



RELATÓRIO DE ATIVIDADES DO CENTRO DE ATIVIDADES E CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO

2024



A APADP - Associação de Pais e Amigos de Deficientes Profundos – tem como motor dinamizador, quer da qualidade de vida e de bem-estar dos seus clientes quer da sua autonomia, o Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão.

Assim, a APADP promove junto dos seus 60 clientes, com idades compreendidas entre os 24 e os 75 anos, um conjunto de atividades que visam a promoção da sua educação, reabilitação e integração social; a aquisição de novas competências em termos de higiene, alimentação, cognição, linguagem e motricidade; a manutenção das capacidades e a otimização das competências adquiridas.

1. A avaliação da frequência das atividades da equipa técnica realizadas durante o ano de 2024, apresenta os seguintes resultados:

Atividades Pedagógico-Terapêuticas	Frequência das Atividades	Dias da Semana	Diário Mensal/ Anual	Nº de Sessões realizadas	Frequência Anual da Atividade	Nº de Clientes que usufruem da Atividade
Hidroterapia Exterior/ Natação adaptada	1 Sessão de 60 minutos	4ª Feira	Mensal	6	6	12
Hidroterapia Interior	3 Sessões de 60 minutos	5ª feira	Semanal	17	5	17
Trampolins	1 Sessão de 60 minutos	3ª feira	Semanal	33	11	46
Boccia	1 Sessão de 120 minutos	5ª Feira	Semanal	35	12	9
Hipoterapia montar / maneo	2 Sessões de 60 minutos	6ª Feira	Quinzenal	19	11	Montar 11 Maneio 36
Remo Adaptado Exterior	1 Sessão de 40 minutos	4ª Feira	Mensal	11	11	11



Treino de Condição Física (Máquinas)	1 Sessão de 40 minutos	6ª Feira	Semanal	34	12	8
Snoezelen – Estimulação Sensorial Individual e Grupal	1 Sessões de 45 minutos	6ª feira	Semanal	4	7	32
Treino de Marcha	1 Sessão de 30 minutos	2ª a 6ª Feira	Diário	152	12	14
Atividades de Reabilitação	3 Sessões de 30 minutos	2ª a 6ª Feira	Diário	708	712	41
Acompanhamento Psicoterapia	Sessão conforme necessidade do utente	2ª a 6ª Feira	Semanal	138	12	13
TMTM	1 Sessão de 60 minutos	Conforme necessidade	Conforme necessidade	15	7	15
Estimulação Cognitiva Individual e Grupal	Sessão conforme necessidade do utente	2ª a 6ª Feira	Semanal	91	12	14
Intervenção na Crise	Indefinido	Indefinido	Sempre que necessário	11	12	6
Atividades Ocupacionais	Sessão da Manhã e da Tarde	2ª a 6ª Feira	Diário	931	12	60
Atividades Lúdicas	Sessões de 60 minutos	5ª feira	Semanal	33	12	60
Terapia com Animais	1 Sessão 60 minutos	4ª feira	Quinzenal	6	3	59
Atividades Intercentros	Sessão conforme necessidade	Variável	Variável	10	5	56
Atividade de Oração	1 Sessão de 30 minutos	4ªfeira	Quinzenal	19	12	8



Animação Musical	1 Sessões de 60 minutos	3ª e 5ª feira	Semanal	43	9	57
Sessão Grid 3	1 Sessão de 120 minutos	2ª a 6ª feira	Semanal	165	12	16
Terapia da Fala Individual/ grupo	1 Sessão de 30 minutos 90 minutos	2ª e 6ª feira	Semanal	34	8	24

Nota: O fator idade é cada vez mais determinante no funcionamento da instituição, bem como a evolução da patologia dos nossos clientes que implica maior esforço e tempo em cada atividade realizada.

2. Ao nível das **atividades de socialização**, verificaram-se as seguintes resultados com um grau elevado de satisfação:

- Realização do Encontro de Desporto Inclusivo, no dia 26 de Março, no Pavilhão da Escola Matias Aires. Sempre com a colaboração de toda a equipa da APADP e com a parceria dos alunos de desporto da Escola Matias Aires. É sempre um momento de grande entusiasmo para todos.
- Realização da Visita ao Santuário de Fátima, em Junho. Contámos com a presença de cerca de 77 participantes, entre os quais 29 clientes, 26 colaboradores, voluntários e 12 familiares. É um carregar de energia e conforto para os que participam neste evento, sendo com grande expectativa que aguardam a próxima Peregrinação.
- Carnaval, desfile na avenida dos Bons amigos, junto com as escolas da Freguesia de Aqualva-Cacém.
- Realização de festas e lanches entre os clientes e as suas respetivas famílias que são momentos muito apreciados pelos dois pólos envolvidos;
- Realização de Animação e Pinturas Faciais com a Boneca Karyna a 7 de Fevereiro, 8 de Maio e 7 de Agosto.
- Realização do Teatro Dom Roberto – Valde Vinos Companhia, a 20 de Fevereiro, 21 de Junho e 25 de Outubro.
- Organização e realização de Passeios Lúdico-Pedagógicos; nomeadamente, Teatro Aladino no Gelo – AM Live, no dia 3 de Dezembro (no âmbito do dia Internacional da deficiência).



