

Plano de Atividades 2022



Conteúdo

1. Objetivos Transversais	3
1.1. Conhecer e dar-se a conhecer às Instituições da Comunidade	3
1.2. Estabelecer novas parcerias/sinergias com outras estruturas/instituições da comunidade que permitam rentabilizar recursos e serviços	3
1.3. Promover o envolvimento e a participação dos Associados	3
1.4. Promover o uso eficiente dos recursos e meios Informáticos	4
1.5. Garantir a sustentabilidade financeira da Associação	4
2. Recursos Humanos	4
3. Serviços/Respostas Sociais	5
3.1. Grupos de Vida Social Apoiada	6
3.2. Projeto A_JU_DANÇA	10
3.3. InBoccia	11
3.4 Projeto (IN)Capazes	13
3.5 Projeto de participação social e comunitária	14

1. Objetivos Transversais

1.1. Conhecer e dar-se a conhecer às Instituições da Comunidade

Responsabilidade: Direção e Associados efetivos.

Divulgar a “IN – Associação para a Inclusão ao Longo da Vida”, na comunidade envolvente e na sociedade em geral.

1.2. Estabelecer novas parcerias/sinergias com outras estruturas/instituições da comunidade que permitam rentabilizar recursos e serviços

Responsabilidade: Direção e Associados efetivos. Responsáveis de cada projeto.

Promover a partilha de iniciativas e eventos da associação e possibilitar o desenvolvimento de novos projetos que se justifiquem.

A In tem vindo a promover a realização de estágios do 3º ano de Licenciatura de Educação Social em parceria com a Escola Superior de Educação do Porto (Instituto Politécnico do Porto), estando a decorrer atualmente o quarto estágio de educação social, constituído pela Cátia Leira e Rita França.

1.3. Promover o envolvimento e a participação dos Associados

Responsabilidade: Direção e Associados efetivos.

A participação dos Associados continua a ser primordial para o desenvolvimento permanente da Associação.

Prevê-se o envolvimento dos Associados na dinamização das Assembleias Gerais; na divulgação da informação através do e-mail e das redes sociais; na organização de eventos que promovam uma maior visibilidade da IN na comunidade envolvente e na sociedade em geral.

1.4. Promover o uso eficiente dos recursos e meios Informáticos

Dinamização da página do Facebook e Instagram para partilha das atividades dos projetos da Associação.

Cada projeto participa na dinamização das redes sociais.

O Rui Reinho trabalha no desenvolvimento deste objetivo.

1.5. Garantir a sustentabilidade financeira da Associação

Desenvolvimento de candidaturas a programas de financiamento para dar seguimento a projetos específicos ou iniciar novos projetos;

Donativos endereçados a projetos específicos;

Continuidade da consignação do IRS nas Finanças;

Pagamento direto por parte dos clientes de cada projeto;

Promoção de angariações de fundos.

2. Recursos Humanos

Os recursos humanos necessários ao desenvolvimento/prestação dos serviços da Associação serão técnicos afetos à IN, em regime de avença.

Sónia Nunes da Silva manterá o serviço administrativo – apoio à contabilidade, faturação, cobranças e expediente.

A Bruna Jeremias e o Rui Reinho trabalham no crescimento da associação através de angariação de fundos/apoios, candidaturas, promoção de parcerias, entre outras funções.

A Contabilidade é assegurada pelo Dr. Carlos Lopes – Contabilista Certificado.

De um modo geral, os serviços e respostas sociais previstos objetivam informar, orientar e apoiar as pessoas participantes nos projetos, promovendo o desenvolvimento das competências necessárias à resolução dos seus próprios problemas, bem como proporcionar oferta de atividades de animação sociocultural, desportivas e culturais.

3.1. Grupos de Vida Social Apoiada

Os Grupos de Vida Social Apoiada, são uma resposta em parceria com O Fio de Ariana – Educação e Terapia C.R.L. (associado coletivo da IN), que visa responder às necessidades identificadas nas crianças e jovens com deficiência ao nível da participação e integração social, relacionamento interpessoal e construção e manutenção de suporte social. Objetivam fomentar o desenvolvimento de competências de interação e integração social, fortalecendo as suas redes de apoio social, facilitar a inclusão e a participação efetiva na comunidade. Pretende-se, ainda, facilitar às famílias dos sócios a construção e manutenção de uma forma alternativa de suporte social, promovendo o associativismo, bem como as informações necessárias para que, quando apropriado, preparem a transição dos seus filhos para a idade pós-escolar.

Foi efetuado um protocolo com O Fio de Ariana – Educação e Terapia, C.R.L. para prestação de serviços dos Grupos de Vida Social Apoiada, passando os grupos aqui assinalados a pertencer à IN – Associação para a Inclusão ao Longo da Vida, e os técnicos dos grupos a estar sobre a responsabilidade de O Fio de Ariana, recebendo uma avença mensal pela prestação de serviços.

