

# Relatório de Estágio

Francisco Pina Morgado

Animação Sociocultural

Jul | 2023

GUARDA  
POLI  
TÉCNICO



# POLI TÉCNICO GUARDA

**Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto**

---

**ASSOCIAÇÃO E DESENVOLVIMENTO SOCIAL – ADM  
ESTRELA**

---

**RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE LICENCIADO(A) EM ANIMAÇÃO  
SOCIOCULTURAL**

**Francisco Pina Morgado  
Julho / 2023**

# POLI TÉCNICO GUARDA

**Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto**

---

## **ASSOCIAÇÃO E DESENVOLVIMENTO SOCIAL – ADM ESTRELA**

---

RELATÓRIO DE ESTÁGIO  
PARA OBTENÇÃO DO GRAU DE LICENCIADO(A) EM ANIMAÇÃO  
SOCIOCULTURAL

Professor(a) Orientador(a): Florbela Lages Antunes Rodrigues

**Francisco Pina Morgado**

**Julho / 2023**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Ficha de Identificação

**Nome do Estudante:** Francisco Pina Morgado

**Número do Estudante:** 1705160

**Licenciatura:** Animação Sociocultural

**Estabelecimento de Ensino:** Escola Superior de Educação Comunicação e Desporto

**Docente Orientador na ESECD:** Florbela Lages Antunes Rodrigues

**Instituição de Estágio:** Associação e Desenvolvimento Social – ADM Estrela

**Morada:** Travessa da Rua da Fontinha 14, 6300-569, Guarda

**Telefone:** 271 221 579

**E-mail:** [admestrela@admestrela.pt](mailto:admestrela@admestrela.pt)

**Website:** <https://www.admestrela.pt/>

**Supervisor na Instituição:** Belmira Mendoça de Nóbrega

**Grau Académico:** Licenciatura em Animação Sociocultural

**Data de Início de Estágio:** 1 de março de 2023

**Data de Conclusão de Estágio:** 21 de junho de 2023

**Duração:** 400 horas

**Ano Letivo:** 2022/2023

# POLI TÉCNICO GUARDA

**“A deficiência estabelece limites, mas não incapacidade”  
Verônica Hipólito**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Agradecimentos

O percurso académico chegou ao fim, foram três anos de luta, esforço, empenho, difícil, ao início, porque não sabia o que significava, nem sabia o sentido de Animação Sociocultural, queria desporto e animação tinha sido a minha quinta opção. Depois, comecei a perceber que na vida nós encontramos problemas, mas se olharmos a nossa volta existe sempre alguém pior que nós e foi isso que me fez estar aqui hoje, a saber olhar para o mundo de maneira diferente e como animador, ajudar à mudança na vida de alguém e poder fazer a diferença apenas com um sorriso.

Em relação ao estágio, foram três meses de uma experiência única e inesquecível na qual senti-me apaixonado pelo que fazia todos os dias. Para mim, cada dia foi um desafio e o facto de trabalhar com pessoas portadoras de deficiência aumentou o nível deste desafio. Tal como cada um de nós tem algo de novo para dar a este público, também este grupo específico nos dá algo em retorno. Foram-me transmitidos grandes talentos, pude recolher informação e conhecimento desses atletas que trabalham todos os dias para o sucesso, atletas esses que são de alta competição e que, alguns deles, estão enquadrados na seleção.

Começo por agradecer ao Instituto Politécnico da Guarda (IPG) que me recebeu sempre de braços abertos durante estes anos, um politécnico fantástico sempre disponível e acolhedor para os seus alunos, mais concretamente à Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto (ESECD). Agradeço também a todos os docentes que lecionaram ao Curso de Animação Sociocultural (ASC), pela paciência, pela motivação ao longo dos três anos, pela disponibilidade, pelo interesse em partilhar os seus conhecimentos e as suas experiências de vida, pelos projetos que mostraram e aplicaram ao longo das suas vidas e pelo que demonstraram desde o primeiro dia e por todos os ensinamentos transmitidos.

Um enorme bem-haja a professora orientadora de estágio, Florbela Lages Antunes Rodrigues, que conheci logo no primeiro ano e onde fui bem recebido. Logo no primeiro ano, coloquei a pergunta à professora “A professora pode ser minha orientadora de estágio?” .... Um obrigado por estar sempre disponível, por estar sempre preocupada, pela motivação que me deu ao longo dos anos e por coincidência fui estagiar para a sua terra Vale de Estrela, mais uma vantagem de

# POLI TÉCNICO GUARDA

sempre passar pelo meu local de estágio sempre que fosse preciso para ver se corria tudo bem, obrigado do fundo do coração.

Agradecer à ADM Estrela por ter aceitado a minha proposta de estágio, agradecer ao Engenheiro José Almeida Gomes por estar sempre disponível para me dar conselhos e analisar e acompanhar sempre o meu trabalho.

Um bem-haja também à diretora técnica Belmira Nóbrega, uma pessoa polivalente, experiente na sua área de trabalho, uma profissional sempre disponível para todos e, em especial para mim, por me indicar as melhores formas de trabalhar com os utentes por estar sempre atenta na forma como aplicava as atividades, na ajuda do projeto, por me incluir em atividades que nunca tinha feito, por me dar a conhecer novas instituições e a dar a conhecer pessoas incríveis a nível de trabalho e performance, um obrigado Belmira, agradecer à Ana Isabel por estar disponível para tudo, ao Marco pelos transportes e pela partilha de histórias incríveis, ao Sr. Ruano por me dar a conhecer novas técnicas e a utilizar ferramentas como o tear e a carpintaria, à Fátima por me ter acompanhado nas atividades de plástica, à Sónia a nossa psicóloga sempre disponível para falar e ajudar os utentes a desabafar, agradecer à professora Carla pelas atividades realizadas nas quais participei e por me dar alguma ajuda na parte das patologias dos utentes e das problemáticas/necessidades, agradecer ao professor Daniel pelos planos de treino que partilhou comigo, por me inserir nas atividades do lar de Vale de Estrela, pelos jantares, almoços e as peladinhas às quartas feiras no Inatel. Foi um prazer enorme trabalhar com ADM Estrela e com a sua equipa fantástica, quem sabe um dia ainda vou voltar, levo-vos no coração.

Por último, agradecer ao pai e à mãe, porque se não fossem eles isto não era possível, porque nem toda a gente tem oportunidade de entrar na faculdade.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Resumo**

O presente relatório, insere-se na Unidade Curricular designada de Estágio, do terceiro ano da Licenciatura de Animação Sociocultural, tendo como finalidade a aplicação de conhecimentos adquiridos durante os três anos e descrever as atividades realizadas na ADM Estrela.

O estágio foi realizado na ADM Estrela – Associação e Desenvolvimento e Social, no CACI (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão) trabalhar com portadores de deficiência.

Este relatório pretende relatar a experiência tida na instituição e as competências adquiridas e desenvolvidas com o público com deficiência. Para além disso, reflete as aprendizagens obtidas ao longo do curso e da formação teórico-prática, a qual irá refletir-se positivamente no futuro profissional enquanto Animadora Sociocultural.

**Palavras – chave:** Animação sociocultural, ADM estrela, CACI.



# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Abstract**

This report is part of the Curricular Unit called Internship, of the third year of the Degree in Sociocultural Animation, with the purpose of applying the knowledge acquired during the three years and describing the activities carried out in the association.

The internship was held at ADM Estrela – Association and Development and social, at the CACI (Activities and Training Center for Inclusion) working with people with disabilities.

This report intends to show the experience had in the institution and the acquired skills and development with the disabled public. In addition, it reflects the learning carried over throughout the course and theoretical-practical training, which will positively reflect on the professional future as a Sociocultural Animator.

**Keywords:** Sociocultural animation, star ADM, CACI.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Índice

Ficha de Identificação.....	iii
Agradecimentos.....	vi
Resumo.....	viii
Abstract.....	ix
Índice de Figuras.....	xii
Índice de Tabelas.....	xiv
Abreviaturas e Siglas.....	xv
Introdução.....	1
Capítulo 1.....	2
Enquadramento Teórico.....	2
1. Animação Sociocultural.....	3
1.1. Animação Sociocultural em Portugal.....	4
1.2. Âmbitos da Animação Sociocultural.....	5
1.3. Metodologias e objetivos da Animação Sociocultural.....	6
2. Animador Sociocultural.....	7
3. Conceito de Deficiência e Necessidades Educativas Especiais.....	8
3.1. Tipos de deficiência.....	8
4. A Animação Sociocultural como estratégia de inclusão.....	13
Capítulo 2.....	14
Enquadramento institucional da ADM Estrela.....	14
5. Caracterização da Instituição.....	15
5.1. Missão, Visão e Valores.....	17
6. Caracterização dos espaços da ADM Estrela.....	18
6.1. Academia Júnior.....	18
6.2. Espaço Nov'idade.....	20
6.3. Centro de Formação Estrela.....	20
6.4. Centro de Atividades de Tempos Livres.....	21
6.5. Jardim de Infância.....	21
6.6. Centro de Atividades Ocupacionais.....	21
6.7. Serviço de Apoio Domiciliário.....	22
6.8. Centro de Dia.....	23
6.9. Erpi Estrutura Residencial para pessoas idosas.....	24

# POLI TÉCNICO GUARDA

6.10.	Centro Juvenil “Grémio” .....	25
6.11.	Residência Léa Nobre .....	26
6.12.	Centro de Atividades Ocupacionais Léa Nobre .....	27
6.13.	Creche “Favo de Mel” .....	28
6.14.	Jardim de Infância Favo de Mel .....	28
6.15.	Casa de Acolhimento Residencial de Jovens de Castelo Branco .....	29
6.16.	Delegação de Lisboa .....	30
6.17.	Quinta Pedagógica .....	31
6.18.	Órgãos Sociais da ADM Estrela .....	32
6.19.	Direitos e Deveres dos Utentes da ADM Estrela .....	34
6.20.	Horário das áreas de intervenção 2022/2023 .....	35
Capítulo 3	.....	36
Estágio	.....	36
7.	Estágio Curricular .....	37
8.	Atividades Observadas .....	38
9.	Atividades realizadas .....	45
9.1.	Atividades Expressão Plástica .....	45
9.2.	Expressão Dramática .....	51
9.3.	Expressão Motora .....	55
Capítulo 4	Projeto “Expressão, Movimento e inclusão” .....	70
10.	Público-Alvo .....	71
11.	Diagnóstico de situação .....	72
12.	Expressão, Movimento e Inclusão .....	72
12.1.	Necessidades dos utentes do CACI .....	72
12.2.	Objetivos .....	73
12.3.	Metodologia .....	74
12.4.	Planeamento .....	75
12.5.	Cronograma de Atividades .....	76
12.6.	Avaliação .....	77
Reflexão Final	.....	78
Bibliografia	.....	79
Webgrafia	.....	81
Anexos	.....	82

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Índice de Figuras

<b>Figura 1</b> - Valores vigentes a potencializar na nossa sociedade.....	10
<b>Figura 2</b> - ADM Estrela – Associação Social e Desenvolvimento .....	15
<b>Figura 3</b> - Localização da ADM Estrela em Portugal .....	16
<b>Figura 4</b> - Espaço Nov'idade .....	20
<b>Figura 5</b> - CAO.....	22
<b>Figura 6</b> - Apoio ao domicílio.....	23
<b>Figura 7</b> - Centro de dia.....	24
<b>Figura 8</b> - ERPI.....	25
<b>Figura 9</b> - Centro Juvenil Grémio .....	26
<b>Figura 10</b> - Residência LÉA Nobre .....	27
<b>Figura 11</b> - Creche e jardim de infância favo mel .....	28
<b>Figura 12</b> - Casa de acolhimento Castelo Branco .....	29
<b>Figura 13</b> - Delegação de Lisboa .....	31
<b>Figura 14</b> - Quinta pedagógica, Belmonte.....	32
<b>Figura 15</b> - Horário do CACI.....	35
<b>Figura 16</b> - Encontro de andebol pela ATIVA E ANDII.....	38
<b>Figura 17</b> - Torneio de Andebol pela ANDDI Portugal .....	39
<b>Figura 18</b> - Encontro de Desporto Adaptado promovido pela Obra de Nossa Senhora das Candeias / Quinta do Pezinho. ....	40
<b>Figura 19</b> - Ida a Almeida (ASTA) .....	42
<b>Figura 20</b> - IX Encontro de desporto adaptado ADM Estrela .....	43
<b>Figura 21</b> - Técnica do pontilhismo.....	46
<b>Figura 22</b> - Impressão da mão dos utentes .....	48
<b>Figura 23</b> - Técnica de tinta soprada.....	50
<b>Figura 24</b> - Atividade Emoções e Sentimentos .....	54
<b>Figura 25</b> - Atividade Caminhada e Circuito .....	56
<b>Figura 26</b> - Atividade “Teia da Amizade” .....	58
<b>Figura 27</b> - Jogo Dominó .....	59

