

Plano de Actividades 2026

Introdução

O ano de 2026 decorrerá, por inteiro, sob a égide das obras de construção do Centro Miguel Simas. Independentemente do seu ritmo e das diversas vicissitudes que as possam condicionar, este ano será, indubitavelmente, um período marcado pelas exigências e pelos desafios que a edificação deste equipamento comportará.

Desde logo, pelos avultados montantes envolvidos, só escassamente suportados por financiamento público; com implicações determinantes em todos os vectores da vida institucional; depois, pelo aturado e qualificado trabalho de acompanhamento técnico, indisponível para outras áreas fundamentais; finalmente, por concentrar muitos dos apoios da comunidade e do mundo empresarial, subtraindo-os, em parte substancial, ao financiamento de realizações e projectos da generalidade das nossas valências.

Este quadro não nos surpreende, por ser não apenas previsível, mas também inevitável, e a sua expressão adensa algumas insatisfações internas e potencia as incompreensões naturais de quem tem legítimas expectativas em relação aos serviços que prestamos, tratando-se das famílias, ou às condições que oferecemos, quando se trata dos nossos trabalhadores.

A identificação dos constrangimentos e das ameaças referenciadas impõe-nos uma política de maior rigor e transparência e, também, uma atitude de maior determinação, clareza e assertividade.

Centro Miguel Simas

A construção do Centro Miguel Simas tem constituído um factor de coesão e mobilização. São muitas as provas que o atestam, pontuando, transversalmente, todo o universo institucional. A sua permanência no centro da nossa intervenção, polarizando investimentos e atenções, durante um longo período de tempo, pode, contudo, abalar estes pilares fundamentais para a sua conclusão sem danos irreversíveis nas nossas fundações. E não se trata, apenas, do pilar essencial da componente financeira.

Pode gerar-se um ambiente favorável à emergência de descontentamentos, alguns deles ilegítimos, por distorcerem factos, adulterando-os ou descontextualizando-os, e, quando difundidos nas redes sociais, como tende a acontecer com alguma frequência, possam causar danos graves à reputação e à imagem pública da instituição.

Concomitantemente, podem ressurgir fenómenos de fragmentação interna, alimentados pela afirmação exacerbada de interesses de grupo, as mais das vezes injustificados e contraditórios, e, mais grave ainda, às vezes avalizados e dinamizados por responsáveis de nível intermédio.

Estas ameaças só serão controladas e neutralizadas se houver, da parte dos principais responsáveis da instituição, uma atitude de grande firmeza e acutilância, atenta, ágil e concertada, suportada em princípios sólidos e decisões maduramente ponderadas, maioritariamente assumidos ou, de preferência e com vantagens, consensualizados, mas sempre vinculativos de todos, conforme consignam as regras democráticas e os postulados estatutários.

Está iminente o acto eleitoral para os órgãos sociais da instituição e os seus novos membros, colocados perante desafios de tamanha amplitude, têm de ter consciência destes sinais e do papel que lhes cabe na promoção da coesão e da credibilidade institucionais.

A importância das diversas valências

Todas as marcas institucionais afectam, de forma directa ou indirecta, a totalidade das suas valências.

O seu funcionamento específico e peculiar resulta do enquadramento legal e das condições financeiras que as conformam, mas também das condições oferecidas a cada uma delas pela entidade promotora ou gestora e, ainda, pela capacidade desta em integrar as diversas vertentes no seu funcionamento global, potenciando os factores de escala, interdependência e complementaridade.

Esta perspectiva não esbate ou dilui as particularidades de cada uma das unidades funcionais e não pode favorecer um qualquer distanciamento ou alheamento erigido em nome da sobreposição do interesse geral em detrimento dos interesses particulares.

Cada uma das valências está submetida a dificuldades e constrangimentos de acentuada gravidade, nomeadamente as respostas residenciais e a intervenção precoce, embora por razões diferenciadas, e nenhuma delas pode acomodar-se numa navegação à vista em mar supostamente calmo só porque assim tem sido sempre e nada de comprometedor ocorreu entretanto.

Entre aquelas sobre as quais impende uma imprevisibilidade maior e riscos mais ameaçadores, destacamos a escola de educação especial, cronicamente deficitária, na última década, e sujeita a crescentes pressões ilegítimas e insustentáveis. Se este quadro de indefinição, de subfinanciamento e desconsideração prevalecer, a APPACDM de Setúbal deve ponderar o seu encerramento.

Também olhamos para os CACI's com apreensão, estribando-a na sucessiva prorrogação da entrada em vigor da portaria que deveria reorientar a sua natureza, objectivos e quadro de pessoal. Se o poder político ceder à tentação de impor a sua implementação sem contrapartidas financeiras significativas, podem gerar-se desequilíbrios insustentáveis

Seguimos, igualmente, com atenção redobrada a área da formação profissional e da reabilitação e o serviço de apoio à vida independente. São dois sectores muito sensíveis e tecnicamente exigentes e todas as hesitações e questionamentos sistemáticos podem deixá-los à deriva e sem apoios suficientes e seguros.

O trabalho de todas as valências alicerça e projecta a nossa existência, consubstancia a nossa riqueza e dimensão e os seus planos de actividade, anexos a este documento, completam-no e ilustram-no de forma inequívoca e transparente.

Manutenção e reabilitação do edificado

O vasto património físico da instituição plasma a sua grandeza, mas representa, igualmente, um factor de enorme complexidade e exigência.

Na sua maioria, os edifícios apresentam uma longevidade apreciável e sinais flagrantes de degradação preocupante, alguns deles no limite da segurança mínima e do conforto aceitável.

Nos anos mais recentes, a instituição tem feito um esforço continuado e reconhecido para preservar, reparar e reabilitar, mas continua aquém do necessário para conter e reverter estados de degradação quase irreversível e dotar algumas instalações de condições de conforto compatíveis com as suas funções e com a natureza dos seus utilizadores.

Os poucos meios e recursos de que dispõe são vastas vezes utilizados para acudir a situações de menor importância e a corrigir actos incompreensíveis de desmazelo e negligência.

Pela sua condição, os utentes das diversas valências exercem uma grande pressão sobre todos os equipamentos que os servem e apoiam, provocando desgaste e encurtando a sua longevidade.

A falta de acompanhamento e vigilância na sua utilização, além de os desprover da vigilância e protecção recomendáveis, deixam à mercê das suas naturais dificuldades, dos seus desequilíbrios e exageros a vulnerabilidade dos materiais,

Apoio técnico à direcção

No último ano, a instituição beneficiou do funcionamento da Equipa de Apoio à Direcção, órgão de intermediação operacional e conceptual criado no segundo semestre do ano anterior. Um ano e meio transcorrido sobre a sua fundação, é tempo de proceder a uma avaliação metódica e pormenorizada, que conduza à definição de orientações precisas sobre o seu futuro.

Sem prejuízo desse processo e sem pretender influenciar os seus protagonistas, parece evidente o papel positivo deste órgão, mormente na estruturação e estabilização de modelos organizacionais, na sistematização e afinação de eixos de natureza transversal, nos ganhos de eficácia e atenuação de ruídos e entraves nas relações intrainstitucionais, na agilização de respostas concretas e na difusão e generalização de boas práticas.

As mudanças ocorridas neste período, tornando a realidade institucional ainda mais complexa e desafiante, a necessidade de uma definição mais precisa de papéis e de territórios de intervenção, tendo em vista a eliminação de redundâncias e discrepâncias, e a imprescindibilidade de uma visão integrada e integradora mais acutilante e ainda mais completa e representativa, para só arrolar alguns parâmetros, aconselham correcções e aperfeiçoamentos, e, eventualmente, a adopção de novas soluções, concebidas a partir das fórmulas pré-existentes ou inteiramente novas e diferenciadoras.

A natureza, as competências e as responsabilidades de toda a estrutura de gestão técnica intermédia, constituída pelas coordenações das múltiplas valências e pelos responsáveis de serviços, carecem, igualmente, de uma avaliação, que nunca ocorreu com esta abrangência e esta desejada profundidade, e deve suscitar e enquadrar a totalidade dos implicados.

E só não propomos a avaliação da estrutura de funcionamento de cada uma das valências e os mecanismos e instrumentos de participação dos utentes e das suas famílias porque o limite temporal considerado afigura-se apertado para plano tão ambicioso. Mas não sendo priorizada para o ano de 2026, esta área deve, desde já, ser sinalizada e proposta para o ano seguinte.

A valorização de todos os trabalhadores

Ainda não mencionamos os trabalhadores sem responsabilidades de liderança por meras questões metodológicas. A sua importância é crucial e estarão sempre no centro de qualquer processo avaliativo. De mãos dadas com os utentes e suas famílias, é em nome de uns e de outros, indelevelmente ligados, que nos esforçaremos por encontrar as soluções mais equilibradas e equitativas.

O ano de 2025 ficará dominado por decisões relevantes para a vida de todos os trabalhadores da instituição. Todos os compromissos assumidos foram cumpridos, no estrito respeito pelas disposições legais, e todas as discrepâncias tenderam por excesso e nunca por defeito.

Iguais pressupostos nos inspirarão no ano de 2026: por um lado, o cumprimento do quadro legal; por outro, a incrementação de medidas correctivas ou complementares, sempre em favor dos trabalhadores.

Todas estas medidas obedecerão a duas condições cumulativas: não comprometerem a estabilidade financeira da instituição, na perspectiva de garantir a sua sustentabilidade, no imediato ou no futuro, e serem suportadas por princípios e por interesses de ordem geral, perseguindo o propósito da previsibilidade.

