



J. Carri
Isabel Melo
JF.
2021-17

PLANO DE ATIVIDADES 2022

ASSOCIAÇÃO CULTURAL DE SURDOS DA AMADORA

P. Garcia
Isabel Melo
17/11/17

ÍNDICE

1. Nota introdutória	3
2. Caracterização institucional:	4
2.1. Enquadramento	4
2.2. Missão, visão e valores	4
2.3. Objetivos	4
2.4. Estrutura orgânica	5
2.5. Objetivos para 2022	5
2.6. Caracterização da resposta social	6
2.7. Parcerias	7
2.6. População alvo	7
3. Eixos de Intervenção:	8
3.1. Área Administrativa	8
3.2. Área da Gestão de Equipamento	9
3.3. Área Financeira	10
3.4. Área Desportiva	11
3.5. Área Social	12
3.6. Área Educativa	14

J. Garcia
Isabel Melo
JP.
14/11/22

1. NOTA INTRODUTÓRIA

O presente Plano de Atividades tem por finalidade apresentar as várias iniciativas e objetivos estratégicos e operacionais que cada atividade/resposta social pretende alcançar.

Em 2022, a Direção da ACSA propõe-se continuar e aperfeiçoar o trabalho que tem vindo a desenvolver em anos anteriores e na promoção de novas atividades direcionadas a sócios e utentes.

O documento foi delineado com o objetivo de reativar a atividade da instituição retornando ao seu funcionamento habitual apesar de se antever que 2022 seja um ano em que se continue a sentir os impactos da pandemia na sociedade. Todavia, tentaremos manter um espírito de dedicação, empenho e optimismo para o ano de 2022 perspetivando a recuperação de alguma normalidade.

J. Gamito
Isabel Melo
18-17

2. CARACTERIZAÇÃO INSTITUCIONAL

2.1. ENQUADRAMENTO

A Associação Cultural de Surdos da Amadora é uma Instituição Particular de Solidariedade Social sem fins lucrativos nos termos do n.º 1 do artigo 1.º do Estatuto aprovado pelo Decreto-Lei n.º 119/83 de 25 de Fevereiro, fundada no dia 01 de Outubro de 1977, por um grupo de surdos residentes, na altura, na Vila da Amadora reconhecida como Pessoa Coletiva de Utilidade Pública pelo Secretário de Estado da Segurança Social ao abrigo do Despacho n.º 6/83 em 04 de Maio de 1983.

A ACSA é uma entidade reconhecida pelo Município da Amadora pelo seu apreciável contributo de elevado valor social.

2.2. MISSÃO, VISÃO E VALORES

A Associação cultural de surdos da Amadora tem como Missão apoiar, defender e promover os direitos, interesses sociais e culturais, económicos e profissionais dos seus associados.

Tem como visão a contribuição para o desenvolvimento e integração social dos utentes através de serviços prestados pela instituição e do aperfeiçoamento contínuo das suas práticas.

A sua ação assenta em valores e princípios importantes como humanização, solidariedade e cooperação, responsabilidade, integridade, equidade, dignidade, privacidade, confidencialidade e liberdade individual das pessoas com deficiência ou incapacidade.

A sua atuação é focada na operacionalização dos serviços prestados adotando uma metodologia centrada na pessoa/utente na prossecução de uma melhoria contínua dos processos e resultados.

2.3. OBJETIVOS

A Associação Cultural de Surdos da Amadora tem como finalidade:

- Defender e promover os direitos e interesses das pessoas surdas e suas famílias, em ordem à sua integração social comunitária e cultural, e valorização e realização pessoal e profissional;
- Promover a defesa dos direitos da pessoa surda;

J. Gama
Isabel Melo
SP
4/1/22

- Sensibilizar a comunidade em geral para a problemática da surdez;
- Proporcionar a igualdade de tratamento e oportunidades da pessoa surda, designadamente no mercado de trabalho;
- Proporcionar melhores condições de prevenção, desenvolvimento, e integração social, eliminando todas as formas de discriminação, rejeição, conformismo, compaixão e protecionismo.