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>Figura 28</b> - Atividade para melhorar a motricidade fina.....	60
<b>Figura 29</b> - Introdução ao Ténis .....	62
<b>Figura 30</b> - Aula de Step .....	64
<b>Figura 31</b> - Boccia.....	66
<b>Figura 32</b> - Atividade de Costura .....	69

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Índice de Tabelas

<b>Tabela 1</b> - Órgãos Sociais .....	32
<b>Tabela 2</b> - Atividade para a páscoa .....	45
<b>Tabela 3</b> - Atividade do dia do Pai.....	47
<b>Tabela 4</b> - Atividade de Técnica de Tinta Soprada.....	49
<b>Tabela 5</b> - Tabela de atividade Emoções e Sentimentos .....	51
<b>Tabela 6</b> - Respostas do Grupo I.....	52
<b>Tabela 7</b> - Respostas do Grupo II .....	53
<b>Tabela 8</b> - Plano de atividade caminhada e circuito .....	55
<b>Tabela 9</b> - Plano de atividade .....	57
<b>Tabela 10</b> - Plano de atividade de ténis.....	61
<b>Tabela 11</b> - Plano de atividade step .....	63
<b>Tabela 12</b> - Plano de atividade.....	65
<b>Tabela 13</b> - Atividade de Costura .....	68
<b>Tabela 14</b> - Número de utentes inseridos no CACI .....	71
<b>Tabela 15</b> - Número de utentes abrangidos por sexo .....	71
<b>Tabela 16</b> - Número de utentes abrangidos por deficiência .....	71
<b>Tabela 17</b> - Metodologias a utilizar com o projeto de ASC .....	74
<b>Tabela 18</b> - Cronograma de Atividades.....	77

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Abreviaturas e Siglas

**ADM** – Associação Social e Desenvolvimento

**ASC** – Animação Sociocultural

**ASTA** – Associação Sócio Terapêutica de Almeida

**CACI** - Centro de atividades e capacitação para a inclusão

**ESECD** - Escola Superior de Educação, Comunicação e Desporto

**IPG** - Instituto Politécnico da Guarda

**IPSS** – Instituição Particular de Solidariedade Social

**NEE** - Necessidades Educativas Especiais

**ONG PD** – Organização Não Governamental para Pessoas com Deficiência

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Introdução**

O presente relatório é o resultado no âmbito da Unidade Curricular de Estágio, realizei o meu estágio curricular na ADM Estrela – Associação Social e Desenvolvimento na Resposta Social CACI (Centro de atividades e capacitação para a inclusão social) com pessoas portadoras de deficiência a partir do qual concebi este trabalho final de curso da Licenciatura de Animação Sociocultural.

O Animador Sociocultural, cada vez mais, deve afirmar-se perante a sociedade como um agente de mudança social, através de práticas interventivas, tanto com sujeitos isolados como com grupos de diferentes idades e em distintas condições. Todos os públicos merecem a melhor intervenção possível, com vista à promoção de momentos de lazer de qualidade.

O presente relatório divide-se em quatro capítulos distintos, complementares entre si.

O primeiro capítulo enquadra-se no enquadramento teórico, falar um pouco sobre Animação Sociocultural, sobre os seus âmbitos, o animador sociocultural, e alguma informação sobre as pessoas com deficiência e as pessoas com necessidades educativas especiais.

O segundo capítulo é feito uma caracterização da instituição, os seus valores, a sua missão, a sua visão e os seus objetivos, descrever as respostas sociais que ADM Estrela tem, não só na Guarda, mas também noutras regiões, falar sobre os direitos dos colaboradores e dos utentes.

O terceiro capítulo refere-se às atividades aplicadas no estágio.

O quarto capítulo aborda o projeto que se enquadra na unidade curricular Programas e Projetos em Animação Sociocultural.



# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Capítulo 1**

### **Enquadramento Teórico**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 1. Animação Sociocultural

A Animação Sociocultural<sup>1</sup> constitui uma atividade imprecisa, ambígua e incerta, imprecisa, por ser difícil delimitar os seus contornos, ambígua, pelos múltiplos sentidos atribuídos ao conceito e que resultam, por um lado de posicionamentos ideológicos diferentes e , por outro lado a grande variedade de âmbitos, de contextos e de públicos a quem atividade se dirige, bem como a grande diversidade de instrumentos que utiliza e de atividades que desenvolve e por ultimo incerta pelo carácter transitório de muitos dos seus trabalhos.

Por animação, entendemos qualquer ação com dimensão social, cultural e educativa que tenha por objetivo dinamizar programas junto das populações.

O entendimento de Animação Sociocultural definida pela UNESCO (1977) que toma por um conjunto de práticas sociais que visam estimular a iniciativa e a participação das populações no seu próprio desenvolvimento, e na dinâmica global da vida sociopolítica em que estão integradas. Encontramos programas, ações, atividades e motivações nos campos sociais, culturais e educativos, que visam consciencializar, alfabetizar, educar e levar o ser humano a uma participação comprometida com o seu desenvolvimento social e pessoal.

A animação entendida como um “Processo de dar vida, de infundir a alma a alguém ou alguma coisa; ato ou efeito de animar ou de se animar”, é um fenómeno de todos os tempos.

A origem da Animação Sociocultural, enquanto atividade de intervenção social, educativa e cultural, encontra-se relacionada com as transformações sociais resultantes do crescimento da sociedade industrial e da desintegração da sociedade tradicional.

Nestas circunstâncias, a ASC assume-se com o propósito de promover a integração e participação dos indivíduos na vida social.

---

<sup>1</sup> Esta informação foi retirada de <https://journals.openedition.org/sociologico/898>

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 1.1. Animação Sociocultural em Portugal

A ASC surgiu em Portugal, a partir da revolução de 1974, onde se institucionalizou, sendo centralizada em Instituições criadas expressamente para o efeito, assumindo o Estado a gestão e o controlo de atividades e formação de animadores. Neste período, a ASC destinava-se fundamentalmente aos adultos, tendo sido criadas as Universidades Livres, destinadas a operários, empregados de comércio e, posteriormente, a criação das Universidades Populares.

A ASC emergiu, assim, a partir de 1974, estendendo-se até à atualidade através de seis fases (Lopes, 2008):

- ✓ Entre os anos de 1974 e 1976, assistiu-se em Portugal, à fase Revolucionária, onde existia uma intensa atividade interventiva da ASC na comunidade, coordenada pela Comissão Interministerial para a Animação Sociocultural (CIASC), instituição essa que levou a cabo campanhas de dinamização cultural e de alfabetização nas diferentes regiões do país;
- ✓ Já entre os anos de 1977 e 1980 existiu a fase Constitucionalista, com a criação de instituições destinadas a assumir as funções da ASC, como por exemplo o Fundo de Apoio aos Organismos Juvenis (FAOJ) e o Instituto Nacional para o Aproveitamento dos Tempos Livres dos Trabalhadores (INATEL);
- ✓ Entre 1981 e 1990, emergiu a fase Patrimonialista em Portugal caracterizada por uma intervenção centrada na preservação e recuperação do património cultural onde ainda era o Estado o grande impulsionador de atividades;
- ✓ No período de 1986 a 1990, ocorreu a fase da deslocação da ASC do poder central para o poder local, em que este passa a assumir um crescente interesse e um papel relevante, encarando-a como uma maneira de mobilizar vontades e recursos;

# POLI TÉCNICO GUARDA

- ✓ De 1991 a 1995, surgiu a fase Multicultural e Intercultural, juntamente com o quarto pilar da educação, aprender a viver juntos, que projetou a intenção de valorizar a ação educadora do multiculturalismo;
- ✓ Por fim, a última fase iniciou-se no ano de 1996, e vigora até aos dias de hoje, caracterizando-se como a fase da Globalização que conduz a ASC a intervir num quadro que inclui e erga o ser humano a participar nos desafios que se lhe deparam, tornando-o protagonista e promotor da sua própria autonomia.

## **1.2. Âmbitos da Animação Sociocultural**

Quando se fala em âmbitos de Animação Sociocultural significa ter presente a perspetiva tridimensional respeitante às suas estratégias de intervenção:

- Dimensão etária: Infantil, juvenil, adultos e terceira idade;
- Espaço de intervenção: Animação urbana, animação rural;
- Conjunto de âmbitos ligados a setores de áreas temáticas, como: a educação, o teatro, os tempos livres, a saúde, o ambiente, o turismo, a comunidade, o comércio, o trabalho, entre outros.

Para além destes, continuamente, outros termos poderão ser formados, relacionados com potenciais novos âmbitos de Animação, cuja a emergência é, por sua vez, determinada por uma dinâmica social em constante mudança, que origina a permanente promoção de relações interpessoais, comunicativas, humanas, solidárias, educativas e comprometidas com o desenvolvimento e a autonomia.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 1.3. Metodologias e objetivos da Animação Sociocultural

A ASC pode ser compreendida como uma junção de práticas sociais e humanas utilizadas para o desenvolvimento harmonioso e participativo de uma determinada comunidade, está é, portanto, um agente de intervenção e transformação da sociedade~.

Nesse sentido, representam duas vertentes características, designadamente, por um lado, a vertente didática-pedagógica, que procura adequar as atividades a serem aplicadas em função do currículo escolar dos indivíduos inseridos no processo de ensino e aprendizagem; e, por outro lado, a vertente lúdica, que se adequa às atividades recreativas do mesmo processo. Na sua origem, permite o tratamento da cultura no seu ambiente natural uma vez que envolve diversidade, camaradagem e criatividade.

Segundo (TRILLA 2004:29) o objetivo central da animação sociocultural é estimular nos indivíduos e na comunidade uma atitude aberta e decidida para se incorporarem nas dinâmicas e nos processos sociais e culturais que afetam e também para se responsabilizarem na medida que lhes corresponder.

A utilização de estratégias e metodologias da animação sociocultural nos adolescentes e jovens em situação de risco deve ter em conta as características deste público alvo, destacando elementos como a idade, a cultura, os princípios, a sede de globalização e as novas experiências e, além disso as suas trajetórias de vida. GARCÍA “2004:277” refere que para acontecer com alguma eficácia, podem ser propostas atividades fundamentadas a partir de sessões especializadas para a saúde, higiene, expressão dramática, musical e plástica, apoio escolar, jogos, visitas de estudo, dinâmicas de grupo, colônias de férias, acampamentos e atividade desportiva.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 2. Animador Sociocultural

Para que a prática da ASC seja efetiva e positiva, é importante que seja realizada por um profissional competente e negociador. O animador sociocultural é encarado como um agente social, pois pratica a ASC não com sujeitos isolados, mas com grupos com os quais implementa uma atuação unida. O animador sociocultural é visto também como um mediador, capaz de constituir uma comunicação positiva entre vários indivíduos, grupos, comunidades, instituições sociais e com os organismos públicos (Ander-Egg, 2006). O mesmo autor menciona, ainda, que o animador sociocultural tem uma função relevante no desenvolvimento sociocultural do grupo ou da comunidade em que se desenvolve a intervenção, estimulando a participação de cada elemento do grupo, fomentando a interação e a união. Devemos ter sempre presente que é ao grupo que se dirige a ação, pelo que o animador somente atua em conjunto com o grupo, não sendo à volta dele que se sucede a intervenção.