Só muito excepcionalmente, num universo de cerca de 250 trabalhadores, com tutelas diferentes e especificidades impossíveis de diluir ou esbater, poderá haver decisões correspondentes às vontades e aos desejos de todos eles. Se a pretensão for considerar todos e cada um dos casos em presença, corre-se o risco de saltar de caso em caso, resolvendo uns para problematizar outros. No limite, nunca ninguém estará satisfeito, porque existirão sempre aspectos particulares que não foram considerados no confronto com os que, em cada momento, acabaram de ser resolvidos.

Formação profissional dos recursos humanos

Como nunca nos cansaremos de proclamar, os recursos humanos constituem o activo mais valioso da APPACDM de Setúbal, do qual depende, em primeira instância, toda a sua intervenção regular e no qual investe uma parte substancial dos seus recursos financeiros.

A sua valorização corresponde a um eixo estratégico e a formação profissional, contínua e qualificada, é um instrumento relevante para o seu reforço, logo a seguir às questões remuneratórias e às condições de trabalho.

Nos últimos anos, a oferta formativa tornou-se mais diversificada e de maior qualidade, ao mesmo tempo que se foi instalando um ambiente indutor de proactividade nesta área específica.

É no respeito por estes pressupostos que nos propomos continuar a intervir, continuando a aumentar a oferta formativa, sobretudo nos domínios funcionais e direccionada para as categorias menos contempladas pela generalidade das entidades formadoras.

Necessitamos, ainda, de encontrar modelos melhor adaptados às condições e disponibilidades de alguns sectores, criando, se necessário, um acervo adequado e metodologias inovadoras, mesclando métodos tradicionais com as virtualidades das novas tecnologias, ajustando-os a essas realidades específicas.

A instituição esforça-se por alargar o seu reconhecimento como entidade formadora, para lá das fronteiras da reabilitação e da formação de públicos com incapacidades e vulnerabilidades, podendo, se toda a tramitação iniciada for concluída com êxito, chamar a si uma parte significativa destes processos, ampliando o seu território de autonomia e competências.

Dificuldades no recrutamento de alguns recursos humanos

Todo o investimento efectuado na melhoria das condições de trabalho, na valorização remuneratória e formativa dos funcionários, por mais expressivo que seja, não é suficiente para resolver um problema grave, que tem vindo a agravar-se: a dificuldade ou impossibilidade de reter ou contratar profissionais das categorias técnicas e terapêuticas.

Se, numa primeira fase, a volatilidade se apresentou como a principal marca, implicando um esforço permanente de integração de novos quadros e sujeitando os utentes, particularmente os das respostas residenciais, à adaptação frequente a novas pessoas e a novos estilos e características, nos anos mais recentes deixamos de conseguir contratar novos trabalhadores das áreas terapêuticas, nomeadamente terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas, terapeutas da fala e psicomotricistas.

Esta dificuldade tem conduzido ao empobrecimento de alguns quadros técnicos, de forma temporária, quando se trata de baixas prolongadas ou licenças de maternidade, ou de forma prolongada, quando a vaga resulta de rescisão de contrato.

Sem quadros de pessoal, protocolados com as entidades de tutela, mais flexíveis, difícil se torna atenuar os efeitos perniciosos deste fenómeno, que não está controlado nem se vislumbra, pelo menos num prazo temporal razoável, que venha a ser resolvido.

Se o sector das instituições particulares de segurança social não ganhar competitividade, em termos remuneratórios, nem os politécnicos e as universidades aumentarem o número de formandos, porque de falta de atractividade não enfermam os seus cursos, este constrangimento tende a extremar-se e a descaracterizar o serviço prestado em todas as valências.

Relações com a sociedade

As relações da APPACDM de Setúbal com toda a sociedade são uma das marcas de água da sua prolecta idade, de onde emanaram as forças primordiais que a originaram e de onde provêm os fluxos que renovam e vivificam a sua missão intemporal.

A construção de uma sociedade equitativa, sem exclusões nem discriminações, - objectivo primeiro da sua existência -, tomou como condição indispensável e instrumento constante e operativo o diálogo com todas as suas forças vivas e, através delas, com todos os cidadãos.

Nos diversos vectores (acção social, educação, empregabilidade, reabilitação,...), as pontes formais ou informais que conectam a instituição com todos aqueles com os quais interage, nos múltiplos papéis que assume, requerem uma atenção permanente, uma capacidade inesgotável de inovação e ousadia e uma consistente resiliência.

Potencialmente, todas as entidades, empresas e cidadãos podem ser parceiros de uma instituição tão eclética, tão ambiciosa e tão empreendedora, forjando e consolidando sinapses numa rede capilar que abarca e implica a totalidade da comunidade.

A dimensão e o peso da instituição não lhe podem roubar a agilidade suficiente para evitar o anquilosamento e a cristalização; a premência do quotidiano sufocante não a podem privar da sensibilidade, da curiosidade e da coragem para inovar e arriscar; o desassossego matricial não pode ceder lugar ao conformismo e ao facilitismo.



Relações com entidades oficiais e forças vivas

As relações mais formais e institucionais com as diversas entidades de tutela (Segurança Social, Ministério da Educação, Instituto de Emprego e Formação Profissional) desenvolvem-se num quadro de inteira normalidade e não registamos, nos últimos anos, tensões ou perturbações fora do questionamento e divergências pontuais e contextualizadas, inerentes à proximidade e à complementaridade que nos move.

Por não configurar uma relação estabelecida ao abrigo de quaisquer acordos ou protocolos estabilizados, destacamos o Instituto Nacional de Reabilitação, do qual temos recebido e tudo faremos para continuar a receber apoios essenciais para projectos específicos, alguns deles de carácter inovador.

No concernente ao universo das autarquias dos territórios onde intervimos, nossos parceiros naturais, com quem partilhamos objectivos e acções concretas, procuraremos manter os protocolos existentes, alguns deles de primordial importância, se não mesmo vitais, mas também reforçar e qualificar a apresentação de novas ideias e propostas e suscitar a atribuição de apoios financeiros mais substanciais psrs projectos concretos, nomeadamente a construção do Centro Miguel Simas.

No mundo empresarial, são inúmeros e significativos os contributos de natureza muito diversificada que nos são oferecidos, destacando, pela sua longevidade, constância e montante o apoio da SECIL, empresa que reconhece a nossa importância e a nossa intervenção e, em consonância, atribui-nos um dos valores mais elevados dos muitos que presta ao movimento associativo.

Conclusão

Como aconteceu em todos os últimos dez ou vinte anos, também o ano de 2026 se apresenta ensombrado de incertezas, de dificuldades e de ameaças.

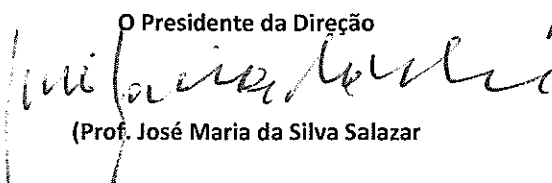
Como em todos esses anos, também no próximo ano tentaremos reunir energias, captar apoios e concertar saberes e vontades suficientes para as evitar, atenuar ou superar.

Os desafios são ainda maiores, os riscos são mais profundos, as ameaças são muito mais fortes e visíveis, mas também a experiência é mais consistente, a convicção inabalável e o ânimo e o vigor renovados.

Provavelmente, nunca o desafio orçamental foi tão exigente, nunca os interesses particulares foram tão vinculados, nunca a coesão interna esteve tão perto de se estilhaçar.

Com órgãos sociais dinâmicos e solidários, com os associados mobilizados em torno dos interesses profundos e genuínos da instituição, com os trabalhadores e as famílias conscientes dos seus direitos, mas também disponíveis para cumprir os seus deveres, conseguiremos vencer as barreiras que escolhemos ou nos foram impostas, conseguiremos a adesão e a mobilização da sociedade e de todas as forças vivas para nos apoiarem nos nossos desígnios, que também são os seus.

Setúbal, 26 de Novembro de 2025

O Presidente da Direção

(Prof. José Maria da Silva Salazar)

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.º I.P.C.: 504 648 869
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2910 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES EQUIPA LOCAL DE INTERVENÇÃO PRECOCE ELI-PALMELA



ÍNDICE

Introdução	Pág. 3
Intervenção Precoce na Infância.....	Pág. 3
Objetivos de Intervenção	Pág. 4
Âmbito Geográfico	Pág. 5
Recursos Humanos.....	Pág. 5
Operacionalização dos Objetivos	Pág. 6
Avaliação	Pág. 15
Calendarização	Pág. 15



INTRODUÇÃO

O Sistema Nacional de Intervenção Precoce, regulamentado pelo Dec. Lei 281 de 2009, integra um conjunto organizado de serviços da responsabilidade dos Ministérios da Saúde, do Trabalho e da Segurança Social e da Educação. Cria as Equipas Locais de Intervenção Precoce (ELI's), equipas multidisciplinares com funcionamento transdisciplinar, e assenta em parcerias institucionais através de um protocolo celebrado entre a APPACDM de Setúbal, o Instituto de Segurança Social/Centro Distrital de Setúbal, a Unidade Local de Saúde da Arrábida (ULS – Arrábida) e a Direção Geral de Estabelecimentos Escolares.

O presente documento tem como objetivo principal estruturar e apresentar as linhas orientadoras de intervenção desta equipa, bem como o plano de atividades para o presente ano letivo.

INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA

A Intervenção Precoce na Infância destina-se a crianças com idades compreendidas entre os 0 e os 6 anos, e suas famílias, que apresentem:

- “alterações nas funções e estruturas do corpo” que limitam o crescimento pessoal, social e a sua participação nas atividades típicas para a idade;
- “risco grave de atraso de atraso no desenvolvimento pela existência de condições biológicas; psico-afetivas ou ambientais, que implicam uma alta probabilidade de atraso relevante no desenvolvimento da criança”.

