b>Levantamento/ diagnóstico e enquadramento da deficiência visual no distrito de Braga</b>	Anual	Entrevistas de triagem

### **Conclusão**

Neste relatório estão evidenciadas todas as actividades desenvolvidas pela AADVDB durante o exercício de 2012.

A Direcção agradece a todas as entidades oficiais especialmente a Segurança Social, às entidades privadas, particulares e empresas, aos nossos colaboradores pela dedicação e zelo no trabalho desenvolvido e aos associados pela participação na vida associativa.

Póvoa de Lanhoso, 20 de Março 2013

A Direcção

---