Deste modo, o técnico tem de ter um bom conhecimento do grupo e sentir que faz parte do mesmo, embora tenha de ter habilidade para se colocar fora dele, sustentando um certo distanciamento para que possa observar e realizar um diagnóstico objetivo, de forma a poder constatar os constrangimentos que possam surgir e que impeçam o grupo de progredir (Ander-Egg, 1991; Barbosa, 2006; Larrazábel, 2004; Silva & Moinhos 2010).

O animador é aquele que realiza tarefas e atividades de animação, que é capaz e estimular os outros para uma determinada ação. Atua como incentivo da sua vontade, ou de terceiros, junto de um grupo ou de uma pessoa, é um mediador, um intermediário, um provocador, gestor, um companheiro, um agente de ligação entre um objetivo e um grupo alvo, um animador não pode ser único, ele trabalha em e para o grupo. O animador deve ser vivo, ativo, comunicador, encorajante, destemido, entusiasta e otimista.

O animador sociocultural tem uma função na política cultural, que se expressa pela implementação de ações sistemáticas, capazes de promover atividades e condições favoráveis para impulsionar a dinamização coletiva e a criatividade social, a criação de espaços de encontro e relacionamento, bem como o desenvolvimento de uma compreensão crítica.

Lopes (2006) refere que, em Portugal, os animadores socioculturais dividem-se por uma tipologia muito diferenciada e o seu perfil é difícil de descrever, pois trata-se de uma figura

# POLI TÉCNICO GUARDA

abrangente e ambígua. Para além deste motivo, refere o facto de existirem na nossa sociedade muitos agentes, o que leva o autor a considerar que a ASC existe para além da figura do animador sociocultural, não se limitando ao próprio.

## 3. Conceito de Deficiência e Necessidades Educativas Especiais

Cada pessoa possui capacidades diferentes sejam elas psicológicas, físicas ou emocionais, o que faz com que tenham vidas diferentes e únicas. Porém, em alguns casos, é possível que algumas dessas capacidades não se tenham desenvolvido ou que se tenham perdido, falando-se então de deficiência.

De acordo a Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência, as pessoas com deficiência incluem «[...] aqueles que têm incapacidades duradouras físicas, mentais, intelectuais ou sensoriais, que em interação com várias barreiras podem impedir a sua plena e efetiva participação na sociedade em condições de igualdade com os outros».<sup>2</sup>

A deficiência além da perda ou limitação das capacidades, o contexto físico, social e cultural no qual a pessoa vive faz com que a experiência da deficiência seja única em cada indivíduo, o que torna difícil a sua classificação.

### 3.1. Tipos de deficiência

Existem alguns tipos de deficiência<sup>3</sup> como:

- ❖ Deficiência Motora;
- ❖ Deficiência Sensorial;
- ❖ Deficiência intelectual;
- ❖ Deficiência Psíquica;
- ❖ Deficiência visceral;

---

<sup>2</sup> Esta informação foi retirada de <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=pt&catId=1137>

<sup>3</sup> Esta informação foi retirada de <https://www.divulgacaodinamica.pt/blog/diferentes-tipos-de-deficiencia/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

## ❖ Deficiência Múltipla.

Segundo a declaração de Salamanca (UNESCO, 1994), NEE é um conceito abrangente que engloba as deficiências, as dificuldades escolares e a sobredotação.

Consideram-se alunos com NEE de carácter prolongado, aqueles que experienciam graves dificuldades no processo de aprendizagem e participação no contexto escolar, familiar e comunitário, decorrentes da interação entre fatores ambientais e limitações de grau acentuado ao nível do seu funcionamento num ou mais dos seguintes domínios (Berenguer & Galinha, 2010):

- Sensorial (visão e audição);
- Motor;
- Cognitivo;
- Comunicação;
- Linguagem e fala;
- Parte emocional e personalidade.

Deste modo, engloba-se um conjunto de problemas relacionados com o autismo, a surdo-cegueira, a deficiência auditiva, deficiência visual, deficiência mental e problemas motores, as perturbações emocionais e comportamentos graves, dificuldades de aprendizagem específicas que remetem a muitos exercícios de repetição, problemas de comunicação, traumatismo craniano, multideficiência e outros problemas de saúde (Correia, 2008, p.45).

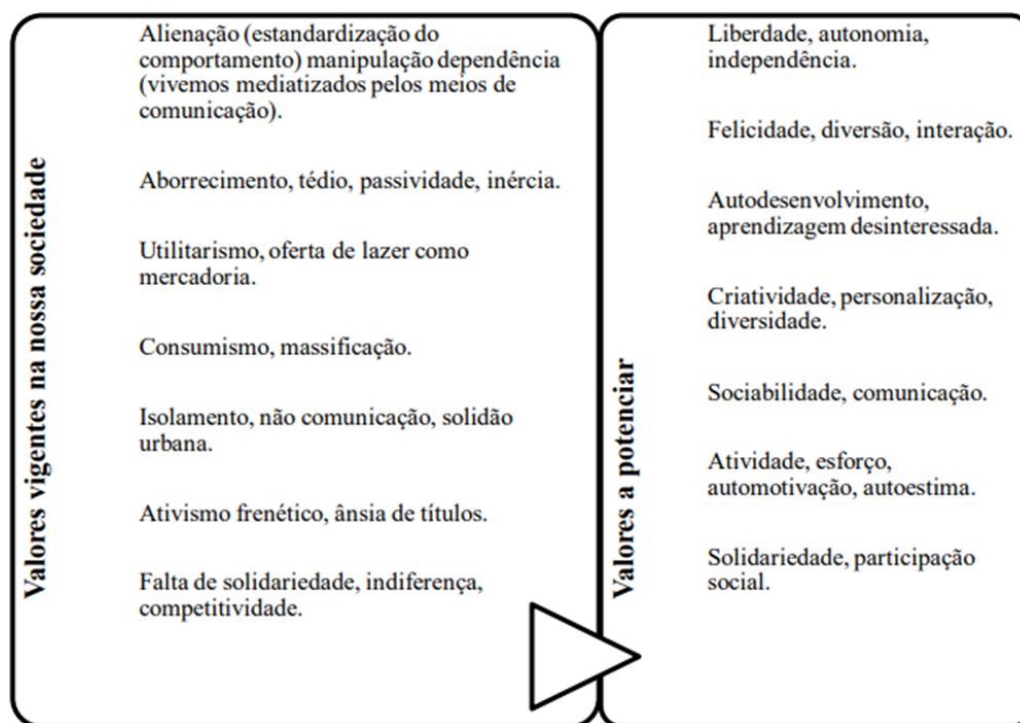


# POLI TÉCNICO GUARDA

a Animação Sociocultural entende-se como práticas, estratégias e metodologias que promovem a iniciativa, a organização, a reflexão crítica, a participação e ação autónoma dos grupos e comunidades socioculturais e políticas, que estão integradas ou não independentemente das suas condições sociais e das suas idades segundo Rilho (2010).

A Animação Sociocultural como estratégia de inclusão social diferencia-se de outras praticas socioculturais pelo facto das animadoras(os) primarem pela função da integração e promoção individual e comunitária sobre a função reparadora própria do trabalho assistencial.

Para a ASC a função prioritária que rege o seu agir quotidiano é a promoção individual, o desenvolvimento das potencialidades e sensibilidades individuais com vista a participação ativa nos processos coletivos de estruturação das comunidades sociais, Conejos e Gonzáles (2010).



**Figura 1** - Valores vigentes a potencializar na nossa sociedade.

**Fonte:** Moreno (2003, p160).

# POLI TÉCNICO GUARDA

O grau de inteligência, introduzido por Stern, é o resultado da multiplicação por cem do quociente obtido pela divisão da Idade Mental (IM) pela Idade Cronológica (IC).

$$QI = IM : IC \times 100$$

Tendo em conta o QI, existem cinco níveis ou graus de deficiência mental propostos pela Associação Americana para a Deficiência Mental (AADM) e pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 2001), são eles:

- ❖ **Deficiência limite ou borderline**, são indivíduos que não são claramente deficientes mentais, mas que são provenientes de ambientes socioculturais desfavorecidos.
  
- ❖ **Deficiência mental ligeira**, são indivíduos que não são claramente deficientes mentais, mas sim pessoas com problemas de origem cultural, familiar ou ambiental que podem desenvolver aprendizagens sociais e de comunicação e têm a capacidade para se adaptar e integrar no mundo laboral.
  
- ❖ **Deficiência mental moderada ou média**, são indivíduos que podem criar hábitos de autonomia pessoal e social, mas que apresentam dificuldade na expressão oral e na compreensão.
  
- ❖ **Deficiência mental grave**, são indivíduos com nível de autonomia tanto social como pessoal muito pobre, com problemas psicomotores e capacidade de linguagem verbal deficitária.
  
- ❖ **Deficiência mental profunda**, são indivíduos com grandes problemas sensoriomotores e de comunicação com o meio, dependentes de outros em quase todas as funções e atividades.

# POLI TÉCNICO GUARDA

A Síndrome de Down caracteriza-se por um conjunto de malformações causadas no cromossomo 21, que altera a formação de vários órgãos desde o início da formação do feto. Normalmente, o paciente com Síndrome de Down apresenta características físicas que são bastante marcantes, como por exemplo o rosto arredondado, os olhos puxados e orelhas pequenas, as mãos de tamanho reduzido e dedos curtos, o tônus muscular mais fraco e a língua maior do que o normal (Mills, 2003).

Deficiência motora é uma disfunção física ou motora, e pode ser de carácter congénito ou adquirido. Esta disfunção afeta o indivíduo, no que diz respeito à mobilidade, à coordenação motora ou à fala. Este tipo de deficiência pode decorrer de lesões neurológicas, neuromusculares, ortopédicas e ainda de malformação (Mauerberg-Decastro, 2005).

O autismo é um transtorno no desenvolvimento neurológico da criança que gera alterações na comunicação, dificuldade (ou ausência) de interação social e mudanças no comportamento, sendo geralmente identificado entre os 12 e 24 meses de idade (Braunwald, 1998). Pessoas com autismo podem apresentar algumas características específicas, como manter pouco contato visual, ter dificuldade em falar ou expressar ideias e sentimentos, e ficar desconfortáveis em situações sociais, além de poderem apresentar comportamentos repetitivos, como ficar muito tempo balançando o corpo para frente e para trás, por exemplo.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 4. A Animação Sociocultural como estratégia de inclusão

A ASC é compreendida como uma ação ou conjunto de ações direcionadas para a elaboração e desenvolvimento de um projeto, essencialmente prático, de consciencialização, animar, dinamizar, motivar e participar. O objetivo é a inclusão sociocultural das pessoas, dos grupos e instituições de uma comunidade para fomentar as mudanças pretendidas para uma qualidade de vida adaptada à construção crítica da realidade (Barbosa (2006); Rilho (2010)). Rilho (2010) menciona a ASC como um incentivo, sendo assim um procedimento deliberado e constante, que se dispõe a estimular e motivar os indivíduos ou grupos ao longo do seu desenvolvimento, dispondo todos os seus conhecimentos, respeitando a liberdade e o espírito de iniciativa. Também há quem refira a ASC como uma estratégia de inclusão social, Conejos e Gonzáles (2010), no sentido em que se diferencia de outras práticas socioculturais, pelo facto dos animadores primarem pela função da integração e promoção individual e comunitária sobre a função reparadora própria do trabalho assistencial. As pessoas portadoras de deficiência necessitam de alcançar uma maior independência possível, conseguida pelo seu próprio empenho, interesse e vontade. Neste sentido, é fundamental desenvolver atividades de lazer e tempo livre, pois o animador lida com uma disfunção ocupacional por parte destas pessoas, que se traduz na quebra dos hábitos e na perda de habilidades para realizar eficazmente as ações do quotidiano (Cabeza, 2004; Lopes, 2006).

