

Introdução

O Plano de Actividades da AADVDB para 2014 sistematiza as diversas propostas de acção definidas para concretizar os objectivos estratégicos e para responder às necessidades da organização e das diferentes partes interessadas.

Face à conjuntura nacional actual e ao desenvolvimento das actividades planeadas para 2013, pretende-se para 2014 a optimização dos serviços prestados pela AADVDB, através da racionalização dos recursos existentes, dinamização das actividades de carácter comercial associadas, e a criação de formas de diversificação das fontes de financiamento, acções estas geradoras dos recursos indispensáveis ao funcionamento e à perenidade da instituição, assim como a redução das despesas ao nível da estrutura e do funcionamento, procurando melhorar a qualidade dos serviços prestados, dos bens produzidos e também o reforço da imagem da AADVDB.

As linhas de acção para 2014 têm em conta critérios de eficiência, eficácia e qualidade, tendo em vista a existência de uma organização sustentável por via da sua acção operacional, com o objectivo de melhorar o desempenho da AADVDB, no cumprimento da sua missão e atribuições, criando meios que permitam uma diminuição do nível de dependência dos apoios públicos e em particular tendo em consideração o agravamento das condições económicas e sociais existentes no país e o seu impacto na organização.

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
<p>Avaliar necessidades de cada utente e suas famílias</p> <p>Diagnosticar situações-problema;</p> <p>Identificar potencialidades e recursos pessoais, familiares, sociais e comunitários susceptíveis de serem promovidos e rentabilizados;</p> <p>Estimular a consciencialização de capacidades e competências próprias, bem como recursos disponíveis.</p>	<p>Atendimento, acompanhamento e apoio técnico</p>	<p>Utentes e familiares</p>	<p>Humanos: Técnico de Serviço Social</p> <p>Materiais: Sala de atendimento e processos do utente</p> <p>Financeiros: Não se aplica</p>	<p>Técnica de Serviço Social</p>	<p>Janeiro a Dezembro</p>	<p>12 atendimentos mensais</p>		

Compreender as causas e os efeitos dos problemas sociais e familiares, bem como a sua incidência na vida das pessoas, grupos e comunidades.	Acompanhamento familiar sistémico através de visitas domiciliárias	Utentes e familiares	<p>Humanos: Técnico de Serviço Social</p> <p>Materiais: Material de desgaste</p> <p>Financeiros: Gasóleo</p>	Técnica de Serviço Social	Janeiro a Dezembro	4 visitas mensais
Articulação de forma a desenvolver estratégias de melhoria permanente no acompanhamento de cidadãos portadores de deficiência visual.	Protocolos com Autarquias, Centros de Saúde e Juntas de Freguesia	Utentes e familiares	<p>Humanos: Técnico de Serviço Social</p> <p>Materiais: Material de desgaste</p> <p>Financeiros: Gasóleo</p>	Técnica de Serviço Social	Janeiro a Dezembro	12 articulações anuais

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
Desenvolver competências orientadas para o bem-estar emocional dos utentes que apresentem essa necessidade; fortalecer aspetos emocionais e autoestima.	Sessões de atendimento e acompanhamento psicológico	Utentes que apresentem sintomatologia clínica ou perturbação psicológica	Humanos: -Psicóloga (eventualmente, articulação com outros profissionais que acompanhem os utentes) Materiais: sala de atendimento Financeiros: despesas inerentes ao transporte dos utentes			Psicóloga	Anual	200 atendimentos individuais
Proporcionar acompanhamento psicológico aos familiares que apresentem problemas de foro emocional ; identificar e diagnosticar fatores de stresse e risco nas famílias de modo a actuar nessas situações	Sessões de acompanhamento familiar, quer na AADVDB, quer através de visitas domiciliárias	Familiares de risco	Humanos: -Psicóloga (eventualmente articulação com Técnica de Serviço Social) Materiais: -Sala de atendimento; viatura para transporte (serviço externo) Financeiros: despesas inerentes às deslocações			Psicóloga	Anual	15 atendimentos a famílias

<p>Proporcionar acompanhamento psicoeducativo aos familiares de utentes deficientes visuais com dificuldades escolares (ou com problemas de foro clínico que afetam o rendimento escolar)</p>	<p>Sessões de apoio psicológico/psicoeducativo (sempre que solicitado)</p>	<p>Crianças e adolescentes familiares dos utentes</p>	<p>Humanos: - Psicóloga e articulação com outros agentes educativos (pais e professores)</p> <p>Materiais: -Sala de atendimento</p>	<p>Psicóloga</p>	<p>Anual (com exeção dos meses de Julho e Agosto)</p>	<p>20 atendimentos</p>
<p>- Sensibilizar a comunidade escolar para a igualdade de oportunidades e direitos das pessoas com deficiência visual</p>	<p>Sessões de sensibilização nas escolas</p>	<p>Comunidade escolar</p>	<p>Humanos: Equipa técnica</p> <p>Materiais: viatura para transporte</p> <p>Financeiros: despesas inerentes às deslocações</p>	<p>Animadora Sócio-Cultural</p>	<p>Fevereiro e Dezembro</p>	<p>Duas escolas do Distrito de Braga</p>