Define-se como um conjunto de medidas de apoio da área social, da educação e da saúde que são disponibilizadas para:

- Melhorar as oportunidades de aprendizagem da criança;
- Fortalecer as competências dos cuidadores;
- Promover os recursos das famílias e da comunidade.

Estas ações devem ser realizadas nos ambientes habituais das crianças (casa, creche, jardim de infância, outros), durante as rotinas e atividades diárias de forma a promover



a participação da criança nas experiências de aprendizagem, partindo dos objetivos definidos pela família.

A primeira infância é um momento notável de desenvolvimento cerebral. É nos primeiros anos que o desenvolvimento e a aprendizagem decorrem com maior rapidez. Assim sendo, estão criadas as condições para que a intervenção junto da criança, contribua para o seu desenvolvimento futuro.

OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO

São objetivos de intervenção das ELI's:

- Assegurar às crianças a proteção dos seus direitos e o desenvolvimento das suas capacidades;
- Intervir em função das necessidades do contexto familiar de cada criança, de modo a prevenir ou reduzir os riscos de atraso no desenvolvimento;
- Apoiar as famílias no acesso a serviços e recursos dos sistemas da segurança social, da saúde e da educação;
- Envolver a comunidade através da criação de mecanismos articulados de suporte social;
- Identificar as crianças residentes no concelho de Palmela com alterações nas funções e estruturas do corpo ou risco de atraso no desenvolvimento;
- Capacitar os principais cuidadores que intervêm com a criança;
- Garantir o acesso de forma igualitária a recursos comunitários e aos direitos básicos de cidadania necessários à inclusão das Crianças com necessidades específicas e suas famílias;
- Sensibilizar a comunidade para a importância da Intervenção Precoce na Infância;
- Assegurar a vigilância às crianças e famílias que, embora não imediatamente elegíveis, requerem avaliação periódica devido à natureza dos seus fatores de risco e probabilidades de evolução;
- Assegurar processos de transição das crianças e famílias apoiadas para outros programas, serviços ou contextos educativos.



ÂMBITO GEOGRÁFICO

Crianças e famílias residentes no Concelho de Palmela.

RECURSOS HUMANOS DA ELI – Palmela (segundo Acordo de Cooperação)

Categoria	Número	Tempo/Semana previsto no Acordo	Tempo/Semana atual	Entidade ou serviço que disponibiliza
Técnico Serviço Social	1	7h/semana	7h/semana	APPACDM Setúbal
Psicóloga/Coordenação	1	17h30/semana	17h30/semana	APPACDM Setúbal
Fisioterapeuta	1	17h30/semana	17h30h/semana	APPACDM Setúbal
Terapeuta da Fala	1	10h30/semana	24h30/semana (14h cedidas pela APPACDM)	APPACDM Setúbal
Enfermeira	1	9h/semana	9h/semana	ULSA – Unidade Local de Saúde da Arrábida
Médico Pediatra*	1	4h/quinzenal	4h/quinzenal	ULSA – Unidade Local de Saúde da Arrábida
Docente	1	35h/semana	35h/semana	Ministério Educação
Docente	1	35h/semana	35h/semana	Ministério Educação
Docente	1	35h/semana	35h/semana	Ministério Educação

*Reformou-se em 2013 e não foi substituído



OPERACIONALIZAÇÃO DOS OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO

Objetivos	Atividades e Projetos (Intervenientes/Participantes/Destinatários)	Recursos	Calendarização	Resultados Esperados (Avaliação)
Identificar as crianças residentes no concelho com alterações nas funções e estruturas do corpo ou risco de atraso no desenvolvimento.	-Receber a ficha de referênciação -Recolher informação junto da família e técnicos -Apresentar o caso em reunião de equipa para análise do mesmo -Articular com a consulta de pediatria ou outras especialidades em caso de dúvida em relação à elegibilidade -Observar a criança nos seus contextos -Avaliar formalmente o desenvolvimento da criança, sempre que for necessário	-Equipa -Famílias -Outros técnicos -Instrumentos de avaliação -Materiais pedagógicos - Brinquedos, jogos e livros -Carro -Computador -Internet e Telefone	Setembro de 2025 a agosto de 2026	-Verificar a elegibilidade de crianças referenciadas à equipa e realizar a triagem daquelas imediatamente prioritárias para o acompanhamento pela ELI



	-Responder à entidade referenciadora -Abertura de processo e atribuição de mediador	-Impressora/Fotocopiadora -Espaço físico para funcionamento da ELI -Material de escritório		
Garantir o acesso de forma igualitária a recursos comunitários e aos direitos básicos de cidadania necessários à inclusão das Crianças com necessidades educativas específicas e suas Famílias.	-Articular com os serviços de saúde, segurança social, educação e outras respostas da comunidade -Encaminhar e orientar a família para a resposta comunitária mais adequada à problemática identificada -Receber e tratar dos pedidos de Subsídio por Frequência de Estabelecimento de Ensino Especial	-Equipa -Famílias -País em Rede -Instrumentos de avaliação -Carro -Computador -Projeto -Internet e Telefone -Impressora/Fotocopiadora -Espaço físico do CRJ -Material de escritório	Setembro de 2025 a julho de 2026	-Melhorar as oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento das crianças -Esclarecer a família sobre os direitos e recursos formais da comunidade -Apoiar as famílias no acesso a serviços e recursos dos sistemas da segurança social, da saúde e da educação;



Envolver a comunidade através da criação de mecanismos articulados de suporte	-Reuniões Semestrais com as consultas de Desenvolvimento e Pedopsiquiatria -Reuniões com a Comissão Local de Ação Social (CLASP)	-Equipa -Outros Técnicos -Carro -Computador -Espaço físico -Material de escritório	Setembro de 2025 a agosto de 2026	
Assegurar a vigilância às crianças e famílias que, embora não imediatamente elegíveis, requerem avaliação periódica devido à natureza dos seus fatores de risco	-Avaliar o desenvolvimento (formal ou informalmente) -Monitorizar os fatores de risco -Verificar periodicamente critérios de elegibilidade -Articular com outros serviços envolvidos -Encaminhar e orientar a família para os serviços e recursos da comunidade	-Equipa -Famílias -Outros técnicos -Instrumentos de avaliação -Materiais pedagógicos - Brinquedos, jogos e livros -Carro -Computador -Internet e Telefone	Setembro de 2025 a agosto de 2026	-Detetar precocemente sinais de risco ou indicadores de modo a prevenir ou reduzir os riscos de atraso no desenvolvimento; -Intervir em função das necessidades do contexto familiar de cada criança, de modo a prevenir ou reduzir os riscos de atraso no desenvolvimento;



Assegurar processos de transição das crianças e famílias apoiadas para outros programas, serviços ou contextos educativos		- Impressora/Fotocopiadora - Espaço físico para funcionamento da ELI - Material de escritório		
	- Elaborar o Plano de Transição - Realizar o Relatório de Transição - Esclarecer os pais sobre Agrupamentos e Escolas da Rede Pública, Ipss ou Particulares e períodos de matrículas; - Informar os pais sobre o Dec. Lei 54/2018 - Organizar visita às Escolas - Elaborar com a família e educadora o processo de identificação à EMAEI - Reuniões anuais com as EMAEI's dos agrupamentos para onde as crianças irão transitar	- Equipa - Famílias - Outros técnicos - Instrumentos de avaliação - Carro - Computador - Internet e Telefone - Impressora/Fotocopiadora - Espaço físico - Material de escritório	Setembro de 2025 a agosto de 2026	- Assegurar às crianças a proteção dos seus direitos e o desenvolvimento das suas capacidades; - Antecipar a entrada nas crianças com necessidades específicas na rede pública ou privada, ajudando os contextos a prepararem-se para garantir uma melhor inclusão



Capacitar os principais cuidadores que intervêm com a criança	-Elaborar o Eco Mapa -Realizar Entrevista Baseada nas Rotinas -Elaborar os objetivos funcionais do PIIP -Acompanhar as crianças/famílias em contexto de domicílio ou educativo -Reunir com todos os envolvidos para a avaliação/ reflexão dos objetivos funcionais do PIIP -Consultoria	-Equipa -Famílias -Outros técnicos -Instrumentos de avaliação -Materiais pedagógicos - Brinquedos, jogos e livros -Carro -Computador -Internet e Telefone -Impressora/Fotocopiadora -Espaço físico para funcionamento da ELI -Material de escritório	Setembro de 2025 a agosto de 2026	-Fortalecer as competências dos principais cuidadores e promover os recursos das famílias e da comunidade -Assegurar às crianças a proteção dos seus direitos e o desenvolvimento das suas capacidades;
---	---	--	-----------------------------------	---



Sensibilizar a comunidade para a importância da Intervenção Precoce	-Realização da Ação "O Dec. Lei 54 e a sua Aplicabilidade às IPSS e Rede Educativa Particular", dinamizada pela ELI e pela Comissão para a Educação do SNIPI -Sensibilizar para a aplicabilidade do Dec. Lei 54/2018 a IPSS e Contextos Educativos da Rede Privada; -Abordar os principais conceitos adjacentes ao Dec. Lei 54/2018: Abordagem Multinível, Desenho Universal para a Aprendizagem, Medidas de Suporte à Aprendizagem e Inclusão, CAA, EMAEI, RTP, PEI; -Capacitar os contextos educativos para a constituição de EMAEIS e para a intervenção educativa no âmbito das crianças com necessidades específicas;	-Equipa -Educadores -Outros técnicos -Materiais pedagógicos -Brinquedos, jogos e livros -Carro -Computador e Projetor -Internet e Telefone -Impressora/Fotocopiadora -Espaço físico para a ação -Material de escritório	Abril 2026	-Dotar os contextos educativos sobre os aspetos teóricos e práticos subjacentes ao Dec. Lei 54/2018; -Aumentar o número da rede cooperativa e particular com constituição da EMAEI; -Autonomizar as IPSS e Rede Educativa Particular na mobilização de medidas de suporte e apoio à aprendizagem e inclusão; -Tornar o momento de transição entre IPSS/Rede Particular das crianças com necessidades específicas mais eficaz;
Sensibilizar a comunidade para a importância da Intervenção Precoce	-Participação no Mestrado de Intervenção Precoce do Instituto Politécnico de Lisboa, Cadeira de Intervenção Precoce	-Equipa -Outros técnicos -Alunos -Carro	Janeiro 2026	-Aumentar a informação dos alunos sobre o trabalho desenvolvido pela ELI-Palmela -Capacitar os alunos para estarem alerta em relação às alterações do