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Capítulo 2

### Enquadramento institucional da ADM Estrela

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 5. Caracterização da Instituição

A ADM Estrela – Associação Social e Desenvolvimento é uma IPSS – Instituição Particular de Solidariedade Social – fundada em dezembro de 1989, com sede em Vale de Estrela – Guarda, reconhecida como pessoa coletiva de utilidade pública e ONG PD – Organização Não Governamental para Pessoas com Deficiência.

Tem como princípios a solidariedade social, a promoção e o desenvolvimento de atividades sociais de beneficência, de inclusão social e comunitária, da igualdade de oportunidades entre homens e mulheres, da saúde, de educação, formação e aperfeiçoamento profissional.

A ADM Estrela<sup>4</sup> pretende assumir um papel social de reconhecido valor no que respeita ao apoio junto das populações que apresentam maior vulnerabilidade social e tem vindo a aumentar a sua oferta no que respeita ao apoio social e intervenção junto das populações.



**Figura 2 - ADM Estrela – Associação Social e Desenvolvimento**

**Fonte:** <https://www.admestrela.pt/>

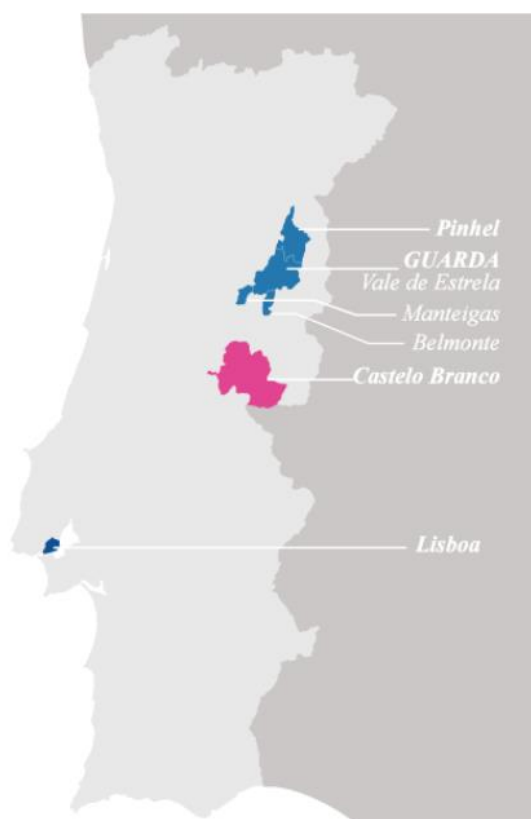
---

<sup>4</sup> Toda a informação, relativa à ADM Estrela foi retirada de <https://www.admestrela.pt/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

Atualmente a intervenção abrange:

- Vale de Estrela
- Guarda
- Pinhel
- Manteigas
- Belmonte
- Castelo Branco
- Lisboa



**Figura 3** - Localização da ADM Estrela em Portugal

**Fonte:** <https://www.admestrela.pt/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

Desenvolve projetos e encontram-se em funcionamentos repostas sociais nas seguintes áreas:

1. Infância e Juventude;
2. Infância e juventude especializada;
3. Pessoas Idosas;
4. Pessoas adultas com deficiência e incapacidade;
5. Educação, formação profissional e empreendedorismo social;
6. Família, comunidade e intervenção social;
7. Cooperação internacional e desenvolvimento;
8. Quinta pedagógica.

## **5.1. Missão, Visão e Valores**

ADM Estrela – Associação Social e Desenvolvimento tem como missão, contribuir para o desenvolvimento social das populações, de forma global, integrada e inclusiva, como visão, sustentabilidade na gestão, crescimento e otimização da sua atividade.

Os seus valores são os seguintes:

- Respeito pela confidencialidade
- Respeito pela privacidade
- Honestidade
- Seriedade
- Rigor
- Humildade
- Dignidade
- Justiça
- Esforço
- Dedicção



# POLI TÉCNICO GUARDA

- Iniciativa
- Humanidade
- Afetividade
- Disponibilidade e Participação
- Respeito e abertura ao outro
- Espírito de equipa
- Integridade

## 6. Caracterização dos espaços da ADM Estrela

### Guarda:

#### **6.1. Academia Júnior**

A Academia Júnior é um espaço dedicado aos/às jovens e adolescentes (a partir dos 10 anos) que frequentam os 2º e 3º ciclos. É composta, neste momento, por cerca de 50 alunos que podem contar com apoio Pedagógico e Psicopedagógico.

São colocados ao dispor de todos, meios e aprendizagens que lhes permitam evoluir com sucesso para um percurso académico e social, ajustados às necessidades de cada um.

Os/as adolescentes e jovens de hoje, têm competências altamente desenvolvidas e proeminentes no que concerne as Tecnologias da Informação e da Comunicação. Cabe à escola/instituições que frequentam levá-los a utilizar o conhecimento que possuem em prol do seu próprio desenvolvimento pessoal, bem como do desenvolvimento de competências relacionais e sociais, no sentido de desenvolverem sensibilidade e empatia para com a diferença, bem como competências para integrarem uma massa crítica na sociedade, capaz de promover mudanças positivas.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Objetivos:**

- Melhorar a aprendizagem;
- Promover a aquisição de métodos de estudo, por forma a desenvolver a autonomia;
- Desenvolver o espírito crítico.
- Apoio ao estudo em todas as áreas curriculares;
- Preparação para as fichas de avaliação;
- Ocupação do tempo de férias, com atividades diversas:
- Estudo;
- Atividades lúdico-pedagógicas;
- Atividades de lazer.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 6.2. Espaço Nov'idade

O Centro de Convívio “Espaço Nov'idade” é um espaço de lazer e de ocupação de tempos livres. Funciona como uma resposta de apoio a atividades recreativas e culturais, organizadas e dinamizadas com a participação ativa dos idosos e das idosas.

O objetivo é combater o isolamento e promover a inserção do/a idoso/a na comunidade, tal como o seu bem-estar físico e intelectual através de uma rede de relações interpessoais ativa.



**Figura 4 - Espaço Nov'idade**

Fonte: <https://www.admestrela.pt/>

## 6.3. Centro de Formação Estrela

O Centro de Formação Estrela (CFE), na Guarda, desenvolve projetos de formação profissional, inicial e contínua, destinados a diferentes públicos-alvo e em diferentes tipologias de intervenção.

Certificada como entidade formadora em diferentes áreas de educação e formação, a ADM Estrela garante uma oferta formativa com base no diagnóstico de necessidades a nível social e económico do território, para que as mesmas possam ser um contributo relevante para a promoção e o desenvolvimento socioeconómico da região.

# POLI TÉCNICO GUARDA

Ao longo do seu historial de formação, o CFE tem estabelecido parcerias, formais e informais, e trabalhado em estrita colaboração com as entidades do território: Centros Qualifica e empresas/entidades nas áreas de formação.

## **6.4. Centro de Atividades de Tempos Livres**

O Centro de Atividades de Tempos Livres destina-se a proporcionar atividades de lazer a crianças a partir dos 6 anos e aos jovens até aos 12 anos, de ambos os sexos, nos períodos disponíveis, para além das responsabilidades escolares e de trabalho.

## **6.5. Jardim de Infância**

O Jardim de Infância é um estabelecimento de ensino pré-escolar destinado a acolher, durante o dia, crianças com idades compreendidas entre os 3 anos e a idade de ingresso no ensino básico, com o objetivo de lhes proporcionar condições adequadas ao seu desenvolvimento.

Vale de Estrela:

## **6.6. Centro de Atividades Ocupacionais**

As atividades ocupacionais constituem uma modalidade de ação social exercida pelo sistema de Segurança Social que visa a valorização pessoal e a integração social de pessoas portadoras de deficiência grave, permitindo o desenvolvimento possível das suas capacidades sem vinculação a exigências de rendimento profissional ou de enquadramento normativo de natureza jurídico-laboral.

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 5 – CAO*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

## **6.7. Serviço de Apoio Domiciliário**

O Serviço de Apoio Domiciliário (SAD) é uma resposta social que consiste na prestação de cuidados individualizados e personalizados no domicílio, a indivíduos e famílias quando, por motivo de doença, deficiência ou outro impedimento, não possam assegurar, temporária ou permanentemente, a satisfação das suas necessidades básicas e/ou atividades da vida diária. O SAD tem como objetivos principais promover a melhoria da qualidade de vida dos indivíduos e famílias, contribuindo para retardar ou evitar a institucionalização dos/as clientes, ao mesmo tempo que se assegura a satisfação das necessidades básicas dos/as utentes, por meio da prestação de cuidados de ordem física, psicológica, emocional e social, incluindo os cuidados de saúde necessários ao equilíbrio e bem-estar da pessoa.

No âmbito do SAD podem ser assegurados os seguintes serviços:

- Confeção, transporte e/ou distribuição de refeições;
- Tratamento de roupas;
- Higiene habitacional;

# POLI TÉCNICO GUARDA

- Cuidados de higiene e de conforto pessoal;
- Atividades de Animação e de Socialização;
- Outros (ex.: acompanhamento e transporte a consultas e exames complementares de diagnóstico).



*Figura 6 - Apoio ao domicílio*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

## **6.8. Centro de Dia**

O Centro de Dia é uma resposta social, que consiste na prestação de um conjunto de serviços que contribui para a manutenção dos/as idosos/as no seu meio sociofamiliar, que tem como objetivos a prestação de serviços que satisfaçam necessidades básicas; a prestação de apoio psicossocial e o fomento das relações interpessoais ao nível dos idosos e destes com outros grupos etários, a fim de evitar o seu isolamento.

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 7 - Centro de dia*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

## **6.9. Erpi Estrutura Residencial para pessoas idosas**

A Estrutura Residencial para Pessoas Idosas é uma resposta social destinada ao alojamento coletivo, de utilização temporária ou permanente, de pessoas idosas ou outras em situação de maior risco de perda de independência e/ou de autonomia.

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 8 – ERPI*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

## **6.10. Centro Juvenil “Grémio”**

O centro juvenil destina-se a proporcionar atividades de lazer a crianças a partir dos 6 anos e a jovens até aos 30 anos, de ambos os sexos, nos períodos disponíveis, para além das responsabilidades escolares e de trabalho.



# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 9 - Centro Juvenil Grémio*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

Pinhel:

## **6.11. Residência Léa Nobre**

O Lar Residencial *Léa Nobre*, é uma estrutura residencial que pretende ser uma resposta efetiva às necessidades específicas de jovens e adultos portadores de deficiência que se encontram impedidos, temporária ou definitivamente, de residir no seu seio familiar.

São destinatários do Lar Residencial as pessoas portadoras de deficiência e incapacidade, de idade igual ou superior a 16 anos

# POLI TÉCNICO GUARDA

A Residência proporciona as condições adequadas para desenvolver competências e capacidades da pessoa portadora de deficiência, através da sua integração na comunidade e da aplicação de um modelo integrado e inovador de Inclusão.

## 6.12. Centro de Atividades Ocupacionais Léa Nobre

O Centro de Atividades Ocupacionais (CAO) é uma resposta social que visa a valorização pessoal e a integração social de pessoas portadoras de deficiência, fomentando o desenvolvimento das suas capacidades, sem vinculação a exigências de rendimento profissional ou de enquadramento normativo de natureza jurídico-laboral.

Esta resposta social tem como finalidade proporcionar atividades socialmente úteis, terapêuticas e apoio pedagógico para jovens e adultos, com mais de 16 anos, portadores de deficiência, intelectual, psicológica ou física ou com necessidades educativas especiais.

As atividades ocupacionais constituem uma modalidade de ação social exercida pelo sistema de Segurança Social que visa a valorização pessoal e a integração social de pessoas com deficiência grave, permitindo o desenvolvimento possível das suas capacidades sem vinculação a exigências de rendimento profissional ou de enquadramento normativo de natureza jurídico-laboral.