2.4. ESTRUTURA ORGÂNICA



2.5. OBJETIVOS PARA 2022

A Associação Cultural de Surdos da Amadora tem como objetivos para 2022:

- Incentivar a adesão de novos sócios;
- Motivar a participação dos associados e utentes na vida associativa,
- Incentivo na retoma da atividade desportiva pós COVID-19 seguindo as recomendações da DGS;
- Promover a realização de exames desportivos contribuindo para a formação de atletas saudáveis;
- Identificar os interesses da população alvo no âmbito da nossa intervenção;

J. Garcia
Isabel Melo
SP
17/11/17

- Continuar a dotar os serviços administrativos com uma estrutura que permita aumentar a sua capacidade de resposta aos pedidos solicitados;
- Melhoria contínua dos serviços e apoios prestados nas mais diversas áreas,
- Manter e consolidar as relações com as associações congéneres;
- Manter e consolidar as relações com as forças vivas do município;
- Manter as parcerias celebradas e estabelecer novas parcerias, formais ou informais, no âmbito da sua atuação.

2.6. CARACTERIZAÇÃO DA RESPOSTA SOCIAL

A instituição dispõe de um Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência e Incapacidade (CAARPD), sendo esta uma estrutura polivalente onde se desenvolvem vários serviços e atividades, que de uma forma articulada, procuram informar, orientar e apoiar as pessoas surdas e as suas famílias, promovendo o desenvolvimento de competências necessárias à resolução de problemas.

De igual forma, promove a defesa dos direitos da pessoa surda, ampliando o conhecimento e desenvolvendo a consciência cívica como elemento fundamental no processo de formação de cidadãos críticos, ativos e intervenientes; informa e sensibiliza a comunidade social para a problemática da surdez, promovendo uma mudança de atitude; promove a igualdade de oportunidades no mercado de trabalho fomentando melhores condições de inclusão social, disponibilizando respostas integradas, face às necessidades da população.

Presta serviços a nível de atendimento e acompanhamento social; apoio, conselho jurídico e resolução conjunta dos problemas apresentados; Apoio na procura de emprego bem como acompanhamento personalizado dos desempregados em fase de inserção ou reinserção profissional, auxílio na elaboração de Currículos Vitae e resposta a ofertas de emprego; apoio na tradução e interpretação em língua gestual em diversas áreas de vida dos utentes nos serviços internos e externos à instituição, da realização sessões de esclarecimento sobre o Código da Estrada, no acompanhamento e tradução em língua gestual de exames de Código bem como tradução de documentos escritos em língua portuguesa para língua gestual e vice-versa; acompanhamento em sessões de preservação familiar; da disponibilização de produtos de apoio à funcionalidade e à autonomia, nas situações de que exijam o recurso a ajudas técnicas; desenvolvimento de prática desportiva.

J. Gomes
Isabel Melo
JP
VP-17

- A instituição desenvolve, paralelamente, atividades de cariz médico, sociocultural e formativo.

2.7. PARCERIAS

A ACSA procura, de uma forma contínua, desenvolver parcerias de forma a poder aumentar a capacidade de resposta da Instituição, promover a inovação e a continuidade dos serviços prestados aos utentes (atuais e futuros).

Acreditamos que o trabalho em parceria contribui para um melhor desenvolvimento e abrangência dos serviços prestados promovendo a inclusão social na sociedade e contribuindo para um aumento do nível de satisfação.

2.8. POPULAÇÃO ALVO

A instituição presta apoio a pessoas com deficiência e incapacidade, suas famílias ou cuidadores informais que solicitem os serviços do CAARPD.

J. Gami
Isabel Melo
WPH

3. EIXOS DE INTERVENÇÃO

Em 2022 pretende-se desenvolver e consolidar atividades em diversas áreas:

3.1.ÁREA ADMINISTRATIVA:

É importante continuar a dotar os serviços administrativos da Associação com uma estrutura que permita assegurar a capacidade de resposta aos sócios e utentes a em vários níveis.

Atividade: Atendimento ao Público

Fundamentação:

De modo a proporcionar respostas adequadas às necessidades sociais dos seus associados e utentes, pretende-se manter o atendimento ao público, dentro do horário laboral nas suas diversas valências.

Planeamento e Execução:

- Manutenção da prestação de serviços com o objetivo de gestão de sócios e desenvolvimento dos projetos;
- Garantir o horário de atendimento ao público que permita o acesso ao espaço da ACSA e aos seus recursos.

Atividade: Atualização da base de dados de contactos

Fundamentação:

Uma Instituição deve conhecer o seu meio envolvente de forma a agir de forma eficaz.