		-Computador -Projektor -Internet -Impressora/Fotocopiadora -Material de escritório	desenvolvimento e principais sinais de alarme
Atualizar conhecimentos de diferentes áreas profissionais dos técnicos e promover a partilha de conhecimentos numa perspectiva transdisciplinar	-Supervisão externa mensal -Participar em ações de formação ou seminários -Dinamizar ações internas na equipa -Participar na reunião de equipa semanal -Reuniões com o Núcleo de Supervisão técnica sempre que necessário ou solicitado	-Equipa -Outros técnicos -Alunos -Carro -Computador -Projektor -Internet -Impressora/Fotocopiadora -Material de escritório	-Desenvolver uma ação e qualidade baseada nas práticas recomendadas em IPI -Construir conhecimentos, competências e atitudes para melhor intervir -Desenvolver um perfil de profissional de IPI -Fortalecer o espírito de equipa e o sentimento de pertença



AVALIAÇÃO

A avaliação do Plano de Atividades será concretizada através:

- Das famílias, de forma contínua e informal, através das reuniões regulares com as famílias e aferição do seu grau de envolvimento;
- Da equipa: de forma contínua e informal, através das reuniões de equipa de intervenção, nas quais é debatido também o funcionamento do serviço e sugestões para melhorar o mesmo; e de forma pontual e formal, aplicação de questionários acerca das necessidades sentidas pela equipa;
- Do Núcleo de Supervisão Técnica do SNIPI através de reuniões de acompanhamento e do Relatório Anual de Atividades elaborado pela Comissão Nacional.



CALENDARIZAÇÃO

Este plano aplica-se de 1 de setembro de 2025 a 31 de agosto de 2026.

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 969
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2010-493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428
26-11-2025

Estado : Aprovado

Plano de atividades - L-27 - Sem (In)Diferenças - E9G

01-01-2026 a 31-03-2026

Aprovado

Data da reunião de consórcio deliberativa da alteração: 18-06-2025

PTA - Janeiro a Março 2026

Criado em	23-09-2025 11:21:09
Atualizado em	03-10-2025 15:56:56
Título	PTA - Janeiro a Março 2026
Data de início	01-01-2026
Data de fim	31-03-2026
Criado por	APPACDM de
Observações	

A psicóloga foi afeta com 12:30h no projeto.

Medida Medida I- Atividade TIC – vamo-nos divertir

Descrição

Utilização livre dos computadores e atividades de iniciação às TIC, promovendo a utilização assim como uma exploração das TIC de forma mais autónoma. Nesta atividade, os participantes podem também aproveitar a utilização livre dos computadores para realizarem atividades do seu gosto pessoal, sendo os conteúdos supervisionados pelo monitor CID, para que exista um controlo no acesso a conteúdos que são e não apropriados para a faixa etária da criança/ jovem.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026	Nicole Tavares
Local: Sede do projeto	6ª-feira: das 09:00 às 11:00	Sofia Correia
03-01-2026 a 27-03-2026	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	Susana Marcelino
Local: Sede do projeto	4ª-feira: das 17:00 às 19:00	
28-03-2026 a 10-04-2026	6ª-feira: das 17:00 às 19:00	
Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026	
	2ª-feira: das 09:00 às 11:00	

Medida Medida I- Atividade TIC – toca a aprender

Descrição

Aquisição de competências fundamentais na utilização das TIC. Exploração de ferramentas essenciais para o desenvolvimento de competências no domínio das TIC (e.g. Word, Excel, PowerPoint, Gmail, Hotmail, Canva, etc...). Formação avançada em TIC.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026 6 ^a -feira: das 11:00 às 12:00	Sofia Correia
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 3 ^a -feira: das 14:00 às 17:00 4 ^a -feira: das 14:00 às 17:00 5 ^a -feira: das 14:00 às 17:00 6 ^a -feira: das 14:00 às 17:00	
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2 ^a -feira: das 12:00 às 13:00	

Medida Medida I- Atividade Atelier de TIC

Descrição

Atividade de iniciação às TIC'S.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 3 ^a -feira: das 17:00 às 19:00 5 ^a -feira: das 17:00 às 19:00	Sofia Correia Susana Marcelino
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2 ^a -feira: das 11:00 às 12:00	
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2 ^a -feira: das 09:00 às 11:00	

Medida Medida I- Atividade Estudar com TIC

Descrição

Aquisição de competências escolares com recurso à escola virtual e outras ferramentas que sejam importantes para o desenvolvimento de competências escolares.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 2 ^a -feira: das 15:00 às 17:00 3 ^a -feira: das 14:00 às 16:00 4 ^a -feira: das 15:00 às 17:00 5 ^a -feira: das 16:00 às 17:00 6 ^a -feira: das 15:00 às 16:00	Nicole Tavares Sofia Correia Sofia Nogueira

Medida Medida I- Atividade Tudo é matemática, tudo é ciências

Descrição

Atividade de apoio escolar com recurso a ferramentas lúdico-pedagógicas de reforço à aprendizagem de ciências e matemática, bem como a exploração do meio como ferramenta de aprendizagem e promotora do sucesso escolar.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Solicito aprovação.	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 4ª-feira: das 14:00 às 15:00	Nicole Tavares Raquel Prata Sofia Nogueira

Medida Medida I- Atividade Jovens Jornalistas

Descrição

Atividade consiste na escrita, registo fotográfico e áudio e divulgação de eventos e atividades desenvolvidas pelo projeto. Oficinas de rádio. Esta atividade conta ainda, com a elaboração da realização e elaboração de um jornal mensal do projeto.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 5ª-feira: das 15:00 às 17:00	Nicole Tavares Raquel Prata Sofia Correia
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2ª-feira: das 14:00 às 16:00	Sofia Nogueira Susana Marcelino

Medida Medida I- Atividade Hoje conto eu

Descrição

Promoção e desenvolvimento da prática da leitura e da escrita. Oficinas de livros com recursos a atividades e dinâmicas a pares e grupos.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 2ª-feira: das 15:00 às 17:00	Nicole Tavares Raquel Prata Susana Marcelino
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 4ª-feira: das 15:00 às 17:00	

Medida Medida I- Atividade Gabinete Familiar e Escolar

Descrição

Intervenção familiar, discussão de casos, bem como a delineação da intervenção, articulação com a comunidade escolar.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026 6ª-feira: das 09:00 às 11:00	Nicole Tavares Raquel Prata Susana Marcelino
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 4ª-feira: das 10:00 às 13:00	

Medida Medida I- Atividade Gabinete de Acompanhamento e Orientação

Descrição

Intervenção familiar, delineação da intervenção, sinalização de casos a intervir, encaminhamento para projeto de vida, encaminhamento de jovens para respostas alternativas.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	Miguel Ferreira
Local: Sede do projeto	2026	Raquel Prata
03-01-2026 a 27-03-2026	6ª-feira: das 11:00 às 13:00	Sofia Correia
Local: sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	Susana Marcelino
	2026	
	3ª-feira: das 09:00 às 11:00	

Medida Medida II- Atividade Clube das emoções

Descrição

Promoção do desenvolvimento conhecimento bem como do autoconhecimento à cerca das emoções que experienciamos na nossa rotina diária – com recurso a ferramentas lúdico-pedagógicas. Fomentar um desenvolvimento socioemocional saudável.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	Nicole Tavares
Local: Sede do projeto	2026	Sofia Nogueira
	2ª-feira: das 14:00 às 15:00	

Medida Medida II- Atividade Cidadãos e Cidadãs do mundo

Descrição

Promoção da educação para os direitos humanos através da capacitação de crianças e jovens, trabalhar a igualdade de género e diversidades, educação antirracista, diversidade cultural e a sexualidade.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	Nicole Tavares
Local: Sede do projeto	2026	Raquel Prata
03-01-2026 a 27-03-2026	3ª-feira: das 15:00 às 17:00	
Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026	
20-12-2025 a 02-01-2026	2026	
Local: Sede do projeto	6ª-feira: das 15:00 às 17:00	
	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026	
	2026	
	6ª-feira: das 14:00 às 16:00	

Medida Medida II- Atividade Brincar também é aprender

Descrição

Promoção de competências artísticas, desportivas e de cidadania através do brincar.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 2ª-feira: das 14:00 às 15:00 5ª-feira: das 14:00 às 15:00 6ª-feira: das 14:00 às 15:00	Nicole Tavares Miguel Ferreira Raquel Prata Sofia Correia Sofia Nogueira
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2ª-feira: das 11:00 às 13:00	Susana Marcelino

Medida Medida II- Atividade Cozinha Júnior

Descrição

Atividades direccionadas para a culinária e pastelaria saudável, onde os participantes com apoio da equipa técnica confeccionam diversos alimentos.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 2ª-feira: das 17:00 às 19:00 6ª-feira: das 17:00 às 19:00	Nicole Tavares Sofia Nogueira