**Figura 10** - Residência LÉA Nobre

**Fonte:** <https://www.admestrela.pt/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

Manteigas:

## 6.13. Creche “Favo de Mel”

A creche é um estabelecimento educativo que ministra apoio pedagógico e cuidados às crianças com idade até aos três anos, idade em que passam a frequentar o Jardim de Infância. Na creche pretende-se que a criança aprenda a descobrir os sentimentos, a imaginar e a fantasiar, a aprender com o corpo, com a música e com a pintura, e a brincar, proporcionando-lhe condições adequadas ao seu desenvolvimento.

## 6.14. Jardim de Infância Favo de Mel

O Jardim de Infância é um estabelecimento de ensino pré-escolar destinado a acolher, durante o dia, crianças com idades compreendidas entre os 3 anos e a idade de ingresso no ensino básico, com o objetivo de lhes proporcionar condições adequadas ao seu desenvolvimento.



*Figura 11 - Creche e jardim de infância favo mel*

Fonte: <https://www.admestrela.pt/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

Castelo Branco:

## **6.15. Casa de Acolhimento Residencial de Jovens de Castelo Branco**

Esta casa pretende ser uma resposta social desenvolvida em equipamento adequado, tendo por finalidade o acolhimento de crianças ou jovens em situação de risco, proporcionando condições de um acolhimento adequado e individualizado para cada jovem. Pretendemos desta forma, estimular e educar os jovens para uma mudança reparadora, promovendo a integração dos jovens residentes sem meio familiar adequado, criando uma conjuntura favorável, de forma a promover o desenvolvimento social, pessoal e afetivo, com vista à concretização dos seus projetos de vida, apostando na sua plena integração social e profissional.



*Figura 12 - Casa de acolhimento Castelo Branco*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

# POLI TÉCNICO GUARDA

Lisboa:

## **6.16. Delegação de Lisboa**

A Delegação de Lisboa da ADM Estrela, surge da vontade de alargar o trabalho de intervenção social que a ADM Estrela já desenvolve há quase trinta anos na zona centro do país, e visa fundamentalmente o incentivo do protagonismo infantojuvenil e a capacitação de jovens no desenvolvimento de projetos elaborados no âmbito do bem-estar social e melhoria das condições de vida da população do território onde está inserida, dinamizando, envolvendo e articulando as ações desses projetos com outros atores existentes localmente.

A Delegação encontra-se localizada no Bairro da Liberdade, em Campolide, Lisboa. Este território enfrenta conhecidas dificuldades, tanto no contexto social como no económico, verificando-se uma enorme carência de estruturas de intervenção comunitária ativas, que permitam desenvolver práticas de cidadania e de empreendedorismo capazes de contribuir para a melhoria do bem-estar da comunidade em geral.

### **Objetivos:**

- Reforçar a dinâmica comunitária através do fortalecimento das redes de parceiros, do tecido associativo e da participação dos moradores no desenvolvimento da comunidade envolvendo organizações locais.
- Reforçar as respostas de apoio à família, de acordo com as necessidades identificadas pela população, que facilitem a solidariedade informal e a entreaajuda entre moradores, bem como potenciem as competências pessoais, sociais e parentais aos moradores.
- Reforçar as condições de empregabilidade da população mais vulnerável (jovem e adulta), através da informação e encaminhamento para respostas de atendimento/qualificação que envolvam as empresas e organizações locais.

# POLI TÉCNICO GUARDA

- Estimular a aquisição de competências socio-emocionais e a criatividade das crianças e jovens a partir da aprendizagem feita pela autodescoberta, valorizando as diferentes formas de aprender, num processo circular que valoriza a “tentativa e o erro”.



*Figura 13 - Delegação de Lisboa~*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

Belmonte:

## **6.17. Quinta Pedagógica**

A Quinta Pedagógica, situada em Caria – Belmonte, foi criada no final de 2016 com uma área de 6 hectares composta por vinha, olival e pomar, com o intuito de servir os utentes das várias respostas sociais da instituição bem como estar aberta à comunidade. A quinta pretende ser um espaço onde se realizem atividades e dinâmicas pedagógicas, com vista a despertar curiosidades e saberes da área agrícola, frutícolas e plantas aromáticas / medicinais.

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 14 - Quinta pedagógica, Belmonte*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

## **6.18. Órgãos Sociais da ADM Estrela**

### **Direção**

Presidente:	BERNARDINO GATA SILVA
1ºVice-Presidente:	ISABEL CRISTINA ANTUNES AFONSO LOPES
2ºVice-Presidente:	JOSÉ ANTÓNIO DE ALMEIDA GOMES
Tesoureiro:	ALCINO ESTEVES MEIRINHOS
Secretário:	CARLOS ALBERTO VIDEIRA DOS SANTOS

### **Mesa de Assembleia Geral**

Presidente:	CARLOS ALBERTO CUNHA PIRES
1ºSecretário:	LILIANA PIRES DA COSTA
2ºSecretário:	AMILCAR BIDARRA AFONSO

### **Conselho Fiscal**

Presidente:	PAULO JORGE AGUIAR SILVA BASTO CARDOSO
1ºSecretário:	GASPAR NEVES DA COSTA
2ºSecretário:	JORGE MANUEL OLIVEIRA PIRES

*Tabela 1 - Órgãos Sociais*

*Fonte: <https://www.admestrela.pt/>*

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **São direitos dos/as Colaboradores/as e Voluntários/as afetos ao CACI:**

- a) Serem tratados com respeito e dignidade;
- b) Frequentarem ações de formação adequadas;
- c) Receberem atempadamente a remuneração acordada;
- d) Serem ouvidos nas suas sugestões e críticas que se prendam com as funções atribuídas;

## **São deveres dos/as colaboradores/as e voluntários/as afetos ao CACI:**

- a) Adotar uma conduta responsável, discreta, a fim de prevenirem quaisquer ações que comprometam ou dificultem a reputação e eficácia da Instituição;
- b) Garantir a qualidade e o bom funcionamento dos serviços, bem como, o conforto necessário ao bem-estar do/a cliente;
- c) No tratamento dos/as clientes, deverão levar à prática uma ação isenta, sem favoritismo nem preconceitos que conduzam a qualquer tipo de discriminações;
- d) Em abono da sua integridade profissional não podem, pelo exercício das suas funções aceitar ou solicitar, quaisquer dádivas, presentes ou ofertas de qualquer natureza;
- e) Na ocorrência de um óbito deve informar imediatamente o familiar/responsável e o serviço, devendo ser providenciada a presença de um médico;
- f) Aplicar os seus conhecimentos e capacidades, no cumprimento das ações que lhe sejam confiadas e usar de lealdade com colegas, superiores hierárquicos e funcionários da sua dependência;
- g) Usar convenientemente os bens que lhe são facultados e evitar o desperdício. Não devem utilizar direta ou indiretamente quaisquer bens da Instituição em proveito pessoal, nem permitir que qualquer outra pessoa deles se aproveite à margem da sua utilização institucional;
- h) Zelar por manter entre si uma relação cordial de modo a desenvolver um forte espírito de equipa e de colaboração;
- i) Informar os seus superiores, sobre o impacto das medidas adotadas e habilitá-los com todas as informações necessárias à tomada de decisões, bem como ao seu acompanhamento e avaliação;
- j) Cumprir com o estabelecido no código de Ética e Conduta da Instituição.



# POLI TÉCNICO GUARDA

## 6.19. Direitos e Deveres dos Utentes da ADM Estrela

A ADM Estrela, no âmbito da sua atuação, define direitos e deveres dos seus clientes, devendo estes ser respeitados em todas as ocasiões, por colaboradores, encarregados de educação, significativos e clientes.

São direitos dos Clientes:

- Os clientes têm o direito de frequentar os nossos serviços, por vontade própria e dos seus representantes;
- Os clientes têm o direito à prestação de serviços com qualidade e cuidados necessários à garantia do seu bem-estar físico e psicológico;
- Igualdade de oportunidades e de acesso a atividades e serviços, independentemente da raça, religião, idade, sexo, orientação sexual, condição social, deficiência e incapacidade;
- Participar nas atividades promovidas pela Instituição;
- Respeito pela sua identidade e reserva da intimidade da vida privada e familiar.

São deveres dos Clientes:

- Os clientes e seus representantes devem seguir as normas de funcionamento do(s) estabelecimento(s);
- Devem respeitar e cumprir o(s) Regulamento(s) Interno(s);
- Devem respeitar todos os colaboradores da Instituição;
- Devem manter em bom estado físico, de conservação e higiene dos materiais e locais utilizados.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 6.20. Horário das áreas de intervenção 2022/2023

Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI) - Vale de Estrela (Local de estágio)

Horário das Áreas de Intervenção 2022/2023											
Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão - Vale de Estrela											
	2ª Feira		3ª Feira		4ª Feira		5ª Feira		6ª Feira		
	Sala		Sala		Sala		Sala		Sala		
07:50 - 09:00	Transportes										
09:00 - 09:30	Acolhimento	1	Acolhimento	1	Acolhimento	1	Acolhimento		Acolhimento	1	
09:30 - 12:30	AVD's /Preparação de lanches		TIC / Estimulação cognitiva	4	Oficina de Autonomização	4	Oficina de Autonomização	1	Agricultura/Animais	exterior	
	Oficina de Estimulação Cognitiva	1	Hidroginástica	IPG	Culinária		Projeto "Agora nós"	3	Oficina de Autonomização	5	
	Oficina Qualificação para inclusão social e Profissional	ERPI/Jardim			Oficina Qualificação para inclusão social e Profissional	ERPI/Jardim	TIC / Estimulação cognitiva	2	TIC / Estimulação cognitiva	4	
	Oficina de Costura	3	Agricultura/Animais		Comunicação Alternativa	4	Oficina Administrativa/	Gab	Atividades de Interação com o meio	Comunidade	
	AVD's /Preparação de lanches	Copa	AVD'S Refeitório	Copa	Agricultura/Animais	exterior	Oficina Qualificação para inclusão social e Profissional	ERPI/Jardim			
13:00 - 14:00	Almoço										
14:00 - 16:30	Terapia da Fala	2	Oficina Administrativa/financeiro	copa	AVD's /Preparação de lanches	Copa	Agricultura/Animais	exterior	Ginástica/Ginásio	Estádio	
	Estimulação Cognitiva	3	TIC / Estimulação cognitiva	4	Oficina Administrativa/financeiro	4	Atelier Capacitação Manualidades	4	AVD's /Preparação de lanches	Copa	
	Agricultura/Animais	Exterior	Oficina de Reparação/manute		Oficina de Estimulação Cognitiva	3	AVD's /Preparação de lanches	copa	TIC / Estimulação cognitiva	5	
	Atelier Capacitação Manualidades	1	Atelier Capacitação Manualidades	5	Oficina de Reparação/manute	carp.	Terapia da Fala	5	Atelier Capacitação Manualidades	4	
16:30 - 17:00	Lanche										
17:00 - 18:30	Transportes										
Atividades Terapêuticas	Terapia da Fala	Atividades Ocupacionais	Tapeçaria	Atividades de Autonomização	Área Projecto	Eu os Outros e o mundo que nos rodeia					
	Atendimento Psicológico		Carpintaria		Atividades de Qualificação e Inclusão social e profissional	ERPI S. Silvestre/Jardim de Infância Arco Iris					
	Ginástica/Ginásio		Culinária		Tertúlias - Destaques da Semana						
	Hidroginástica		Jardinagem/Hortofloricultura		Capacitar para Incluir	Entidades Empregadoras					
	Fisioterapia		AVD's		Atendimento telefónico						
	Comunicação Alternativa		Centro de Lavagem		Atividades de Interação com o meio	Envolvência em experiências diversificadas com o meio					

Figura 15 - Horário do CACI

Fonte: <https://www.admestrela.pt/>

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Capítulo 3**

### **Estágio**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 7. Estágio Curricular

Este terceiro capítulo faz referência aos três meses de estágio que decorreram desde o dia 1 de março até ao dia 21 de junho de 2023. O estágio de âmbito curricular surgiu na sequência da conclusão da Licenciatura do curso Animação Sociocultural.