Assim é necessário proceder à recolha de contatos e informações nas mais variadas áreas e domínios com o objetivo de organizar ações e tarefas.

Planeamento e execução:

- Atualização da base de dados de Gestão de Contactos de forma a manter registo de nomes, endereços, números de telefone e outras informações de colaboradores, equipamentos, serviços e agentes da comunidade.

J. Gomes
K. Silva
APM

Atividade: Gestão de sócios

Fundamentação:

De maneira a garantir uma gestão cuidadosa dos nossos associados, pretende-se que estes vejam as suas necessidades asseguradas. Procuramos proporcionar-lhes bem-estar e garantir a sua integração social, através de projetos e atividades que lhe sejam destinadas.

Planeamento e execução:

- Atualização da base dados de sócios;
- Comunicação regular com os sócios;
- Balanço das atividades realizadas;
- Convocatória para Assembleias Gerais.

Atividade: Manutenção do Site da ACSA e da página do Facebook

Fundamentação:

Assiste-se a uma maior exigência em termos sociais da atualização constante da informação.

Em 2022, pretendemos dar continuidade a esta área com a criação e manutenção de uma nova página de internet com uma imagem dinâmica, cuidada e mais moderna assim como o recurso às redes sociais. Pretende-se divulgar informação sobre as atividades e projetos desenvolvidos pela Associação, promovendo uma melhoria da comunicação externa da Instituição e permitindo que a informação chegue a mais utentes e dando visibilidade ao trabalho desenvolvido.

Planeamento e execução:

- Criação e atualização do site institucional com uma imagem nova e atualizada;
- Atualização constante da página do *facebook*;
- Publicação de vídeos na página do *facebook*;
- Publicação de vídeos na página do *facebook* com a participação dos utentes no decorrer das atividades e projetos da ACSA;
- Publicação e divulgação de notícias e informação relevante para a comunidade surda.

3.2.ÁREA DA GESTÃO DE EQUIPAMENTO:

Atividade: Manutenção dos serviços de medicina e higiene no trabalho

Fundamentação:

Para garantir boas condições de trabalho e funcionamento da resposta social, pretende-se continuar a cumprir com o disposto na lei referente à área da medicina e higiene no trabalho.

Planeamento e execução:

- Dar continuidade à contratualização do serviço de desbaratização e desratização trimestrais,
- Realização de auditoria de segurança no trabalho.

*J. Gama
Kabe/Me
4-17*

Atividade: Manutenção de Equipamento de segurança

Fundamentação:

Para garantir uma boa segurança do espaço, pretende-se continuar a solicitar serviços, a entidade externa na área da segurança no trabalho.

Planeamento e execução:

- Revisão anual da Central de Segurança contra incêndios,
- Revisão dos extintores existentes na Instituição.

3.3.ÁREA FINANCEIRA:

Atividade: Campanha de angariação de fundos para o novo equipamento social

Fundamentação

Pretende-se continuar a mobilizar a comunidade para a angariação de fundos e recursos necessários para a implementação de um novo equipamento social com várias respostas sociais.

Planeamento e execução:

- Planeamento de estratégias de ação;
- Criação de parcerias;
- Promoção de ações de angariação de fundos junto de dirigentes, sócios, trabalhadores, colaboradores e comunidade local;
- Outras campanhas de angariação de fundos junto de entidades públicas e privadas e comunidade em geral;
- Consignação do IRS.

Atividade: Elaboração de candidaturas a programas de financiamento

Fundamentação:

Pretende-se promover a implementação de projetos que contribuam para a melhoria da qualidade das respostas sociais e da qualidade de vida dos utentes da ACSA.

Planeamento e execução:

- Identificação das necessidades dos utentes;
- Sinalizar candidaturas a diferentes programas e iniciativas comunitárias, em alinhamento com os objetivos estratégicos da ACSA;
- Planear todas as atividades respeitantes à elaboração dos dossiers dos concursos a submeter às entidades financiadoras;
- Desenvolver todos os procedimentos necessários ao início, execução e fim dos projetos aprovados;
- Recurso a sinergias junto de outras entidades da comunidade local.

Handwritten signature and date:
16/01/2022

3.4 ÁREA DESPORTIVA

Atividade: Concurso de Pesca Desportiva Interassociações

Fundamentação:

Pretende-se continuar a realizar os torneios anuais de pesca desportiva interassociações com o objetivo de estreitar os laços sociais entre as várias associações de surdos, assim como fomentar o gosto pela prática do exercício físico.