Medida Medida II- Atividade Oficina de música

Descrição

Constituição de um grupo de percussão com diversos instrumentos que espelhe as múltiplas vivências musicais.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 3ª-feira: das 17:00 às 19:00	Fernando Molina Nicole Tavares Sofia Nogueira

Medida Medida II- Atividade Desporto Verde

Descrição

Dinamização de sessões para a prática de diversos desportos e dinâmicas no pátio do projeto e no parque verde do Bairro da Bela Vista

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026 6ª-feira: das 09:00 às 11:00	Raquel Prata Sofia Correia Sofia Nogueira
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 2ª-feira: das 17:00 às 19:00	
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2ª-feira: das 09:00 às 11:00	

Medida Medida II- Atividade Lançar sementes

Descrição

Dinamização de sessões para trabalhar competências pessoais, sociais, morais e cognitivas.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 0

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 3ª-feira: das 14:00 às 17:00 4ª-feira: das 14:00 às 17:00	Nicole Tavares Miguel Ferreira Raquel Prata Sofia Correia Sofia Nogueira Susana Marcelino

Medida Medida II- Atividade Cativ'arte

Descrição

Atividades artísticas e lúdicas, onde se promove e estimula a capacidade criativa.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026 6ª-feira: das 11:00 às 12:00	Nicole Tavares Raquel Prata Sofia Nogueira Susana Marcelino
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 4ª-feira: das 17:00 às 19:00 6ª-feira: das 16:00 às 18:00	
28-03-2026 a 10-04-2026 Local: Sede do projeto	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026 2ª-feira: das 12:00 às 13:00	

Medida Medida II- Atividade Vamos ao Basquetebol

Descrição

Prática de atividades desportivas de basquetebol.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
03-01-2026 a 27-03-2026 Local: Parque verde da Bela Vista	Diária ou Semanal - 03-01-2026 a 27-03-2026 5ª-feira: das 17:00 às 19:00	Nicole Tavares Sofia Nogueira

Medida Medida II- Atividade Nós retribuimos

Descrição

Ações de voluntariado a serem dinamizadas pelas crianças, jovens e famílias na comunidade. As ações deverão ocorrer 2 vezes por ano.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
05-02-2026 a 05-02-2026 Local: Bairro da Bela vista	Pontual - 05-02-2026 a 05-02-2026 5ª-feira: das 17:00 às 18:00	Nicole Tavares Raquel Prata Sofia Nogueira

Medida Medida II- Atividade Agora de Férias

Descrição

Atividades de cariz lúdico, desportivo, artístico e cultural a ocorrerem nos períodos de férias letivas.

Participantes diretos/as: 50

Participantes indiretos/as: 20

Calendarização	Periodicidade	Técnico(s)/a(s) Responsável
20-12-2025 a 02-01-2026	Diária ou Semanal - 20-12-2025 a 02-01-2026	Nicole Tavares
Local: Sede do projeto, comunidade envolvente ou passeio	2026 5ª-feira: das 09:00 às 17:00	Miguel Ferreira
28-03-2026 a 10-04-2026	Diária ou Semanal - 28-03-2026 a 10-04-2026	Raquel Prata
Local: Sede do projeto, comunidade envolvente ou passeio	2026 3ª-feira: das 09:00 às 17:00	Sofia Correia
		Sofia Nogueira

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2910-493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - fím.: 960 470 428
26-11-2025

2026

PLANO DE ATIVIDADES DAS RESPOSTAS RESIDENCIAIS



Ana Valente

Vitor Santos

“A vida imita a arte muito mais do que a arte imita a vida.”

“Life imitates Art far more than Art imitates Life”

Oscar Wilde

Para o ano de 2026, o Plano de Atividades, procura dar continuidade ao trabalho desenvolvido nos últimos anos, sendo que, sempre que possível, privilegiamos a introdução de um conjunto de medidas inovadoras, que contempla atividades lúdicas, dinâmicas e criativas a desenvolver ao longo do ano.

As Respostas Residenciais visam promover e disponibilizar condições que contribuam para uma vida com qualidade e a plena integração/inclusão social de pessoas portadoras de deficiência intelectual, realizando atividades que promovam o seu desenvolvimento e/ou a manutenção de competências, numa perspetiva educacional, formativa e integradora.

A seleção da temática “Arte e Cultura – Vida Igual à Arte” para o plano anual de 2026 justifica-se pela sua elevada pertinência para a intervenção junto de pessoas com deficiência intelectual. A arte constitui um mediador privilegiado na promoção da expressão não-verbal, permitindo ultrapassar limitações comunicacionais e favorecendo a exteriorização de emoções, interesses e identidade pessoal. Paralelamente, a abordagem artística estimula competências visuoespaciais — como perceção visual, organização espacial, motricidade fina e imaginação — essenciais para o desenvolvimento cognitivo, funcional e para a autonomia no quotidiano.

Esta temática contribui igualmente para o bem-estar emocional, através do aumento da autoestima, da redução de ansiedade e da promoção de experiências significativas. Do ponto de vista social, facilita a inclusão e a participação cultural, aproximando os residentes da comunidade e valorizando as suas capacidades através de iniciativas artísticas.

A escolha alinha-se com a missão institucional da APPACDM e com princípios de desenvolvimento pessoal e criativo, constituindo assim uma opção tecnicamente fundamentada, atual e adequada às necessidades da população-alvo para o ano de 2026.

Eixo Temático	Atividade	Descrição / Objetivo
Exploração Visual e Criativa	Laboratório de Cores	Experimentação de cores com tintas, corantes naturais e papéis coloridos; experiências sensoriais (pintura com mãos, esponjas, objetos).
	Colagens	Colagens com materiais recicláveis; desenvolve concentração, organização espacial e autocontrole.
	Oficina "O Meu Mundo em Formas"	Transformação de objetos do quotidiano em composições artísticas; estimula criatividade e percepção visual do ambiente.
Arte como Construção de Identidade	Retratos Criativos "Quem Sou Eu?"	Uso de pintura, desenho ou colagem; reforço da auto-imagem e identidade.
	Diário Visual	Registo de emoções diárias com desenhos, recortes, fotos e cores; promove comunicação não verbal e regulação emocional.
	As Minhas Paixões em Arte	Criação de obras inspiradas nos interesses individuais; estimula motivação e valorização pessoal.
Cinema, Imagem e Narrativa Visual	Sessões de Cinema Inclusivo	Filmes curtos, animações ou documentários adaptados, seguidos de conversas guiadas sobre imagens, cores e cenas favoritas.
	O Meu Mini-Filme	Criação de pequenos vídeos com telemóvel ou tablet; desenvolve organização sequencial, auto-estima e literacia visual.
Arte e Cultura na Comunidade	Visitas Culturais	Museus de Setúbal, exposições locais, Mercado do Livramento e passeios fotográficos pela cidade.
	Convidados Artistas	Artistas locais realizam oficinas de pintura, música ou cinema no lar.
	Exposição Anual "A Paixão Transforma"	Exposição pública das obras criadas durante o ano; promove valorização pessoal e integração comunitária.
Arte como Terapia e Bem-Estar	Arte Sensitiva	Pintura com texturas (areia, arroz, lã, algodão, folhas); construção de quadros táteis.
	Música e Cor em Movimento	Combinação de música e pintura ao ritmo das emoções; desenvolve coordenação motora e expressão emocional.
	Meditação Visual com Luzes e Cores	Ambiente com luz suave, projeções e música relaxante; reduz ansiedade e melhora foco e bem-estar.



RESPOSTAS RESIDENCIAIS

Plano de Atividades 2026

LAR RESIDENCIAL

O Lar Residencial visa promover e disponibilizar condições que contribuam para uma vida com qualidade e a plena integração social de pessoas portadoras de deficiência, realizando atividades inclusivas e que promovam o seu desenvolvimento e/ou a manutenção de competências.

ORGANIZAÇÃO TÉCNICA

Objetivos	Objetivos Específicos	Atividades Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Avaliação	Indicadores	Instrumentos
Manter a organização técnica da valência	Assegurar a atualização dos dados dos utentes	Atualização anual dos dados e participações	Direção Técnica, Equipa Técnica	Sistema de registo de utentes	—	Dezembro	Processo Individual atualizado	Percentagem de utentes com dados atualizados	Registo no processo individual, relatório de participações
	Assegurar que todos os utentes tenham os planos atualizados	Reavaliação semestral dos Planos Individuais (PI)	Direção Técnica, Equipa Técnica	PI atualizados	—	Julho e Dezembro	PI revisados	Percentagem de PI atualizados dentro do prazo	Planos Individuais, relatórios de revisão
	Assegurar que todas as atividades decorrem de acordo com o planeado	Realização de reuniões mensais da equipa alargada	Direção Técnica, Equipa Técnica	Sala de reuniões, agenda de atividades	—	Sempre que necessário / Mensal	Cumprimento do planeamento de atividades	Número de reuniões realizadas vs. planeadas	Atas de reuniões, calendário de atividades



RESPOSTAS RESIDENCIAIS

Plano de Atividades 2026

PROMOÇÃO DE COMPETÊNCIAS

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Apoio à arrumação e limpeza	Estimular a autonomia nas Atividades de Vida Diária (AVD's) e promover o sentido de responsabilidade	Auxiliar nas tarefas de arrumação e limpeza dos espaços da resposta social: Apoio à cozinha – pôr a mesa, limpar e arrumar a loiça, atividades de culinária Apoio à limpeza e arrumação dos quartos e espaços comuns – limpar mesas, varrer, arrumar a sala, fazer a cama Apoio à lavandaria – dobrar e arrumar a roupa	Equipa Técnica, Equipa Auxiliar, Utentes	Materiais de cozinha, Materiais de lavandaria, Materiais de limpeza	A definir	Fins de semana e feriados	100% de participação na atividade; Capacidade de iniciativa e autonomia na realização das tarefas	Registo e monitorização diária das atividades realizadas