Para mim, a escolha do meu estágio foi difícil, estava indeciso no público alvo: estagiar com reclusos no Estabelecimento Prisional da Guarda ou da Covilhã ou com pessoas Portadoras de Deficiência. A minha escolha incidiu nas pessoas portadoras de deficiência na ADM Estrela, no centro de atividades e capacitação para a inclusão (CACI),

Muita gente perguntava-me o porquê de escolher esta área e se tinha coragem e estofo para trabalhar com estas pessoas? A minha resposta foi sempre a mesma, são pessoas como todas as outras, têm é alguma incapacidade motora e cognitiva.

Ao longo do estágio foi-me dada a oportunidade de realizar atividades, com ajuda da supervisora, de professoras e da psicóloga da instituição. Consegui, com este auxílio, aplicar o projeto “Expressão, movimento e inclusão”, aplicar atividades nas áreas da expressão motora, plástica e dramática”. Este público exige uma intervenção mais cuidada e lenta adequada à sua condição, como tal foi elaborado um plano de trabalho/estágio muito pensado em conjunto com a supervisora Belmira Nóbrega (Anexo I).

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 8. Atividades Observadas

### Encontros de Desporto em Pinhel

Data: 08/03/2023



**Figura 16** - Encontro de andebol pela ATIVA E ANDII

**Fonte:** Própria

#### **Descrição da Atividade:**

No dia 08/03/2023 acompanhei os atletas da ADM Estrela ao encontro da seleção de andebol, uma experiência única e fantástica, auxiliei e trabalhei com atletas de alto nível e rendimento.

# POLI TÉCNICO GUARDA

Data: 05/04/2023



**Figura 17** - Torneio de Andebol pela ANDDI Portugal

**Fonte:** Própria

## **Descrição da atividade**

Pela parte da manhã dirigimo-nos ao pavilhão multiusos de Pinhel, participar no torneio de andebol, juntamente com a ASTA, CERCIG, QUINTA DO PEZINHO. Pela parte da tarde aproveitámos para visitar o centro histórico de Almeida.

# POLI TÉCNICO GUARDA

Data: 06/06/2023



**Figura 18** - Encontro de Desporto Adaptado promovido pela Obra de Nossa Senhora das Candeias / Quinta do Pezinho.

**Fonte:**

[https://www.facebook.com/photo/?fbid=657280216439712&set=pb.100064732174601.-2207520000.&locale=pt\\_PT](https://www.facebook.com/photo/?fbid=657280216439712&set=pb.100064732174601.-2207520000.&locale=pt_PT)

## Descrição da atividade

No dia 6 de junho de 2023, os atletas da ADM Estrela (CACI) 7 atletas do CACI de Vale de Estrela, o professor de educação física Daniel Monteiro e eu. Deslocámo-nos até Pinhel para realizar uma atividade juntamente com os atletas da Léa Nobre de Pinhel, e assim participar na 1ª edição do encontro de desporto adaptado organizado pela Obra de Nossa Senhora das Candeias em Pinhel.

# POLI TÉCNICO GUARDA

Foi uma manhã pautada pelo convívio e por uma rivalidade saudável nas modalidades de Boccia e futsal. Realizaram-se jogos de Boccia com a participação de 4 atletas, uma delas, com esquizofrenia., sentiu-se mal, no final dos jogos.

## **Nota:**

Esta utente teve uma crise e os bombeiros que acompanharam atividade, encaminharam-na ao centro de saúde, na qual eu acompanhei e estive presente durante todos os momentos em que a utente foi tratada (medicada).

Para que o seu tratamento se realizasse de forma rápida foi importante os dados que eu tinha na minha posse (dados do atleta) em que o medico rapidamente chegasse ao processo de forma mais fácil.

Todo este processo foi acompanhado pela diretora técnica, pela psicóloga, pelo professor de desporto, até que a utente estivesse num estado razoável para obter alta, e regressar a Guarda, com o acompanhamento da instituição.



# POLI TÉCNICO GUARDA

Data: 15/06/2023



**Figura 19 - Ida a Almeida (ASTA)**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Descrição da Atividade:

Neste dia a ADM Estrela foi convidada pela ASTA de Almeida para as seguintes atividades, yoga e canoagem, um dia que para mim foi único e foi uma experiência incrível nunca tinha feito canoagem.

**Data:** 21/06/2023



**Figura 20** - IX Encontro de desporto adaptado  
ADM Estrela

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Descrição da Atividade:**

Neste dia as modalidades realizadas foram, atletismo, Boccia e salto em altura eu fiquei responsável no salto em altura, verificar se o salto era nulo ou válido.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 9. Atividades realizadas

### 9.1. Atividades Expressão Plástica

<b>Atelier de Pascoa</b>	
<b>Data:</b> 23/03/2023	<b>Duração:</b> 9h:00 – 17h:00
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> - Cola - Papel - Canetas de filtro - Tesouras - Folhas A4 desenhos para colorir  <b>Humanos:</b> - Alunos do CACI	<b>Objetivos:</b> - Desenvolver a motricidade fina; - Vivenciar a época festiva pascoa; - Explorar e trabalhar a técnica do pontilhismo.
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
Pela parte da manhã estive a substituir o lugar da Fátima, a trabalhar os copos da pascoa, pela parte da tarde estive a trabalhar com os mesmos na técnica do pontilhismo com canetas de filtro.	

*Tabela 2 - Atividade para a pascoa*

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 21 - Técnica do pontilhismo**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>“Dia do Pai”</b>	
<b>Data:</b> 14/03/2023	<b>Duração:</b> 1 a 2 dias
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> - Tintas guache - Pincel - Folha A4  <b>Humanos:</b> - Alunos do CACI	<b>Objetivos:</b> - Desenvolver a motricidade fina; - Vivenciar o dia do Pai.
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
Esta atividade consiste em pintar as mãos dos alunos e fazer a impressão numa folha com o seu nome e a sua data de nascimento. Cada aluno escolhia a cor que queria para realizar a sua atividade.	

**Tabela 3** - Atividade do dia do Pai

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 22** - Impressão da mão dos utentes

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA

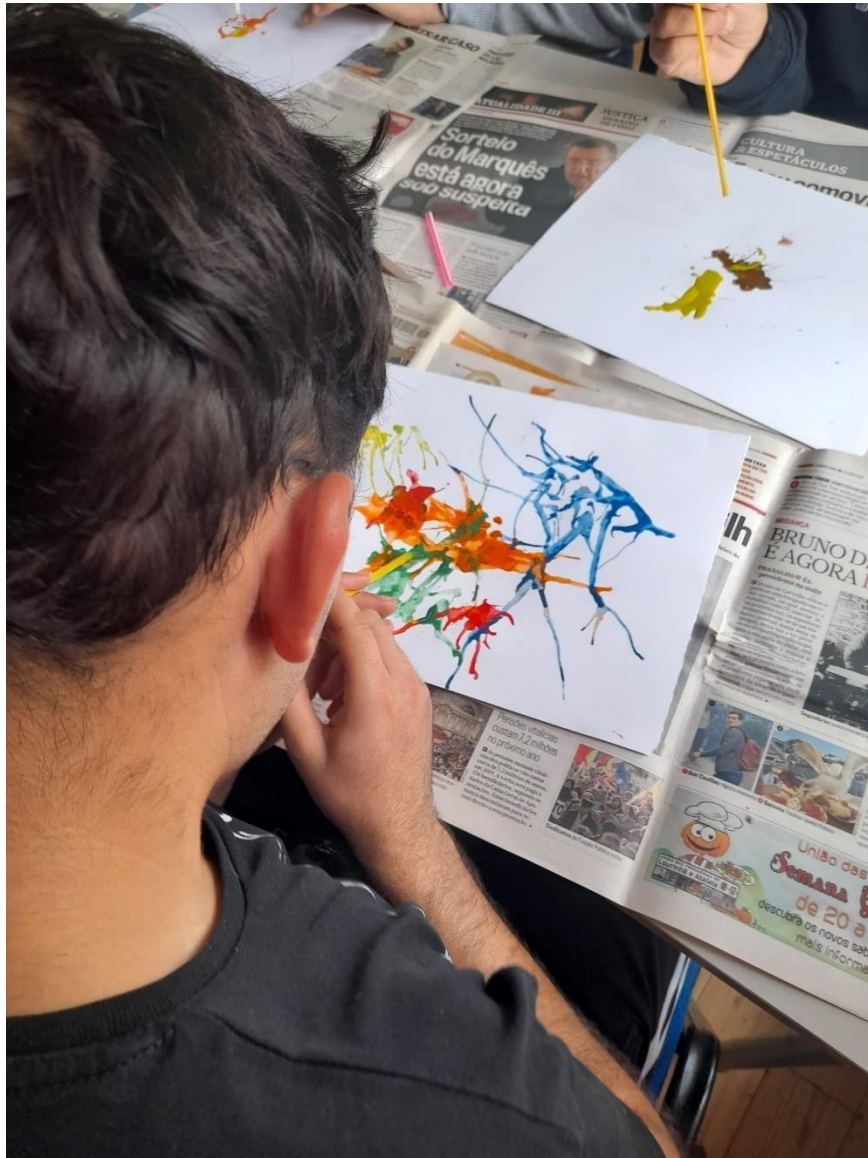
<b>“Tinta Soprada”</b>	
<b>Data:</b> 12/06/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Tintas guache</li><li>- Pincel</li><li>- Folha A4</li><li>- Palhas</li></ul> <b>Humanos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alunos do CACI</li></ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Desenvolver a motricidade fina;</li><li>- Desenvolver o conhecimento das cores e perceção de formas;</li><li>- Exercitar o controlo respiratório.</li></ul>
<b>Local:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vale de Estrela (Guarda)</li></ul>	<b>Idade dos Participantes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Jovens dos 21 aos 59 anos</li></ul>
<b>Descrição da atividade</b>	
Esta atividade consiste em que os utentes explorem esta arte abstrata, as figuras que se formam ao sopragem, seja soprada lentamente ou rápido.	

**Tabela 4** - Atividade de Técnica de Tinta Soprada

**Fonte:** Própria



# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 23** - Técnica de tinta soprada

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 9.2. Expressão Dramática

<b>“Emoções e Sentimentos”</b>	
<b>Data:</b> 04/05/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> - Folhas/Imagens A4  - Imagens (Praia, montanha, pinceis coloridos, avião, desportos, loja de marca, família, comer, quarto)  <b>Humanos:</b> - Alunos do CACI	<b>Objetivos:</b> - Expressar sentimentos e emoções; - Desenvolver a criatividade e a imaginação; - Promover o convívio.
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
Comecei por colocá-los de costas enquanto espalhava as imagens pelo chão, pelas mesas, sofás e cadeiras, depois mandem virá-los e para escolherem a imagem que lhes chamava mais atenção, depois disso reunimos e debatemos sobre o mesmo e ouvimos as respostas de cada um.	