Em 2020, a IN foi listada como entidade colaboradora na candidatura do Fio de Ariana ao BPI Capacitar, tendo conseguido a sua aprovação. Este apoio permitirá suportar a melhoria do projeto, tendo como objetivos a criação de um processo interno de organização e estruturação das atividades, a procura de um modelo mais sustentável financeiramente, o investimento na promoção e divulgação do projeto, o aumento do número de beneficiários e a criação de uma resposta para pais, através de momentos de formação e partilha.

Os Grupos de Vida Social Apoiada incluem 4 grupos que funcionam em parceria com a IN:

- **GADI (Grupo de Amigos Divertidos e Inseparáveis)**
- **GDJ Entr'amigos**
- **INMAXI**
- **JIGA (Jovens Incríveis num Grupo de Amigos)**

Dimensões

(1) Beneficiários diretos

Pessoas com Deficiência e/ou Incapacidade (PCDI) intelectual e/ou adaptativa que participam de forma regular nos GVSA. São pessoas com défice ao nível da função intelectual e/ou adaptativa.

Podem ser crianças, jovens ou adultos que, devido a um comprometimento ao nível do desenvolvimento, se encontrem em posição de exclusão social, com poucas oportunidades ou dificuldades em construir a sua própria rede de amigos.

São o principal foco da resposta e participam ativamente em todo o processo. Propõem e votam nas atividades a realizar em grupo, planeiam e avaliam esses momentos em reunião.

(2) Voluntários

Os nossos voluntários são elementos da comunidade que participam ativamente no grupo, tornando-o mais inclusivo. Contribuem para o bom funcionamento das reuniões e atividades, tendo sempre por base os objetivos dos GVSA. Têm o mesmo poder de voto e participação que os beneficiários, constituindo mais um elemento do "grupo de amigos".

(3) Famílias dos beneficiários diretos

Famílias ou rede dos beneficiários, são beneficiários indiretos na sua génese. Beneficiam diretamente da formação para pais. Estão sempre por dentro e a par do processo e funcionamento dos Grupos e chegam a ser membros participantes nos eventos e atividades anuais. É através da comunicação mantida com os técnicos que constroem a ponte necessária entre os GVSA e os mais diversificados contextos em que os nossos participantes se inserem. Um dos nossos focos passa pela construção e manutenção de uma rede de suporte e partilha entre as várias famílias.

Atividades

(1) Atividades Regulares

Participam nestas atividades os beneficiários diretos e os voluntários. São preparadas, orientadas e moderadas pelos técnicos.

Reuniões mensais – planificação, preparação e avaliação das atividades realizadas na comunidade (de preferência presenciais, realizando-se online sempre que as circunstâncias não o permitirem). Procuram promover competências de tomada de decisão, avaliação, reflexão e planificação. Ocorrem uma vez por mês, ao sábado de manhã;

Atividades mensais na comunidade – Promovem competências sociais, de autonomia e de participação ativa em grupo. Ocorrem uma vez por mês, ao sábado de tarde.

(2) Atividades Anuais

Piquenique de início da temporada – a realizar em setembro, com todos os jovens, técnicos e famílias, se a pandemia assim o permitir.

O Pessoal Tem Talento – espetáculo de talentos com todos os envolvidos no projeto, a realizar em abril, presencialmente, se a pandemia assim o permitir.

Colónias de férias - fim-de-semana passado numa localidade à escolha do grupo, com atividades organizadas pelo mesmo, a realizar em julho se as circunstâncias o permitirem.

(3) Atividades para voluntários

Meeting de voluntários – momentos de partilha e formação para voluntários. A realizar duas a três vezes por ano.

- Formação contínua, em contexto, orientada pelos técnicos, um facilitador para o processo de socialização e para a mudança de atitudes. A formação dos voluntários contempla conteúdos específicos relativos aos aspetos da relação, interação e comunicação com a pessoa com incapacidades;

(3) Atividades para famílias

Sessões de formação e criação de rede para pais e famílias GVSA, suportadas pelo prémio BPI “La Caixa” Capacitar. Vai ser realizada uma sessão por grupo, e uma final, entre os meses de janeiro e março.

Durante o ano será realizado um apoio contínuo informal por parte da equipa técnica.

Equipa do projeto

Equipa de técnicos multidisciplinar (com formação Psicologia, Educação Básica, Educação Social e Desporto), que desenvolvem as atividades com crianças, jovens e famílias.

Equipa de O Fio de Ariana responsável pela dinamização dos Grupos: Catarina Amado, Inês Miguel, Joana Marques Gomes, Tânia Ferreira, Maria Alba Costa, Bruna Jeremias, Francisca Lino e Sara Lopes Ferreira.