<p>Promover o desenvolvimento pessoal e social dos utentes, através da promoção de competências sociais; apoiar os utentes no estabelecimento relações positivas com os outros e a gerir positivamente atitudes agressivas e situações conflituosas; consciencializar os utentes dos seus direitos e deveres.</p>	<p>Programa promoção de competências sociais</p>	<p>Utentes</p>	<p>Humanos: Psicóloga Materias: - Sala de atendimento - Material de apoio - Viatura de transporte Financeiros: -Despesas inerentes ao transporte dos utentes</p>	<p>Psicóloga</p>	<p>De Fevereiro a Julho (duração aproximada de dois meses com cada grupo – três grupos)</p>	<p>Um programa de promoção de competências sociais com cada grupo</p>
---	--	----------------	---	------------------	---	---

<p>Sensibilizar e esclarecer sobre o papel da Psiquiatria na saúde mental; Desconstruir mitos e crenças relacionados com a medicação psiquiátrica</p>	<p>Ação de sensibilização sobre Saúde Mental</p>	<p>Utentes</p>	<p>Humanos: Psicóloga e Médico Psiquiatra Materiais: - Sala de atividades - Viatura de Transporte Financeiros: -Despesas inerentes ao transporte dos utentes</p>	<p>Psicóloga</p>	<p>Fevereiro</p>	<p>Uma sessão de sensibilização</p>
<p>Promover o contato e a partilha de experiências; sensibilizar para a importância da família e para um maior envolvimento e participação; desenvolver as redes informais de apoio do deficiente visual; ajudar a promover a autonomia e a autoimagem dos utentes deficientes visuais</p>	<p>Encontro de famílias, no qual os familiares terão a oportunidade de conhecer o modo de funcionamento da Associação e dos serviços prestados, assim como partilhar dificuldades e fazer sugestões.</p>	<p>Familiares dos utentes que frequentam semanalmente a Associação</p>	<p>Humanos: Psicóloga e equipa técnica Materiais: - Instalações da AADVDB - Documentação - Viatura de Transporte Financeiros: -Despesas inerentes aos transportes</p>	<p>Psicóloga</p>	<p>Outubro</p>	<p>Um encontro de famílias</p>

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
Explorar novos interesses e aptidões Incentivar a aprendizagem ludica e livre	Ateliers de Atividades Ludico Expressivas: Trabalhos Manuais, Teatro, Musica, Dança, entre outros .	Utentes	Humanos: -Animadora-socio-cultural -Animador cultural -Monitores Materiais: Em projeto Financeiros:			Animadora Sócio- Cultural	Anual	3 atividades por semana
Preservar a identidade dos utentes, desenvolvendo as suas capacidades, ao nível do equilíbrio sócio emocional e das relações interpessoais	Comemoração dos aniversários dos utentes	Utentes	Humanos: Equipa Materias: Mesas, Cadeiras Financeiros: - Lanche (bolo de aniversário e bebidas)			Animadora Sócio- Cultural	Anual	1 atividade por utente
Sensibilizar as Crianças e a Comunidade escolar, mobilizando a sua participação para a superação da discriminação de que são alvo as pessoas com Deficiência Visual	Sessões de sensibilização sobre a problemática da Deficiência Visual nas EB 1 do Distrito de Braga	Comunidade Escolar	Humanos: - Animadora Socio-Cultural - Psicologa - Utentes Materias: -DVD do Filme de Hellen Keller - Veiculos da AADVDB - Material Tiflotécnico Financeiros: -Combustivel			Animadora Sócio- Cultural	Fevereiro	1 escola

	Sessões de sensibilização sobre a problemática da Deficiência Visual nas EB 23 do Distrito de Braga	Comunidade Escolar	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Animadora Socio-Cultural - Psicologa -Tec. de Motricidade Humana -Tec. Cultural - Utentes <p>Materias:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cenários e guarda roupa ou Bola de Goalball - Material Tiflotécnico - Veiculos da AADVDB <p>Financeiros:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Combustivel 	Animadora Sócio-Cultural	Dezembro	1 escola
Promover a Peça de Teatro "A Semente da Verdade", encenada por um grupo de utentes	Exibição da Peça de Teatro "A Semente da Verdade"	Comunidade em geral	<p>Humanos:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Animadora-socio-cultural -Animador cultural -Monitores <p>Materias:</p> <ul style="list-style-type: none"> Sala Cenário Guarda Roupa Veiculos da AADVDB <p>Financeiros:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Combustivel 	Animadora Sócio-Cultural	A definir	1 apresentação