**Tabela 5 - Tabela de atividade Emoções e Sentimentos**

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA

Respostas (Grupo 1)	
ALUNO A	Imagem (Avião)  - Já viajei com a mãe, com os manos, com o cunhado, andar de avião é fixe.
ALUNO B	Imagem (Praia/Maldivas)  - Gosto da praia, as casas chamam-me atenção e gostava de ir a este sítio.
ALUNO C	Imagem (Montanha)  - Gosto da neve, ver as vistas e a paisagem, é uma montanha grande.
ALUNO D	Imagem (Família)  - Convívio na família, gosto da minha família, a partilha é importante

**Tabela 6** - Respostas do Grupo I

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA

Respostas (Grupo 2)	
ALUNO A	<p>Imagem (Comida)</p> <p>- Gosto muito de comida, hambúrguer é a minha comida favorita, coca-cola e água.</p>
ALUNO B	<p>Imagem (Desporto)</p> <p>- Gosto muito de desporto, e costumo ver vídeos de desporto, como futebol, o meu clube é favorito é o Benfica.</p>
ALUNO C	<p>Imagem (Quarto)</p> <p>- Tem uma cama para dormir, gosto de observar a paisagem, gosto muito de dormir.</p>
ALUNO D	<p>Imagem (Avião)</p> <p>- Gostava de saber qual a sensação de estar lá em cima, um dia gostava de andar de avião, gostava de ir a Inglaterra, França e América para visitar a minha família.</p>
ALUNO F	<p>Imagem (Família)</p> <p>- Gosto que a família esteja toda junta.</p>

**Tabela 7 - Respostas do Grupo II**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 24** - Atividade Emoções e Sentimentos

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 9.3. Expressão Motora

<b>Caminhada e Circuito</b>	
<b>Data:</b> 15/03/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> - Arcos - Escada - Sinalizadores  <b>Humanos:</b> - Alunos do CACI	<b>Objetivos</b> - Combater o stress e ansiedade; - Fortalecer todas as partes musculares; - Melhorar as capacidades condicionais (Força, velocidade, resistência e flexibilidade) - Transformar a massa gorda em massa muscular
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
<p>Esta atividade surgiu de modo improvisado, novamente na parte desportiva.</p> <p>A atividade consistiu em fazer o circuito de condição física começando pela corrida, toque no chão e salto, contornar os sinalizadores, passar a escada a saltitar e conseguir acertar com o arco no alvo.</p>	

**Tabela 8** - Plano de atividade caminhada e circuito

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 25 - Atividade Caminhada e Circuito*

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>O quotidiano</b>	
<b>Data:</b> 03/05/2023	<b>Duração:</b> 10h-12:30h
<b>Recursos</b>  <b>Materiais:</b> - Novelo de lã - Dominó - Argolas - Cadeiras - Quadro De Chaves  <b>Humanos:</b> - Idosos do Lar de Vale de Estrela	<b>Objetivos:</b> - Expressar sentimentos e emoções; - Promover o convívio - Desenvolver atenção e concentração; - Desenvolver a motricidade fina; - Partilha de histórias e experiências de vida do quotidiano.
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Idosos + 65
<b>Descrição da atividade</b>	
<p>Primeiramente, comecei pela atividade/jogo “Teia da Amizade”, independentemente de ser eu jovem e eles mais idosos, com uma idade mais avançada nós precisamos deles e eles precisam de nós, ou seja, os fios interlaçados e cruzados simbolizam isso mesmo, fazendo-lhes algumas perguntas, como o que faziam antigamente, ou caracterizarem-se à medida que o fio passasse.</p> <p>Entretanto, depois disso, alguns jogaram dominó e os idosos que têm pouca mobilidade, o lar tem um instrumento que serve para trabalhar a motricidade fina, a concentração e atenção.</p>	

**Tabela 9 - Plano de atividade**

**Fonte:** Própria



# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 26 - Atividade "Teia da Amizade"**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 27 - Jogo Dominó**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 28 - Atividade para melhorar a motricidade fina*

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>Introdução ao Ténis</b>	
<b>Data:</b> 30/03/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Arcos</li><li>- Garrações de água</li><li>- Bolas de ténis</li><li>- Raquetes de ténis</li></ul> <b>Humanos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alunos do CACI</li></ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Desenvolver a motricidade fina</li><li>- Estimular atenção e concentração</li><li>- Melhorar o equilíbrio e a postura</li></ul>
<b>Local:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vale de Estrela (Guarda)</li></ul>	<b>Idade dos Participantes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Jovens dos 21 aos 59 anos</li></ul>
<b>Descrição da atividade</b>	
<p>A atividade consiste em numa primeira parte utilizar os arcos para aquecer os músculos superiores visto que íamos trabalhar com raquetes, garrações de água tiveram a sua utilidade ao fazerem de estafeta, cada aluno tinha de correr com o garrafão na mão e quando chegasse ao colega entregá-lo-ia, depois fiz alguns exercícios como o controle de bola com a raquete e batimentos da raquete para o chão, alguns conseguiram dar toques em pares</p>	

**Tabela 10** - Plano de atividade de ténis

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA



*Figura 29 - Introdução ao Ténis*

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>STEP</b>	
<b>Data:</b> 05/06/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b> <b>Materiais:</b> - Step <b>Humanos:</b> - Alunos do CACI	<b>Objetivos:</b> - Estimular a concentração e atenção - Coordenação muscular - Melhorar a orientação espacial
<b>Local:</b> - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b> - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
Esta atividade consiste em fazer movimentos diversos, utilizando um auxílio de um step.	

**Tabela 11** - Plano de atividade step

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 30 - Aula de Step**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>Boccia</b>	
<b>Data:</b> 18/05/2023	<b>Duração:</b> 1h
<b>Recursos</b>  <b>Materiais:</b>  - Kit de Boccia  <b>Humanos:</b>  - Alunos do CACI	<b>Objetivos:</b>  - Estimular a concentração e atenção  - Estimular a motricidade fins  - Melhorar a orientação espacial  - Promover a ajuda e o trabalho de equipa  - Treinar e preparar os atletas que entram em competição.
<b>Local:</b>  - Vale de Estrela (Guarda)	<b>Idade dos Participantes</b>  - Jovens dos 21 aos 59 anos
<b>Descrição da atividade</b>	
Uma vez que vários alunos iam ter torneio brevemente, tive o trabalho e a responsabilidade de os tornar melhor a nível de técnicas e de táticas aprendidas à medida que o treino decorria.	

**Tabela 12 - Plano de atividade**

**Fonte:** Própria



# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 31 - Boccia**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA

<b>ATELIÊ DE COSTURA</b>	
<b>Data:</b> 22/05/2023	<b>Duração:</b> 9h- 16h
<b>Recursos</b>  <b>Materiais:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Linhas</li><li>- Fita de embrulho em tecido</li><li>- Tesoura</li><li>- Agulha</li><li>- Alecrim</li><li>- Arroz</li><li>- Rosmaninho</li><li>- Alfazema</li><li>- Máquina de costura</li><li>- Alfinetes</li></ul> <b>Humanos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Alunos do CACI e Colaboradores</li></ul>	<b>Objetivos:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Estimular a concentração e atenção</li><li>- Estimular a motricidade fina</li><li>- Desenvolver uma competência nova</li></ul>
<b>Local:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Vale de Estrela (Guarda)</li></ul>	<b>Idade dos Participantes</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- Jovens dos 21 aos 59 anos</li></ul>
<b>Descrição da atividade</b> <p>A Atividade consiste em fazer desde o princípio almofadas aromáticas, ou seja, os utentes colherem as plantas aromáticas como alecrim, alfazema e rosmaninho e de seguidas coserem os tecidos para as mesmas.</p>	

# POLI TÉCNICO GUARDA

Pela primeira vez aprendi as técnicas da máquina de costura e a coser as almofadas aromáticas.

**Tabela 13** - Atividade de Costura

**Fonte:** Própria

# POLI TÉCNICO GUARDA



**Figura 32 - Atividade de Costura**

**Fonte: Própria**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Capítulo 4 Projeto “Expressão, Movimento e inclusão”**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 10. Público-Alvo

São 20 os jovens que frequentam o CACI (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão), apresentando dificuldades de vários níveis, nomeadamente físicos, intelectuais, sensoriais e comportamentais, com a existência de perfis Intra individuais complexos, não só em termos de deficit cognitivo, como também ao nível da personalidade e competências sociais, associadas a outros handicaps.

Valência	Número de utentes
CACI de Guarda	20

**Tabela 14** - Número de utentes inseridos no CACI

Número de utentes	Sexo	
	Feminino	Masculino
20	9	11

**Tabela 15** - Número de utentes abrangidos por sexo

Tipologia de Deficiência	Número de utentes portadores
Trissomia 21	4
Mental	9
Surdez/mudez	1
Mental e visual	1
Paralisia Cerebral	4
Síndrome de Vatter	1

**Tabela 16** - Número de utentes abrangidos por deficiência

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 11. Diagnóstico de situação

Primeiramente fui falar com a Diretora Técnica do CACI para ver o que se enquadrava melhor na instituição.

A minha ideia inicial era realizar um projeto dedicado ao cuidador do portador de deficiência, mas depois como eles passavam a maior parte do tempo na instituição e não fazia sentido aplicá-lo para o cuidador.

Tendo em conta que a ADM Estrela já tinha um projeto “Eu, os Outros e o Mundo que nos rodeia”, optei por introduzir e encaixar o meu “Expressão, Movimento e Inclusão”, no tema da instituição.

## 12. Expressão, Movimento e Inclusão

Enquadrado no projeto do CACI 2022/2023 “Eu, os outros e o mundo que nos rodeia” – inclusão social e o mercado de trabalho, e tendo em conta as necessidades individuais e coletivas dos nossos clientes, o tema apresentado “Expressão, Movimento e inclusão” surge em conversação com todos os colaboradores da instituição, incluindo também a minha orientadora de estágio e minha supervisora. Realizei as minhas atividades com os seguintes objetivos.

No projeto “Expressão, Movimento e inclusão”, a nível de expressão e movimento realizei as atividades que programei. Na parte da inclusão social, não consegui realizar nenhuma atividade, programei uma atividade para o mês de julho “Reviver a Floresta”.

### 12.1. Necessidades dos utentes do CACI

- Falta de autonomia
- Dificuldades cognitivas e motoras
- Dificuldade em expressarem as suas emoções e sentimentos
- Complicação na orientação espacial
- Desajustamento comportamento social

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 12.2. Objetivos

### Objetivos Gerais:

- Autonomizar e capacitar os jovens nas diferentes áreas de intervenção através de treino de competências, e intervenção enquadrada no plano semanal do centro de atividades e capacitação para a inclusão.

### Objetivos Específicos:

- Combater o stress e obesidade;
- Transformar massa gorda em massa muscular;
- Estimular a criatividade e a imaginação;
- Desenvolver e trabalhar a orientação espacial;
- Criar ambiente grupal;
- Proporcionar momentos de alegria e felicidade.



# POLI TÉCNICO GUARDA

## 12.3. Metodologia

Motivadora e ativa	Utilizando técnicas ativas de uma pedagogia centrada na animação sociocultural.
Possibilitadora	da promoção e desenvolvimento pessoal, grupal e comunitário.
Dialogante	tomando como ponto de partida os interesses, aspirações e motivações dos utentes.
Não competitiva	apelando sobretudo à participação, à cooperação e ao trabalho de grupo, uma rivalidade saudável
Coerente	com os objetivos e metas marcados, para proporcionar eficácia e rentabilidade social.
Flexível	sem imposições, personalizada e diferenciada, aceitando sugestões e escutando opiniões.
Participativa	envolvendo sempre as pessoas em todo o processo de intervenção sociocultural.
Qualitativa	pois pretende melhorar a qualidade de vida dos utentes da ADM Estrela.
Didática	proporcionar uma educação permanente ao longo da vida, orientada para o grupo, para os seus interesses e para a melhoria da sua realidade.

*Tabela 17 - Metodologias a utilizar com o projeto de ASC*

*Fonte: Própria*

# POLI TÉCNICO GUARDA

**A metodologia divide-se em:**

- Motivadora e ativa – Faz uso de algumas das técnicas de animação como a observação direta, os processos dos utentes para ver e analisar o que posso trabalhar com os mesmos;
- Possibilitadora - Envolve os utentes em atividades para o seu desenvolvimento pessoal, grupal e comunitário;
- Dialogante - É um método de bastante importância porque é com o diálogo, que sabemos quais os interesses e as suas necessidades;
- Não competitiva - Como ninguém compete com o pensamento na vitória, pode ser chamada de rivalidade saudável, auxiliando os que têm mais dificuldade a gerar laços de amizade, convívio e trabalho de grupo;
- Flexível – É necessário ouvir e respeitar os utentes assim como os seus défices mentais, físicos ou intelectuais;
- Participativa – Todos os participantes do projeto entreveem, seja em atividades ou a comunicar com os utentes.
- Qualitativa - Com este projeto pretendo melhorar a qualidade de vida destes utentes praticando e desenvolvendo atividades de expressão motora, estimulação cognitiva, plástica, dramática;
- Didática - Proporcionar uma educação permanente ao longo da vida, orientada para o grupo, para os seus interesses e para a melhoria da sua realidade.