APOIO PSICOSSOCIAL

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Assegurar Apoio Técnico ao Nível Psicossocial	Proporcionar acompanhamento psicossocial adequado aos clientes e pessoas significativas	Atendimento a clientes e familiares; Realização de visitas domiciliárias	Equipa Técnica		Sempre que necessário	Resposta a todas as solicitações da equipa, colaboradores ou familiares	Registo de diligências; Observação do estado evolutivo
	Proporcionar acompanhamento psicológico adequado aos clientes e pessoas significativas	Atendimento a clientes e familiares; Avaliações; Realização de visitas domiciliárias	Equipa Técnica		Sempre que necessário	Resposta a todas as solicitações da equipa, colaboradores ou familiares	Registo de diligências; Observação do estado evolutivo
Dinâmica de Grupo	Promover o diálogo grupal e manter o equilíbrio emocional e social	Discutir temas simples de interesse dos utentes/clientes	Equipa Técnica, Equipa Auxiliar, Utentes/Clientes	Material escolar, meios audiovisuais, pens/CDs	Ao longo do ano	Participação nas sessões; Estado emocional e social dos utentes	Registo de diligências; Observação do estado evolutivo
	Promover a orientação temporal	Participar em sessões de orientação temporal e discussão sobre atividades	Equipa Técnica, Equipa Auxiliar, Utentes/Clientes	—	Sempre que necessário	Participação nas sessões; Capacidade de orientação temporal	Registo de diligências; Observação do estado evolutivo



RESPOSTAS RESIDENCIAIS

Plano de Atividades 2026

SAÚDE

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades / Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Assegurar Apoio Técnico ao Nível da Saúde	Promover e implementar ações de vigilância e prevenção ao nível da saúde	Acompanhamento de consultas de clínica geral/especialidade; Exames e análises médicas; Administração de medicação pontual	Direção Técnica, TSS, Psicólogo, Ajudante de Ação Direta	Transporte	Serviços Saúde Pública e Privada	Sempre que necessário	Cumprimento das ações de acompanhamento e prevenção	Registos de acompanhamento clínico; Observação do estado de saúde
	Orientar e acompanhar os clientes	Supervisão e acompanhamento das diligências de saúde	Direção Técnica, TSS, Psicólogo, Ajudante de Ação Direta		—	Diário	Clientes orientados e acompanhados	Registos de acompanhamento e notas clínicas
Assegurar Apoio Técnico ao Nível da Saúde	Administrar e vigiar o impacto da terapêutica farmacológica (se necessária)	Administração de medicação conforme prescrição e monitorização de efeitos	Direção Técnica, TSS, Psicólogo, Ajudante de Ação Direta	Medicação prescrita	Farmácia Farinha Pascoal	Diário	Adesão terapêutica; Efeitos adversos monitorizados	Registos de administração de medicação e observação clínica
	Garantir resposta imediata em situações de emergência	Acompanhamento e/ou encaminhamento para hospital conforme necessidade	Direção Técnica, TSS, Psicólogo, Ajudante de Ação Direta	Transporte	Hospitais e serviços de saúde	Sempre que necessário	Intervenção em tempo útil	Registos de diligências; Notas de alta hospitalar

ATIVIDADES LÚDICO – RECREATIVAS

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Planejar e implementar o Plano de Animação e Intervenção Sociocultural	Promover a participação social e cultural	Desenho e implementação do plano de animação e intervenção sociocultural	Animador Sociocultural (ASC) Equipa Técnica (ET)	A definir Material/ equipamento específico para atividades	Valências da APPACDM, Outras IPSS, Coletividades, Entidades públicas	Planeamento: Janeiro; Implementação: Ao longo do ano	Satisfação dos participantes; Taxa de participação	Plano de animação, plano mensal de atividades, relatório final
Executar a Primeira Proposta do Plano de Animação - Colaborar e Aproximar	Colaborar: Criar práticas que incentivem o cuidado dos utentes com base na entreeajuda e trabalho de equipa	Criação de ferramentas operacionais internas e externas; Implementação de práticas de colaboração	ASC ET Ajudante Ação Direta (AAD) Utentes		Valências da APPACDM	Ao longo do ano	Satisfação, participação, produtos finais multimédia	Avaliação com Matriz de Pictogramas, entrevista informal, relatório final
	Aproximar: Criar laços de proximidade no CAD com os utentes como epicentro	Atividades I Lúdico-recreativas de âmbito sociocultural; Iniciativas de angariação; Celebrações festivas; Atividades de Inclusão Digital; Atividades socioculturais de construção identitária	ASC ET AAD Utentes		Valências da APPACDM, Outras IPSS, Coletividades, Entidades públicas	Ao longo do ano	Satisfação, participação, produtos finais multimédia	Avaliação com Matriz de Pictogramas, entrevista informal, relatório final
Executar a Segunda Proposta do Plano de Animação - Sair e Animar	Sair: Conhecer a comunidade envolvente ao CAD; Dar a conhecer o CAD à comunidade	Participação em eventos socioculturais na comunidade e/ou dinâmicas internas; Colónia de Férias; Dinamização do projeto de catering "Tem'Pêros"; Participação em Projetos INR	ASC ET AAD Utentes		Valências da APPACDM, Outras IPSS, Coletividades, Entidades públicas	Ao longo do ano	Satisfação, participação, produtos finais multimédia	Avaliação com Matriz de Pictogramas, entrevista informal, relatório final
	Animar: Utilizar a animação como elemento condutor de toda a intervenção	Aplicação de métodos e metodologias de animação em todas as atividades anteriores	ASC ET AAD Utentes		Valências da APPACDM, Outras IPSS, Coletividades, Entidades públicas	Ao longo do ano	Satisfação, participação, produtos finais multimédia	Avaliação com Matriz de Pictogramas, entrevista informal, relatório final

ALIMENTAÇÃO

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Assegurar uma Alimentação Equilibrada	Garantir as condições de higiene e saúde alimentar	Aplicar as normas do HACCP	Diretora Técnica, Cozinha Ajudante de Cozinha		Lupa Control ITAU	Diário	Cumprimento das normas de higiene e segurança alimentar	Registo de ocorrências, análise de reclamações
	Elaborar ementas adequadas às especificidades dos clientes	Elaboração de ementas; Solicitar parecer do nutricionista; Afixação de ementas e respetivas alterações	Diretora Técnica, Cozinha		Nutricionista, Centro de Saúde, Lupa Control ITAU	Semestral	Saúde e bem-estar dos clientes; Adequação nutricional das ementas	Registo de ocorrências, validação pelo nutricionista
	Garantir a confeção de refeições com qualidade	Aquisição de produtos de qualidade; Confeção de alimentos	Diretora Técnica, Cozinha Ajudante de Cozinha	Produtos alimentares	ITAU Fornecedores habituais	Diário	Saúde e bem-estar dos clientes; Qualidade das refeições	Observação direta, registo de ocorrências
	Assegurar a eficiência do serviço de cozinha	Gestão de stocks; Ajustamento das quantidades ao número de refeições	Diretora Técnica, Cozinha	Produtos alimentares	ITAU	Diário	Redução de desperdício; Otimização de recursos	Relatório de contas, controlo de stocks

APROVISIONAMENTO

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades / Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Assegurar Encomendas, controlo de produtos e gestão de stocks	Assegurar uma gestão eficiente das compras (relação qualidade-preço)	Análise dos pedidos; Realização de encomendas; Acompanhamento da execução das compras	Diretora Técnica, Cozinha, Administrativa	Sistema de gestão de stocks	Fornecedores	Semanal	Redução de custos; Cumprimento das encomendas	Relatório de contas; Controlo de stocks
	Dinamizar relação de parcerias com os fornecedores	Seleção de fornecedores; Avaliação e aprovação de fornecedores	Diretora Técnica	—	Fornecedores	Ao longo do ano	Avaliação de fornecedores; Qualidade do fornecimento	Registos de avaliação e aprovação de fornecedores; Relatórios de acompanhamento

RECURSOS HUMANOS

Objetivos Gerais	Objetivos Específicos	Atividades / Estratégia	Recursos Humanos	Recursos Materiais	Parcerias	Calendarização	Indicadores	Instrumentos de Avaliação
Assegurar as competências dos colaboradores necessárias ao desempenho profissional	Proporcionar bons níveis de desempenho nos colaboradores	Definição de objetivos de desempenho; Autoavaliação	Diretora Técnica Psicólogo, Ajudante de Ação Direta, Animador Sociocultural	—	Direção Equipa Técnica de Apoio à Direção (ETAD)	Ao longo do ano; Avaliação final em Dezembro	Níveis de desempenho atingidos	Avaliação de desempenho
	Implementar avaliação de desempenho e satisfação do funcionário	Avaliação das competências cognitivas, relacionais e técnicas	Diretora Técnica	—		Sistemática e periódica	Melhoria das competências	Observação; Feed-back de famílias e clientes; Instrumentos de registo; Questionário formalizado
	Ter colaboradores qualificados	Plano de formação externa e interna		—	Direção ETAD Humanitas CMS	Ao longo do ano	Número de ações de formação concluídas	Relatórios de formação e certificados
	Cumprir normas de higiene, saúde e segurança no trabalho	Consultas de Medicina do Trabalho	Diretora Técnica Psicólogo, Ajudante de Ação Direta, Animador Sociocultural	—	IPS Parcerias Externas a Definir	Anual	Todos os colaboradores realizam exames	Fichas de aptidão
	Ter colaboradores motivados e satisfeitos	Envolver os colaboradores na tomada de decisão e na vida da instituição; Realização de reuniões gerais		—		Sempre que necessário	Adaptação e motivação dos colaboradores	Atas de reuniões; Convívios



RESPOSTAS RESIDENCIAIS

Plano de Atividades 2026

Residências de Autonomização e Inclusão 1 e 2

AS Residências de Autonomização e Inclusão 1 e 2 consistem em respostas sociais, tendencialmente transitória, centradas no processo de aquisição de competências para a autonomia de pessoas que possuam capacidade para viver autonomamente.