Relacionar os utentes com a arte e a cultura de uma forma lúdica e pedagógica	Visita ao Museu do Ouro - Travassos	Utentes	Humanos: -Animadora sócio-cultural -Animador cultural -Monitores Materias: - Veiculos da AADVDB Financeiros: -Combustivel	Animadora Sócio-Cultural	Março	3 visitas
Promover hábitos e comportamentos de vida saudáveis	Dia Mundial da Saude -Sensibilização: Viver com + Saúde	Utentes e Familiares	Humanos: Equipa Materias: - Sala, mesas, cadeiras - Material médico a definir pelo C.S.P.L - Veiculos da AADVDB Financeiros: -Combustivel -Lanche	Animadora Sócio-Cultural	Abril	1 sessão
Conhecer as vivências e historias antes e pós revolução	25 de Abril Dia da Liberdade - Tertulia	Utentes	Humanos: Animadora Sócio-Cultural Materias: - Sala, mesas, cadeiras - Veiculos da AADVDB Financeiros: -----	Animadora Sócio-Cultural	Abril	3 tertulias
Promover a aproximação entre os utentes e a família	Dia Mundial da Família: Convivio	Utentes, Direcção Colaboradores e seus Familiares	Humanos: -Equipa Materias: Veiculos da AADVDB e ou Autocarro Financeiros:	Animadora Sócio-Cultural	Maio	1 atividade

			-Combustivel -Lanche			
Proporcionar aos utentes atividades que visem o proveito das condições climatéricas que o verão proporciona	Verão em Movimento	Utentes	Humanos: -Animadora socio-cultural -Animador cultural -Monitores Materias: - Veiculos da AADVDB Financeiros: -Combustivel	Animadora Sócio- Cultural	Julho/Agosto	3 atividades
Recordar costumes e tradições	Comemoração dos Santos Populares: Sardinhada	Utentes	Humanos: -Equipa Materias: - Sala - Mesas, Cadeiras - Veiculos da AADVDB - Utensilios de cozinha, cadeiras , mesas, aparelhagem de musica Financeiros: -Combustivel - Produtos alimentares,	Animadora Sócio- Cultural	Junho	3 atividade
	Magusto	Utentes	Humanos: Equipa Materias: -Veiculos da AADVDB Financeiros: -Combustivel - Castanhas - Bebidas	Animadora Sócio- Cultural	Novembro	1 atividade

Promover um momento de reflexão, partilha e convívio	Visita a Fátima	Utentes	Humanos: -Equipa Materias: -Autocarro Financeiros: -Combustivel -Portagens - Despesas com o Motorista	Animadora Sócio- Cultural	Setembro	1 atividade
Promover o reconhecimento da independência das pessoas cegas e a sua plena participação na sociedade	Dia Mundial da Bengala Branca - Almoço Convívio e Visita ao Eco- Museu do Barroso (Salto-Montalegre)	Utentes	Humanos: Equipa Materias: -Veiculos da AADVDB e ou Autocarro Financeiros: -Combustivel	Animadora Sócio- Cultural	Outubro	1 atividade

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
Promover uma maior mobilidade, autonomia e manutenção de valências físicas como a força muscular e flexibilidade	Sessões de actividade motora adaptada	Utentes que frequentam a Associação	Humanos: Técnico Cultural e monitoras;	Materiais: Bola de goalball, corda e fita cola;	Financeiros: Compra de fita cola	Técnico de Motricidade Humana	Julho a Setembro	Quatro vezes por mes
Estimulação das funções cardíacas e respiratórias; Desenvolver as condutas psico-motoras e sociais.	Sessão de Motricidade e Comunicação	Utentes que frequentam a Associação	Humanos: Monitoras;	Materiais: Rádio;	Financeiros: Não aplicável	Técnico de Motricidade Humana	Janeiro a Junho; Setembro a Dezembro	Quatro vezes por mes

<p>Trabalhar o equilíbrio e noção corporal.</p>	<p>Sessões de bicicleta</p>	<p>Utentes que frequentam a Associação</p>	<p>Humanos: Monitoras;</p> <p>Materiais: Bicicleta;</p> <p>Financeiros: Não aplicável</p>	<p>Técnico de Motricidade Humana</p>	<p>Julho a Setembro</p>	<p>Quatro vezes por mes</p>
---	-----------------------------	--	--	--------------------------------------	-------------------------	-----------------------------