## **12.4. Planeamento**

Este projeto está definido para quatro meses que foi o tempo de estágio, mas poderá ser prolongado, porque a pessoa estagiária ou mesmo trabalhadora pode dar continuidade ao mesmo, aplicando outras atividades e utilizando um método e valências diferentes.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## 12.5. Cronograma de Atividades

Atividades	Março 2023								Abril 2023								Maio 2023								
	2	7	13	15	20	21	28	30	6	20	26	27					2	4	15	16	17	18	23	24	
Tampas e lego	█																								
Ateliê dia do Pai		█																							
Dia da mulher		█																							
Marca Golo			█																						
Caminhada e Circuito				█																					
Ateliê Páscoa					█																				
Ginásio					█																				
Jogo dos Arcos						█																			
Caminhada							█																		
Introdução ao tênis								█																	
Circuito do equilíbrio									█																
Passadeira										█															
Tiro ao alvo											█														
Vê-la se acertas												█													
Boccia													█												
Movimenta-te																									
Emoções e Sentimentos																									
Costura																									
Loto																									
Boccia																									
Léa Nobre Pinhel																									

# POLI TÉCNICO GUARDA

Atividades	Junho 2023					Julho 2023							Setembro 2023									
	5					1	6	10	13	17	20	24	27	2	7	11	14	18	21	25	28	
Step	■																					
Pê de Chumbo						■																
Derruba							■															
Acerta na Cor								■														
Labirinto									■													
Toca a bombar										■												
Vamos a pesca											■											
Caixa surpresa												■										
Castelo de cores													■									
Reviver a floresta																						
Reviver a floresta																						
Reviver a floresta																						

**Tabela 18 - Cronograma de Atividades**

**Fonte: Própria**

## 12.6. Avaliação

O método de avaliação será um questionário com perguntas realizado ao fim de cada atividade, para perceber se as atividades realizadas foram de encontro às necessidades dos utentes.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Reflexão Final

Concluo que não estava à espera de terminar este curso em três anos, entrei no Instituto Politécnico da Guarda em quinta opção, a minha primeira opção era desporto, e perguntava-me a mim mesmo o que era Animação e o que é que estava aqui a fazer. Entrei neste curso e todas as pessoas que conheci desvalorizam o curso, chamam-lhe o “Curso dos palhaços”, e não liguei só respondia quando tiveres sozinho ou abandonado e não tiveres ninguém para te ajudar chamas os palhaços.

Não desisti e o primeiro semestre acabei com boas notas e já não troquei de curso, comecei a perceber o que era Animação e esta área levar-me a parte desportiva e continuei até hoje com o apoio dos professores, amigos, colegas de turma e pais que fizeram um esforço enorme para o pagamento de propinas.

O que me fez estar até hoje neste curso, as vezes nós na vida temos problemas, barreiras, as tais escadas da vida que tanto podemos descer como podemos subir trabalhando e lutando contra o que nos empurra dessa tal escadaria, mas existe sempre alguém pior que nós e para isso serve animação na vida das pessoas , reavivar a alma, com um simples gesto mudarmos a vida da pessoa, com apenas um sorriso, uma palavra, uma conversa e uma das minhas motivações para ficar neste curso é mesmo ajudar os outros , aqueles que precisam de verdade.

Entretanto cheguei ao terceiro ano e tínhamos de escolher uma entidade para estagiarmos e escolhi uma instituição na área da deficiência, e acho que acertei na minha área de trabalho.

Isto tudo para dizer e posso dizê-lo com confiança e vontade que criei laços de amizade para a minha vida toda seja com utentes como colaboradores, aprendi todos os dias com eles, as coisas mais simples da vida, eles sentem-nas e aproveitam-nas tal como referi nos agradecimentos o tal desenho que um simples risco faz diferença. Foram três meses de uma experiência única e inesquecível na qual senti-me apaixonado pelo que fazia todos os dias, cada dia para mim é um desafio trabalhar com pessoas portadoras de deficiência, tal como temos algo novo para lhes dar a cada dia que passa eles também o fazem, passaram grandes talentos no qual pude recolher informação e conhecimento desses atletas que trabalham todos os dias para o sucesso, atletas de alta competição que estão enquadrados alguns deles na seleção.

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Bibliografia

Ander-Egg, E. (1986). Metodologia y Practica de la Animacion Sociocultural. Buenos Aires: Humanitas.

Ander-Egg, E. (1999). O Léxico do Animador. Amarante: ANASC - Associação Nacional dos Animadores Socioculturais.

Ander-Egg, E. (2008). “A Animação Sociocultural e as Perspectivas para o Século XXI”. In J. D. L. Pereira, M. F. Vieites & M. S. Lopes. A Animação Sociocultural e os Desafios do Século XXI (pp. 19-32). Chaves: Intervenção Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Conejos, F. P. & Gozáles M. V. (2010). Objectivos e estratégias para a inclusão nos processos de animação sociocultural: O caso de crianças autistas, hiperactivas, e com deficiências visuais e auditivas. In M. S. Lopes & M. S. Peres (Coord.), Animação sociocultural e necessidades educativas especiais (pp.152-158). Chaves: Intervenção Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

Correia, L. M. (1997). Alunos com necessidades educativas especiais com deficiências em Portugal. Vila Nova de Gaia: CRGP.

Correia, L. M. (2003). Alunos com necessidades educativas especiais nas classes regulares. Porto: Porto Editora.

Correia, L. M. & Martins, A. P. L. (2003). Inclusão e necessidades educativas especiais: guia para educadores e professores. Braga: Quadrado Azul Editora.

Lopes, M. (2006). A Animação Sociocultural em Portugal. Animador Sociocultural: Revista Iberoamericana. 1(1), 1-16.

Luckasson, R. et al. (1992). Mental Retardation – definition, classification, and systems of support. Washington, DC: American Association on Mental Retardation.

Marcelino de Sousa Lopes é professor da Universidade de Trás-os-montes e Alto Douro e doutor em Pedagogia pela Universidade Pontifícia de Salamanca, com a tese Animação Sociocultural

# POLI TÉCNICO GUARDA

em Portugal – perspectiva histórica de 1974 a 1999. Possui larga experiência de atuação em formações profissionais e como dirigentes de grupos culturais.

Mauerberg-deCastro, Eliane & Paioli Tavares, Carolina & Panhan, Ana & Figueiredo, Gabriella & de Castro, Marcela & Paiva, Ana & Iasi, Thayná & Braga, Gabriella. (2013). Educação Física Adaptada Inclusiva: impacto na aptidão física de pessoas com deficiência intelectual. Revista Ciência em Extensão, 9(35). Retirado de: [https://www.researchgate.net/publication/259912300\\_Educacao\\_Fisica\\_Adaptada\\_Inclusiva\\_impacto\\_na\\_aptidao\\_fisica\\_de\\_pessoas\\_com\\_deficiencia\\_intelectual](https://www.researchgate.net/publication/259912300_Educacao_Fisica_Adaptada_Inclusiva_impacto_na_aptidao_fisica_de_pessoas_com_deficiencia_intelectual)

Moreno, R. M. (2003). Peculiaridades do lazer e dos tempos livres das pessoas com perturbações psíquicas. In V. J. V. Pérez & R. M. Moreno (Coord.), Integração de pessoas com perturbações psíquicas em actividades de tempos livres manual do monitor especializado (pp.159-168). Lisboa: Dinalivro.

Rilhó, R. P. (2010). Modelo de intervenção de qualidade na deficiência mental – A animação sociocultural na realidade institucional da APPCDM do Porto. In M. S. Lopes & M. S. Peres (Coord.), Animação sociocultural e necessidades educativas especiais (pp.86-102). Chaves: Intervenção Associação para a Promoção e Divulgação Cultural.

TRILLA Jaume (coord.), 2004, *Animação sociocultural. Teorias, programas e âmbitos*. Tradução de Ana Rabaça. Lisboa, Instituto Piaget [«Horizontes Pedagógicos»; 115].

UNESCO (1994). Declaração de Salamanca e Enquadramento da Acção na Área das Necessidades Educativas Especiais. Instituto de Inovação Educacional. Lisboa

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Webgrafia

<https://journals.openedition.org/mulemba/390>

[https://run.unl.pt/bitstream/10362/89671/1/Tese\\_Ant%C3%B3nio\\_Ricardo\\_Baptista\\_07\\_Novembro\\_2019.pdf](https://run.unl.pt/bitstream/10362/89671/1/Tese_Ant%C3%B3nio_Ricardo_Baptista_07_Novembro_2019.pdf)

<file:///C:/Users/Francisco/Desktop/IPG%20ASC%202020/Marcelino-%20ANI.pdf>

[https://www.researchgate.net/publication/259912300\\_Educacao\\_Fisica\\_Adaptada\\_Inclusiva\\_impacto\\_na\\_aptao\\_fisica\\_de\\_pessoas\\_com\\_deficiencia\\_intelectual](https://www.researchgate.net/publication/259912300_Educacao_Fisica_Adaptada_Inclusiva_impacto_na_aptao_fisica_de_pessoas_com_deficiencia_intelectual)




# POLI TÉCNICO GUARDA

## **Anexos**

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Anexo I – Plano de Trabalho/Estágio

1858

<b>POLI TÉCNICO GUARDA</b>	<b>PLANO DE TRABALHO</b> Licenciaturas Cursos Técnicos Superiores Profissionais (CTeSP)	<b>MODELO</b> EA.125.07 2022 / 2023
Este documento é um complemento do formulário EA.124 - Convenção.		
Tipologia: <input checked="" type="checkbox"/> Curricular <input type="checkbox"/> Extracurricular <input type="checkbox"/> Outro: _____ Ao abrigo de protocolo ou especificidade formativa? <input type="checkbox"/> Sim. Qual? _____		
Informação adicional: (se aplicável) Designação: _____ Ano curricular: <input type="checkbox"/> 1.º ano <input checked="" type="checkbox"/> 2.º ano <input type="checkbox"/> 3.º ano Semestre: <input checked="" type="checkbox"/> 1.º semestre <input type="checkbox"/> 2.º semestre <input type="checkbox"/> 1.º período <input type="checkbox"/> 2.º período <input checked="" type="checkbox"/> 3.º período		
<b>1. IDENTIFICAÇÃO DOS INTERVENIENTES</b>		
Estudante: <u>Francisco Pina Morgado</u>		
Curso: <u>Atividade Solidária</u> N.º de estudante: <u>170560</u>		
Docente orientador(a): <u>Flórida Lago Artur Rodrigues</u>		
Supervisor(a)/Tutor(a): <u>Belmira Afonso de Albuquerque</u>		
<b>2. PLANO DE TRABALHO</b>		
<p>Enquadrado no Projeto do CAEI 2022/23 "Eu, os outros e o mundo que nos rodeia - inclusão social e o mercado de trabalho", e tendo em conta as necessidades individuais e coletivas dos nossos clientes, o estágio do estudante Francisco Morgado vai desenvolver-se na atividade "expressão, movimento e inclusão".</p> <p>Atividades e/ou o objetivo de autonomizar, capacitar os jovens nas diferentes áreas de intervenção através de treino de competências, intervenção enquadrada na programação semanal do Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão.</p>		
<b>3. DATAS E ASSINATURAS</b>		
O(A) Estudante		
Data: <u>01-03-2023</u>	Assinatura: <u>Francisco Pina Morgado</u> <small>(assinatura)</small>	
O(A) Docente Orientador(a)		
Data: <u>09-03-2023</u>	Assinatura: <u>Flórida Lago Artur Rodrigues</u> <small>(assinatura)</small>	
O(A) Supervisor(a) / Tutor(a)		
Data: <u>01-03-2023</u>	Assinatura: <u>Belmira Afonso de Albuquerque</u> <small>(assinatura e carimbo da entidade)</small>	

# POLI TÉCNICO GUARDA

## Anexo II – Questionário de Avaliação



### Questionários

#### Questionário de satisfação

Nome: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_

1. O que achaste dos jogos?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
2. Divertiste-te?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
3. Como te sentiste durante a atividade?
  
  
  
  
  
  
  
  
  
  
4. Qual dos jogos mais gostaste? Porquê?



# POLI TÉCNICO GUARDA