Planeamento e execução:

- Candidaturas a programas de apoio financeiro;
- Manutenção de parcerias com a Federação Portuguesa de Pesca Desportiva, a Capitania do Porto de Lisboa, a Administração do Porto de Lisboa;
- Organização logística do evento;
- Divulgação da atividade pelas redes sociais, por *e-mail* e pelo passa-a-palavra entre os utentes das diversas associações de surdos.

Atividade: Convívios de Pesca entre associados

Fundamentação:

Com o propósito de estreitar os laços sociais da ACSA, assim como fomentar o gosto pela prática de exercício físico, pretende-se continuar a realizar os convívios de pesca desportiva entre associados

Planeamento e execução:

- Organização logística dos convívios;
- Divulgação pelas redes sociais, por *e-mail* e pelo passa-a-palavra entre os utentes.

Atividade: Dinamização da equipa de futsal

Fundamentação:

O Futsal é uma atividade física com inúmeros benefícios tais como: melhora a flexibilidade, a coordenação, a mobilidade articular, o reflexo, a agilidade e a concentração, desenvolvendo a identificação, valorização e assimilação de regras e características básicas da modalidade, assim como promovendo a socialização dos praticantes e desenvolvendo o espírito de equipa.

Planeamento e execução:

- Realização de treinos semanais (ao sábado);
- Realização de exames desportivos;
- Criação de parcerias com diversas entidades;
- Organização de várias iniciativas em parceria com associações congéneres;
- Divulgação das atividades junto de utentes e familiares;
- Recolha de inscrições de participantes;
- Realização da atividade;
- Captação de novos jogadores.

Atividade: Dinamização da atividade física na terceira idade

Fundamentação:

Manter-se ativo é fundamental e na terceira idade não é diferente. A atividade física nesta idade é muito importante para promover a sensação de bem-estar levando a um aumento da autoestima, da confiança e da aceitação da imagem que o idoso possui de si mesmo; favorecer o fortalecimento do sistema imunológico; fortalecer os ossos e os músculos, diminuindo o risco de quedas e ajudando a caminhar melhor e a prevenir doenças como hipertensão, derrames, varizes, obesidade, diabetes, osteoporose, câncer, ansiedade, depressão, problemas no coração e pulmões; diminuir o isolamento social porque aumenta a proximidade com outras pessoas.

É importante destacar que toda a atividade física deve ser adaptada à capacidade física do idoso e deve ser realizada em grupo ou em duplas, para que seja mais motivante, evitando assim o abandono da atividade. Numa fase inicial, devem ser realizadas atividades de baixo impacto como caminhadas, evitando o risco de lesões nos músculos e sobrecarga das articulações.

Planeamento e execução:

- Criação de parcerias com diversas entidades para apoio técnico especializado,
- Divulgação das atividades junto de utentes e familiares,
- Recolha de inscrições de participantes,
- Realização de aulas semanais de ginástica para idosos,
- Realização de caminhadas em vários locais públicos.

3.5 ÁREA SOCIAL:

Atividade: Manutenção da Resposta Social - Centro de Atendimento Acompanhamento e Reabilitação Social para pessoas com deficiência e incapacidade (CAAARPD)

Fundamentação:

O CAARPD é uma estrutura polivalente onde se desenvolvem vários serviços e atividades, que de uma forma articulada, procuram informar, orientar e apoiar as pessoas surdas e as suas famílias, promovendo o desenvolvimento de competências necessárias à resolução de problemas, bem como atividades de cariz sociocultural, desportivo e formativo.

Planeamento e execução:

- Divulgação da resposta social;
- Informar, apoiar e orientar as pessoas surdas e as suas famílias na resolução dos problemas, encaminhando-as para os serviços e equipamentos sociais adequados para cada situação;
- Prestação de serviços de acompanhamento social (ex.: apoio social, na procura de emprego, jurídico, psicológico e na tradução e interpretação em língua gestual) e de reabilitação social;
- Disponibilização de produtos de apoio à funcionalidade e à autonomia;
- Desenvolvimento de atividades no âmbito da reabilitação social.