Equipa de Coordenação: Inês Miguel, Sara Lopes Ferreira, Rita Mendes.

Equipa de Técnicos de Família: Dulce Coutinho, Pedro Capela, Inês Miguel, Joana Marques, Tânia Ferreira.

Desenvolvem:

- Reuniões quinzenais de equipa;
- Dinamização e orientação das reuniões, atividades e eventos.
- Criação do novo modelo e estruturação do projeto
- Realização de candidaturas
- Avaliação de impacto

3.2. Projeto A_JU_DANÇA

A_JU_DANÇA é um projeto cujo intuito é promover a Dança Inclusiva, através do desenvolvimento e organização de espetáculos de acordo com as condições reunidas e solicitações verificadas. Defende um mar de coreografias, treinos, ensaios, pessoas, aplausos, luzes, sons, danças, necessidades, benefícios, tendo em vista o desenvolvimento pessoal, a inclusão social, a sensibilização da sociedade, entre outras finalidades e vantagens. Todo este processo tem o seu culminar na realização de espetáculos. Encara a dança como uma forma de movimento, de manifestação artística, de arte, um caminho para criar e partilhar o modo como nós reagimos ao mundo que nos circunda.

O projeto é composto por bailarinos com idades que variam entre os 18 e 60 anos. Para além deste grupo fixo, é frequente a entrada e saída de participantes. Nos últimos 5 anos participaram 5 crianças e jovens de forma flutuante. Operacionaliza-se por uma sessão semanal (aula/ensaio), ocorrendo em paralelo ao longo do ano espetáculos e participações em workshops/ações de formação.

Em 2021 foi iniciado o processo de criação do novo espetáculo SENTIR com o apoio do INR, que terá continuidade e será exposto a partir de 2022. Contamos com o apoio de uma angariação de fundos e aguardamos os resultados de uma candidatura ao INR para uma ação conjunta com o ERASMUS +.

SENTIR

Pós criação de diversos espetáculos, ao longo de 15 anos de existência do projeto, A_ju_dança debruça-se agora na criação do novo espetáculo intitulado SENTIR. Baseado nos direitos humanos em geral e nos direitos na deficiência em particular, o processo criativo passa por reconhecer as necessidades, limitações e aspirações de cada um dos intervenientes e, através da dança e do movimento, enquanto linguagem universal, descrever as sensações, angústias, alegrias, vontades e processos de interiorização e realização pessoal. Neste sentido este novo espetáculo SENTIR pretende consciencializar a sociedade para os direitos na deficiência, dando voz a quem mais necessita.

Direção Artística – Diana Azevedo

Pessoal de apoio – Bruna Jeremias e Nuno Vilhena

3.3. InBoccia

O Boccia é uma modalidade desportiva desenvolvida em diversos clubes e associações a nível nacional e internacional. Foi introduzido em Portugal em 1983, tendo sido eleito como desporto paralímpico no ano seguinte. Este desporto pode ser praticado por qualquer pessoa, independentemente da idade ou deficiência.

Em Portugal, em termos formais e competitivos, o Boccia é desenvolvido nas seguintes dimensões: **Desporto Escolar** – crianças e jovens da comunidade escolar; **Desporto Federado** – pessoas com deficiência motora, classificados funcionalmente como BC1, BC2, BC3, BC4 e BC5, de acordo com a última edição do Manual de Classificação e Regras da BISFed (Federação Internacional de Boccia) de 2018; **Boccia Sénior** - pessoas com mais de 60 anos; e ainda em implementação, o **Boccia DI** que se destina a pessoas com deficiência intelectual.

Na In, a modalidade é promovida em várias dimensões que se relacionem entre si e constituem o projeto InBoccia.

À semelhança de outras modalidades desportivas, também no Boccia, não basta olhar para as classificações, resultados e número de treinos para avaliar o crescimento dos atletas

e o impacto destas atividades na sua vida. Não se restringe apenas a treinos e competições desportivas ao longo do ano. Para além da emoção inerente à prática desportiva, também possibilita:

- o acesso a uma atividade contínua na comunidade;
- a prática de uma atividade benéfica para a saúde;
- a promoção de relações sociais que se prolongam ao longo dos anos com pessoas (atletas, técnicos e voluntários) do mesmo clube ou de outros clubes em competição;
- o acesso a experiências culturais essenciais no desenvolvimento pessoal e social de todas as pessoas, através de visitas às localidades onde decorrem as competições;
- o acesso a outras atividades e respostas.

Contudo, com a pandemia, este projeto teve perdas significativas, quer por restrições sociais, quer por mudanças significativas na vida dos técnicos deste projeto o que impossibilitou a retoma efetiva desde setembro de 2020.

As atividades serão desenvolvidas, conforme a disponibilidade de recursos humanos e mediante as circunstâncias impostas pela pandemia.