Através de um apoio individualizado, procura-se desenvolver e estimular competências psicossociais e de gestão organizacional para que os utentes adquiram níveis de independência que lhes permitam viver sozinhos sem suporte familiar ao nível das funcionalidades básicas. Por forma a atingir os objetivos foram estipuladas as seguintes atividades de funcionamento:

Compras, Limpeza Habitacional e Tratamento de Roupa

Objetivos	Ação	Periodicidade	Recursos Humanos
Estimular autonomia nas AVD	Elaborar lista de compras	Semanal	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Comprar produtos de higiene	Semanal	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
Desenvolver competências domésticas	Arrumação e limpeza dos espaços	Diária	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Utilização correta de produtos	Diária	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Separar, lavar, estender e passar roupa	Diária	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
Adquirir competências organizacionais	Organização dos espaços, responsabilidade e cuidado com o ambiente	Semanal	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores

Alimentação

Objetivos	Ação	Periodicidade	Recursos Humanos
Adquirir conhecimentos de culinária	Noções de composição nutricional	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Conhecer a roda dos alimentos	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Comprar alimentos	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Fazer lista de compras	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
Estimular motricidade fina	Preparação dos alimentos	Diária	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
Estimular autonomia culinária	Cozinhar com supervisão	Conforme plano	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores

Higiene Pessoal

Objetivos	Ação	Periodicidade	Recursos Humanos
Desenvolver competências de autocuidado	Formação sobre higiene	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Plano diário de rotinas	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Banho	Diária	Ajudantes de Ação Direta
	Higiene íntima	Diária	Ajudantes de Ação Direta
	Higiene oral	Diária	Ajudantes de Ação Direta

Saúde

Objetivos	Ação	Periodicidade	Recursos Humanos
Acompanhar ao serviço de saúde	Consultas, urgências, exames	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
Gerir medicação	Requerer/levantar medicação	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Levantar receituário	Sempre que necessário	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores
	Administração de medicação	Diária	Ajudantes de Ação Direta / Técnicos Superiores

AVALIAÇÃO DAS ATIVIDADES

A avaliação é contínua e visa ajustar as práticas às necessidades individuais de cada utente.

Instrumentos:

- Fichas de monitorização;
- Registo de participação e interesse;
- Relatórios técnicos.

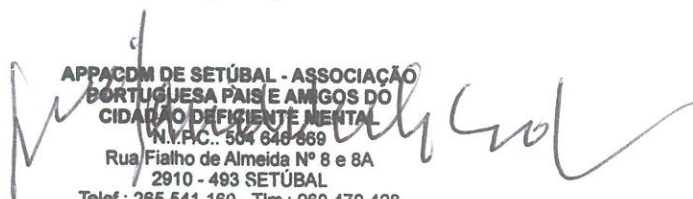
Periodicidade:

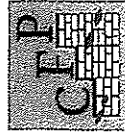
- Semanal – pelas Ajudantes de Ação Direta;
- Mensal – pela Direção Técnica.

Os resultados orientam adaptações ao Plano de Intervenção Individual, garantindo a progressão das competências e o cumprimento dos objetivos definidos.

"A vida não é encontrar-te a ti próprio.

A vida é criares-te a ti próprio."

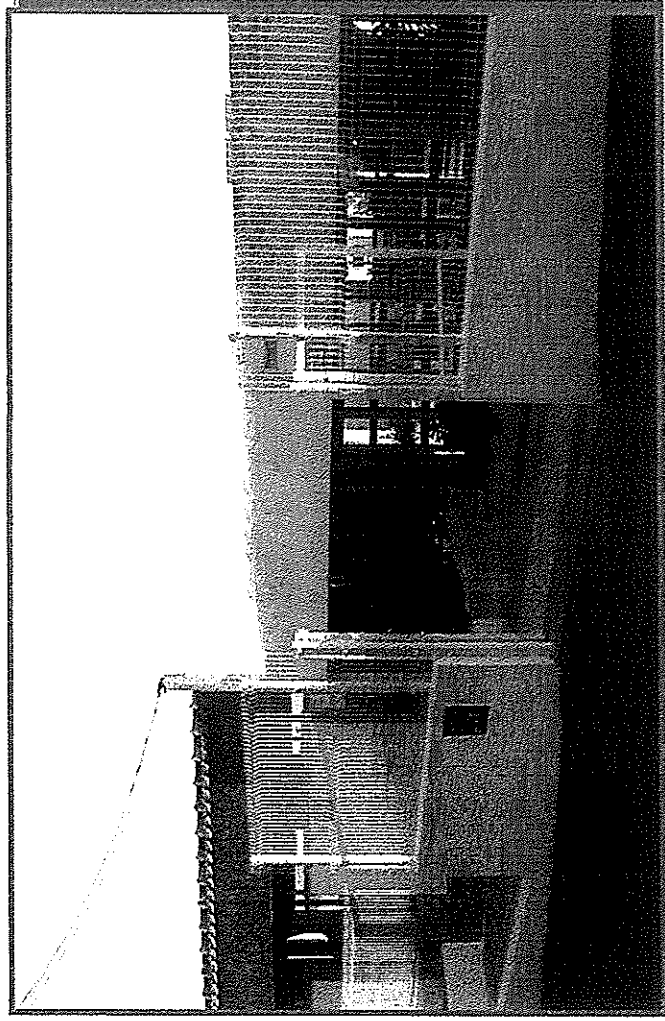

 APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
 PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
 CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
 N.º P.C.: 504 640 669
 Rua/Filho de Almeida Nº 8 e 8A
 2910 - 493 SETÚBAL
 Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428
 26-11-2025



Centro de Formação Profissional - CFP

Plano de Formação

30 de dezembro de 2024 a 30 de dezembro de 2027



Rua São Pedro - Viso, 2900-150 Setúbal
Segunda a Sexta-feira das 8.30h às 17.00h
Contactos: 265 572 472 / 92 439 22 13/91 078 43 93
cfp.cordenacao@appacdmsetubal.pt



INSTITUTO DO EMPREGO
E FORMAÇÃO PROFISSIONAL



Índice

1. Apresentação da APPACDM de Setúbal	3
1.1. Apresentação do Centro de Formação Profissional - CFP	3
1.2. Caracterização do público-alvo	5
1.3. Necessidades do território versus oferta formativa	6
1.4. Adequação da formação profissional ao público alvo	7
2. Projeto formativo para o triénio de 2025 a 2027	9
2.1. Modalidades, áreas, cursos, nº formandos, volume de horas	9
2.2. Espaços, equipamentos, ferramentas e matérias-primas	11
2.3. Organograma e recursos humanos	13
2.4. Capacidade do projeto na execução administrativa e financeira	15
3. Qualidade do projeto	16
3.1. Abordagem integrada complementar e sinérgica com o centro de recursos	16
3.2. Recurso à formação prática em contexto real de trabalho	17
3.3. Sinergias para a promoção da saúde, educação, formação e emprego	18
3.3. Acesso às tecnologias de informação e comunicação – TIC's	19
3.4. Incorporação no projeto de formação de valor acrescentado	19
4. Conclusão	20

1. Apresentação da APPACDM de Setúbal

A APPACDM Setúbal é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) constituída em 9 de novembro de 1970.

Deixou de ser Delegação da APPACDM nacional a 9 de maio de 2000, de acordo com a publicação em Diário da República – III série de 16 de junho de 2000, passando a ser uma pessoa coletiva de utilidade pública dotada de personalidade jurídica, designou-se abreviadamente por APPACDM de Setúbal.

A APPACDM de Setúbal atualmente com 54 anos de atividade no setor social, dispõe de 26 respostas sociais e de 245 trabalhadores.

A instituição desenvolve intervenção diferenciada com as pessoas com deficiência e incapacidades – PCDI – em múltiplas áreas da sua vida, durante a sua existência, ou seja, desde a infância até ao final de vida.

A instituição está presente diariamente na vida das PCDI e das suas famílias, em **sinergia** com os organismos públicos que enquadram, regulam e financiam as respostas sociais, as instituições parceiras da comunidade, o tecido empresarial e a comunidade envolvente, nesse sentido constitui-se como um valor imaterial e com uma identidade fortemente vinculada e identificada por todos.

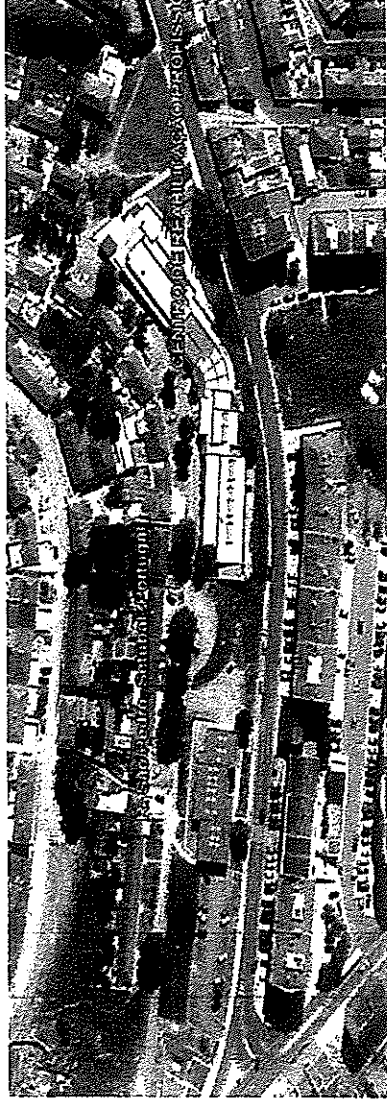
1.1. Apresentação do Centro de Formação Profissional - CFP

A APPACDM de Setúbal dispõe do Centro de Formação Profissional - CFP - que desenvolve atividade formativa há 34 anos e tem uma identidade comunitária.