Atividade: Participação na Comissão Social de Freguesia da Falagueira-Venda Nova e na Rede Social da Amadora

Fundamentação:

Pretende-se cooperar com as diferentes associações, com a Junta de Freguesia da Falagueira-Venda Nova e com a Câmara Municipal da Amadora, nos diversos momentos e projetos comuns.

Planeamento e execução:

- Participação nas reuniões de trabalho com os diferentes parceiros;
- Dinamização das atividades preparadas em articulação com as diferentes Instituições.

Atividade: Participação no Eixo II do Plano Estratégico para o Envelhecimento Sustentável (PEES)

Fundamentação:

Na sequência do progressivo envelhecimento da população da cidade da Amadora, o PEES foi elaborado por parceiros públicos e privados do município e que se encontra em processo de implementação até 2025. Este Plano propõe uma intervenção no envelhecimento como um fenómeno que tem impacto na comunidade como um todo, procurando melhorar a qualidade de vida dos cidadãos ao longo do percurso de vida, envolvendo os vários agentes da Amadora.

Planeamento e execução:

- Participação nas reuniões de trabalho com os parceiros do Eixo II,
- Participação nas reuniões da Comissão Alargada para garantir o acompanhamento e avaliação do Plano,
- Dinamização de atividades preparadas em articulação com os diferentes parceiros no âmbito do previsto no Plano.

Atividade: Desenvolvimento de atividades e realização de saídas ao exterior com utentes e familiares

Fundamentação:

Para o bem-estar das pessoas com deficiência, é necessário promover a socialização e o desenvolvimento de atividades de exterior que facilitem o convívio entre as famílias, promovendo desta forma diferentes contextos de relação no utente.

Planeamento e execução:

- Planeamento de atividades e visitas de estudo, nomeadamente: realização de passeio em Lisboa por terra e água em autocarro anfíbio em parceria com a HIPPOtrip, passeio aos pontos de interesse de Arouca;
- Criação de parcerias com várias entidades;
- Divulgação das atividades junto dos utentes e das famílias;
- Recolha de inscrições de participantes;
- Realização da atividade.

J. Gouveia
Isabel M. L.
J. G.
W. H.

Atividade: Comemoração do 45º Aniversário da ACSA

Fundamentação:

É necessário celebrar este marco importante na vida da instituição em conjunto com sócios, dirigentes, técnicos, funcionários e colaboradores.

Planeamento e execução:

- Organização de um almoço comemorativo;
- Divulgação da atividade junto dos utentes e seus familiares;
- Recolha de inscrições de participantes;
- Realização das atividades.

Atividade: Convívio para celebração de datas comemorativas

Fundamentação:

Com o objetivo de aumentar os laços entre os vários utentes e familiares, pretende-se proporcionar espaços de convívio, em datas festivas e comemorativas.

Planeamento e execução:

- Realização de eventos comemorativos de datas festivas, nomeadamente Carnaval, dia da Mulher, Dia do Pai, Santos Populares, Magusto, Natal e Passagem de Ano.

3.6. ÁREA EDUCATIVA:

Atividade: Curso de Língua Gestual Portuguesa

Fundamentação:

Pretende-se promover o ensino e divulgação da LGP junto da comunidade local e público em geral que não tenham conhecimento da língua gestual.

Planeamento e execução:

- Organização de um Curso de Língua Gestual Portuguesa;
- Manutenção de protocolos de colaboração e de parcerias;
- Divulgação da atividade junto da comunidade local;
- Recolha de Inscrições de participantes.

J. Camê
V. S. M. 4/18
SP
18/11

Atividade: Realização de atelier de croché e artesanato

Fundamentação:

Tendo em linha de conta o feedback positivo dado pelos associados da Instituição, em 2022 pretendemos dinamizar bissemanalmente sessões, com a duração de 3h cada, onde serão realizados trabalhos de croché e artesanato utilizando a técnica de Biscuit. Esta será também uma oportunidade de estreitar os laços sociais entre os sócios da Associação bem como de dar visibilidade ao trabalho desenvolvido pela ACSA.

Planeamento e execução:

- Reunir um grupo de associados bissemanalmente que realize em conjunto trabalhos de croché e de artesanato;
- Representatividade em eventos organizados pela Câmara Municipal da Amadora e a Junta de Freguesia da Falagueira-Venda Nova;
- Divulgação da atividade junto dos utentes;
- Recolha de inscrições dos participantes.