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
Promover autonomia na locomoção; Promover a autoconfiança, aumento da auto-estima e independência.	Sessões de Orientação e Mobilidade	Utentes que frequentam a Associação	Humanos: Não aplicável	Materiais: Não aplicável	Financeiros: Não aplicável	Técnico de Motricidade Humana	Janeiro a Dezembro	Quatro vezes por mes
Melhorar a condição física e a capacidade funcional; Promover o desenvolvimento/manutenção dos sistemas cardiorespiratórios; Desenvolver a força muscular e coordenação física geral	Hidroginástica / Hidroterapia	Utentes que frequentam a Associação	Humanos: Técnico Cultural e monitoras;	Materiais: Materiais disponibilizados pelas piscinas;	Financeiros: Não aplicável	Técnico de Motricidade Humana	Janeiro a Junho; Setembro a Dezembro	Quatro vezes por mes

<p>Desenvolver, de forma independente as atividades da vida diária ; Contribuir para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência visual.</p>	<p>Actividade de Vida Diaria</p>	<p>Utentes que frequentam a Associação</p>	<p>Humanos: Animadora Sociocultural;</p> <p>Materiais: Estúdio de AVD's</p> <p>Financeiros: Compra de material</p>	<p>Técnico de Motricidade Humana</p>	<p>Janeiro a Dezembro</p>	<p>Quatro vezes por mes</p>
<p>Promover melhorias através dos sentidos do tacto e da mente. O contacto com o mundo das plantas estimula todos os sentidos, aliviando o stress.</p>	<p>Horticultura Terapeutica</p>	<p>Utentes que frequentam a Associação</p>	<p>Humanos: Animadora Sociocultural e administrativa;</p> <p>Materiais: Materiais necessários á realização da atividade</p> <p>Financeiros: Compra de materiais</p>	<p>Técnico de Motricidade Humana</p>	<p>Janeiro a Junho; Setembro a Dezembro</p>	<p>Quatro vezes por mes</p>

Objetivo Geral	Atividades	Destinatários	Recursos Necessários			Responsável	Calendarização	Meta
			Humanos	Materiais	Financeiros			
Divulgar o centro de atendimento, Acompanhamento e animação e informar e sensibilizar a comunidade em geral para a deficiência visual	Coordenação da página Correio do Minho e Maria da Fonte	Associados AADVDB, comunidade em geral e parceiros	Humanos: Parceiros Equipa técnica Direcção Associados Utentes Materiais: Computador Financeiros: Manutenção da página	Técnico Cultural	Anual	Notícias quinzenalmente		
Promover e dinamizar a criatividade das actividades lúdico expressivas	Trabalhos manuais	Grupos de atendimento semanal	Sala polivalente Materiais de desgaste Transporte AADVDB	Co-responsável: Técnico Cultural	Janeiro / Fevereiro / Março Abril	Três grupos de apoio semanal		

Exploração de actividades artísticas, fomentar os associados a participação de actividades culturais	Sessões de interpretação corporal e musical	Grupos de atendimento semanal	Sala polivalente Materiais de desgaste e instrumentos musicais	Técnico Cultural	Março, Abril	Três grupos de apoio semanal
Proporcionar momentos de reflexão e debates sobre várias temáticas	Sessões de debates associativos	Grupos de atendimento semanal	Humanos: Monitoras Materiais: Sala polivalente Financeiros: Gasóleo	Técnico Cultural	Março, Abril	Três grupos de apoio semanal
Promover o desporto adaptado Goalball com Jogos não oficiais	Jogos não oficiais Goalball	Grupos de atendimento	Humanos: Monitoras Materiais: Pavilhão Financeiros: Gasóleo	Co-Responsável: Técnico Cultural	Fevereiro, Abril, Junho	3 Jogos

Fomentar e organizar a prática de ciclismo	Clube de ciclismo AADVDB	Grupos de atendimento semanal	Humanos: Monitoras Materiais: Bicicletas Material desportivo de segurança Financeiros: Gasóleo	Co-Responsável: Técnico cultural	Anual	Três grupos de apoio semanal
--	--------------------------	-------------------------------	---	-------------------------------------	-------	------------------------------

Promover a prática de natação	Natação	Grupos de atendimento semanal	Humanos: Monitoras Materiais: Piscina Municipal Financeiros: Gasóleo	Co-Responsável: Técnico cultural	Janeiro, Fevereiro, Março, Abril, Maio, Junho	Três grupos de apoio semanal
Promover a prática de actividade física, melhoramento muscular	Sessões de actividades físicas	Grupos de atendimento semanal	Humanos: Monitoras Materiais: Parque bio saudável Financeiros: Gasóleo	Co-Responsável: Técnico cultural	Maio, Junho, Julho	Três grupos de apoio semanal

Data: / /

Aprovado por: _____