<https://www.facebook.com/inboccia/>

Coordenação Desportiva – Paulo Magalhães

Treinadores – Marília Pinto, Nuno Vilhena e Ricardo Silva

Assistentes Desportivos – Magda Barbosa, Conceição Teixeira e Paula Cristina

Boccia – Desporto Federado

Na In, a modalidade é praticada por 6 atletas que competem em competições organizadas pela PCAND (Paralisia Cerebral – Associação Nacional de Desporto).

Normalmente são desenvolvidas duas sessões de treino semanal, de setembro a julho que acompanham a participação em competições federadas e juvenis organizadas, que decorrem normalmente com periodicidade mensal de dezembro a julho, sendo elas.

Neste âmbito, o projeto propõe a disseminação da modalidade de Boccia e do Desporto no geral em diversos contextos da comunidade, bem como do desenvolvimento de diversas competências dos participantes do projeto.

São propostas as seguintes atividades:

- Dinamização de sessões de Boccia à comunidade
- Dinamização de sessões desportivas
- Promoção de ações formativas
- Promoção de sinergias desportivas.

Prevê-se a continuidade deste projeto contando para isso com o apoio do IPDJ.

Boccia DI

A ANDDI (Associação Nacional de Desporto para Desenvolvimento Intelectual) encontra-se a implementar a modalidade de Boccia DI a nível nacional, tendo como missão “Desenvolver a prática competitiva do Boccia DI para as pessoas que comportam vários tipos de deficiência intelectual de diferentes níveis (moderado, grave e muito grave), bem como para os estudantes abrangidos pela educação especial.”.

Neste âmbito, o projeto InBoccia tem vindo a preparar-se para desenvolver esta resposta, como um novo projeto na Associação ao serviço da comunidade.

3.4 Projeto (IN)Capazes

O projeto surgiu no ano 2021 no contexto de estágio de Educação Social.

Trabalha a temática da igualdade e inclusão social de forma a consciencializar para o facto de que nem toda a deficiência se traduz numa incapacidade e que a incapacidade não é resultado de uma deficiência ou causa biológica.

Procura desconstruir o capacitismo e perspetivas que olhem a pessoa com deficiência numa posição de menor poder na sociedade. Defende que é necessário colmatar os contextos

sociais que não são sensíveis nem estão preparados para compreender a diversidade e heterogeneidade social.

Realiza um trabalho social centrado nas pessoas, permitindo às mesmas ter uma voz ativa. Releva ainda o conceito de democracia cultural, que tem em vista a valorização das pessoas de forma a incentivar as suas potencialidades junto da comunidade para gerar cultura. Ou seja, procura permitir a participação real das pessoas na sociedade para que esta seja mais aberta, interativa, comunicativa, criativa e inovadora. Uma sociedade que, de forma equitativa, valorize todas as pessoas como capazes de criação de cultura e não apenas como consumidoras passivas. Assim, temos utilizado a arte como forma de expressão pela inclusão.

Tem como objetivo potenciar momentos de desenvolvimento pessoal e coletivo de pessoas com deficiência, com vista ao alcance de uma transformação social da comunidade, permitindo às mesmas serem agentes de mudança e reconhecendo as suas competências com uma consequente justa valorização pessoal.

Em 2022, o projeto terá continuidade nas suas sessões semanais e consequentes participações/demonstrações na comunidade. Conta com uma ação continuada em colaboração com uma Escola Secundária e aguarda resposta de candidatura ao INR para a elaboração de um conteúdo pedagógico infantojuvenil.

3.5 Projeto de participação social e comunitária

Este projeto tem como principais destinatários pessoas com deficiência ou incapacidade. Alguns participantes dos projetos da associação e famílias durante o ano 2021 apontaram a necessidade de ter momentos de treino de autonomia de diferentes competências sociais e funcionais, assim como de socialização com outros grupos e um apoio consistente na promoção de uma vida adulta independente.

Face a uma escassa oferta de respostas na comunidade deste género, assumimos o compromisso de procurar dar uma resposta adequada, com validação científica e com princípio de solidariedade para permitir o acesso a qualquer pessoa que assim necessite, independentemente dos recursos financeiros, e com razoabilidade logística face às

características da associação. Procuramos também desenvolver um serviço de complementaridade aos restantes serviços existentes na comunidade e noutras organizações.

Em 2022, através de uma intervenção biopsicossocial, objetivamos promover uma vida adulta independente, reconhecendo as verdadeiras necessidades e capacidades da pessoa e criando as ferramentas necessárias para minimizar as dificuldades existentes na relação e interação entre a pessoa e o meio que a envolve.

O apoio de um técnico será permanente, através de sessões semanais e será realizada uma avaliação contínua das necessidades, desejos, sonhos e ambições das pessoas apoiada, bem como as suas potencialidades, nos vários contextos de vida.