- Realização da Festa de Natal, em 17 Dezembro. Como habitual contámos com a presença dos amigos Rui Vasconcelos, Paula Teixeira e Ruben Portinha, para animar os nossos clientes, funcionários, familiares e voluntários entre outros. A atuação do nosso Grupo de Danças e Cantares da APADP já é presença obrigatória e muito bem acolhida.

Não podia faltar o presente aos nossos clientes, este ano pensou-se num presente coletivo, algo que tivesse impacto diário na vida deles. Receberam 2 Sistemas de Som (coluna grande portátil com rádio e sistema Karaoke para sala convívio do 1º piso e uma aparelhagem para a sala convívio do 2º piso) ou não fosse a música e dança a sua atividade preferida.

3. Relativamente aos projetos co-financiados através do Instituto Nacional para a Reabilitação, INR.I.P:

- Realização da Peça de Teatro “ Viva a Liberdade”, no dia 25 de Junho na Casa da Cultura Lívio de Moraes em Mira Sintra.
- Realização de Marcha inclusiva, com o tema “Marcha da Liberdade”, com a parceria da Escola António Torrado, tendo lugar duas apresentações, uma no dia 26 de Junho nas instalações da Escola António Torrado e outra no dia 28 de Junho que seria no Jardim da Anta, mas devido às condições meteorológicas, não foi possível e optamos por realizar nas instalações da APADP.
- Organização e realização da Semana da Porta Aberta, que decorreu de 28 a 31 de Outubro. Integrada no Projeto "SABERES E SABORES - SEMANA DA ALIMENTAÇÃO". Participaram 391 pessoas entre clientes e alunos das escolas primárias António Torrado e Lopus. É de realçar o elevado grau de satisfação com que os nossos clientes e todos os outros participantes acolhem esta iniciativa, colaborando com boa disposição e alegria. Para sessão de encerramento contamos com a participação da Fada Juju, que nos presenteou com um Teatro Musical com aprendizagem de linguagem gestual.
- Organização de um Fórum Inclusivo na Casa da Cultura Lívio de Moraes em Mira-Sintra, no dia 4 de Dezembro com o apoio também da Câmara Municipal de Sintra, no que diz respeito à cedência do espaço. Este ano o tema abordado foi “ALIMENTAÇÃO PARA TODOS”, no seguimento da temática da Semana da



Porta Aberta. No Painel I - contamos com a presença do Vereador da Câmara Municipal de Sintra, do representante da Junta de Freguesia Aqualva - Mira Sintra e uma Nutricionista da Câmara Municipal de Sintra com a temática "O Papel das Entidades na Promoção da Alimentação, Bem-estar e Qualidade de Vida". No Painel II – contamos com a presença da nossa Terapeuta da Fala com um cliente da APADP, e com a colaboração do Centro de Reabilitação de Alcoitão, nas pessoas de uma Terapeuta da fala e de um Terapeuta Ocupacional, onde abordaram a importante temática da "Alimentação Adaptada – Técnicas de Alimentação/ Ajudas Técnicas". No fim ainda conseguimos partilhar experiências e dicas que irão fazer a diferença na qualidade de vida desta população.

4. Atividades Inter-Centros:

- Ténis de praia a 8 de Abril atividade promovida pela CERCÍ Oeiras.
- Caminhada de Orientação a 23 de Abril promovida pelo CECD.
- Passeio em cadeira de Rodas a 15 de Maio promovida pela CERCÍ Póvoa.
- Jogos de Primavera a 23 de Maio, promovida pelo ELO Social.
- Encontro de Boccia a 27 de Maio, promovido pela Santa Casa da Misericórdia de Sintra.
- Caminhada AMORAMA, a 11 de Junho.
- Comandos a 21 de Junho, promovida pela Quinta-Essência.
- Corta-Mato a 7 de Novembro, promovida pela APECI.
- Jogo de Futebol – Atlético – SCP (B) a 6 de Dezembro, no Estádio da Tapadinha.

5. Outras atividades institucionais anuais realizadas/manutenção de atividades:

- Autonomização dos clientes através de diversos treinos: de alimentação, de atividades de vida diária, de competências sociais;
- Parceria APADP/ARPIAC Snoezelen;
- Promoção da criatividade através de atividades expressivas como Musicoterapia e a Expressão Plástica;



Agradecemos a colaboração de todo o pessoal dirigente, funcionários, pais e voluntários tal como o apoio e dedicação dado aos nossos clientes.

Agualva, 31 de Dezembro de 2024

Lucas de Lito

Diretora Geral

Cátia Guedes

Diretora Técnica