A comunidade escolar, as famílias, instituições e organismos atuam sinergicamente ao sinalizar o CFP como uma resposta às necessidades formativas específicas das PCDI com encaminhamento para a inscrição nos serviços de emprego.

Nesse sentido o CFP segue uma **estratégia continuada na promoção da empregabilidade de forma equitativa das PCDI** através dos seus percursos formativos adaptados às suas características específicas, no sentido da diminuição da sua exclusão em trajetos de qualificação profissional.

As instalações do CFP foram construídas em entre 1987 a 1989, com o apoio financeiro do Instituto de Emprego e Formação Profissional, Instituto Público, adiante abreviadamente designada por IEFPP, I.P. e situa-se na rua de São Pedro, no bairro do Viso da cidade de Setúbal.



Em termos de percurso histórico o CFP iniciou a sua atividade formativa em setembro de 1990 em as áreas profissionais ajustadas ao contexto socioeconómico da década de 90, em carpintaria, serralharia civil, cartongem e culinária. O CFP teve os apoios do Ministério do Trabalho e da Solidariedade Social, IEFP, I.P. e do Fundo Social Europeu (FSE) durante 3 décadas, entre 1990 e 2018.

Durante essas décadas o CFP enquadrou-se nos Programas Operacionais - PO, no Programa Integrar, no Programa Constelação, no Programa Operacional Potencial Humano e no programa PORLISBOA.

No ano de 2019 o CFP passou o seu enquadramento técnico e financeiro para a Medida de Qualificação das Pessoas com Deficiências e Incapacidades, adiante a designada abreviadamente por MQPDI do IEFP IP.

Durante o seu percurso de 34 anos de atividade formativa o CFP ajustou a oferta formativa ao contexto socioeconómico a outras áreas de profissionais com mais potencial de empregabilidade.

Nesse sentido, credenciou-se para as áreas de formação ligadas aos seus atuais cursos tecnológicos - empregados de andares, operadores de jardinagem, operadores de horticultura e fruticultura - e de formação de base na atualização de competências académicas – curso de "novas aprendizagens, novos empregos".

O CFP atua face às PCDI segundo o **princípio da complementaridade** com outras respostas sociais e de emprego, através de oferta formativa bianual de cursos de formação profissional inicial e contínua nas seguintes áreas de formação:

- Desenvolvimento pessoal - 010 - programas de base: Competência Digital (CD); Matemática Ciência e Tecnologias (MCT); Cultura, Língua e Comunicação (CLC) e empregabilidade e cidadania (CE)

- Empregados de andares – 811 – serviços - hotelaria
- Operadores de jardinagem – 622 – floricultura e jardinagem
- Operadores de horticultura e de fruticultura - 621 – agricultura

1.2. Caracterização do público-alvo

As PCDI desempregadas inscritas nos serviços de emprego entre os 18 e 60 anos são o público-alvo do projeto.

A tipologia de deficiência segue o enquadramento técnico e financeiro para a Medida de Qualificação das Pessoas com Deficiências e Incapacidades, presente nos regulamentos e no guia organizativo 2.ª revisão de 29 de fevereiro de 2024.

A Classificação Internacional de Funcionalidade, Incapacidade e Saúde – CIF – OMS, Direção Geral de Saúde, Lisboa 2004, é modelo conceitual que o IEFP IP designou para a avaliação das PCDI em centros de recursos para os serviços de emprego.

São elegíveis no projeto formativo as PCDI avaliadas na ação – IAOQE da medida de apoio ao emprego do IEFP IP.

São também elegíveis no projeto, as PCDI que tenham sido avaliadas através do Sistema Nacional de Saúde - unidade de saúde pública - junta médica e que possuam um atestado médico de incapacidade multíusos igual ou superior a 60% de incapacidade. Este sistema segue a Tabela Nacional de Incapacidades (TNI) de Setembro 2008.

O CFP usa outros instrumentos de avaliação psicológica, social e funcional de forma complementar e sinérgica aos instrumentos atrás referidos.

Seguindo a nomenclatura da CIF, as PCDI a integrar no projeto apresentam nas funções do corpo limitações permanentes: intelectuais, mentais, emocionais, psicossociais, temperamento e personalidade, atenção, memória, percepção, pensamento, cálculo, mentais da linguagem e do movimento.

Nas funções da atividade e da participação as PCDI apresentam limitações na leitura, escrita, cálculo, resolução de problemas, tomada de decisões, realização de uma rotina diária, gestão de stresse e de outras exigências psicológicas, conversação, coordenação motora e destreza manual, relacionamentos e interações interpessoais, obtenção, manutenção e saída de um emprego.

As PCDI apresentam défices de literacia na acessibilidade à saúde, à proteção social, à formação e ao emprego.

As PCDI necessitam do apoio de múltiplos serviços: saúde, segurança social, emprego, apoio psicológicos e sociais.

As PCDI estão muito isoladas socialmente e inativas face ao emprego, por dificuldades continuadas no acesso à formação e ao emprego regulares.

Apresentam-se com níveis reais de baixa escolaridade embora tenham frequentado percursos escolares com adaptações curriculares, alguns não têm escolaridade obrigatória e outros perderam as competências básicas de leitura, escrita, cálculo e tecnológicas.

As PCDI integram diversas tipologias de famílias desde a nuclear, à alargada, à reconstruída. Os suportes familiares são na sua maioria inconstantes e destruturados.

Apresentam-se com risco elevado de exclusão social, por isolamento social, por défices nas autonomias e por fragilidades socioeconómicas e requerem muito suporte de serviços de proximidade.

As PCDI apresentam grande instabilidade em vários domínios das suas vidas, as situações de inatividade e de desemprego ocorrem com frequência, e a alternância entre períodos formativos e períodos de emprego e de desemprego é um denominador comum.

A faixa etária das PCDI que acedem à atividade formativa alargou significativamente, pois a realidade sociais transformaram-se e o emprego tem um estatuto muito precário, logo o recurso à formação profissional constitui-se uma alternativa eficaz na diminuição de trajetos de exclusão social e de risco de pobreza.

1.3. Necessidades do território versus oferta formativa

A APPACDM de Setúbal atua na área geográfica do distrito de Setúbal, com 5 064 km² de área e 887 928 habitantes (2022) residentes em 8 concelhos (Alcochete, Almada, Barreiro, Moita, Palmela, Seixal, Sesimbra, Setúbal). No entanto, a atuação da APPACDM de Setúbal e do CFP, abrange sobretudo os concelhos de Setúbal e de Palmela.

Setúbal é sede de um concelho de 230 km² de área, subdividido em 5 freguesias, com 123 496 residentes, 40.396 trabalhadores por conta de outrem, com 51.229 famílias, com 70,7% de habitações com rendas inferiores a 400€ (PORDATA: Censos 2021).

Palmela é um município com 462,87 km² de área, subdividido em 4 freguesias (Marateca, Palmela e Pinhal Novo, Póceirão e Quinta do Anjo) com 68.852 residentes, 23.586 trabalhadores por conta de outrem, com 26.778 famílias, com de 65.8% de habitações com rendas inferiores a 400€ (PORDATA: Censos 2021).

O Centro de Formação Profissional faz oferta formativa pública duas vezes por ano à comunidade. As PCDI residentes nos concelhos de Setúbal e de Palmela constitui a maior percentagem dos candidatos à formação, no entanto surgem também residentes noutros concelhos.

A localização do CFP no tecido urbano e as atuais acessibilidades aos transportes – por comboio e por autocarro - e o valor acessível do passe, constituem-se como fatores favoráveis à abertura de integração de novos candidatos residentes noutros concelhos.

1.4. Adequação da formação profissional ao público alvo

Os cursos de formação seguem a tipologia de percursos formativos tipo C, de acordo com a segunda revisão de 29 de fevereiro de 2024, do Guia Organizativo do IEFP IP da Formação Profissional e Certificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade.

Habilitações Mínimas de Acesso dos candidatos à formação	Percurso formativo / componentes de formação obrigatórias		Certificação	De acordo com a formação realizada
	Formação Tecnológica (*) 1175 horas	Formação em Contexto de Trabalho 400 horas		
Inferior ao 1.º Ciclo do Ensino Básico	A definir em função do perfil individual			

(*) Componente de formação obrigatório, com uma carga horária mínima de 40% da carga horária total da Formação em contexto de trabalho.

Neste enquadramento, o CEP propõe ao departamento da formação profissional do IEFP IP, programas de formação que se alicerçam em percursos individualizados orientados para o público alvo que atende - pessoas com alterações nas funções do corpo, nas estruturas do corpo, com limitações nos níveis de participação e com obstáculos ambientais que e as impeçam de frequentar formação regular.

Pretende-se que este formato de projeto formativo permita às PCDI o acesso à formação de acordo com suas necessidades específicas.

Os percursos de Tipologia C não permitem a obtenção da dupla certificação, mas sim qualificação profissional.

O CFP definiu trajetos formativos de 1575 horas que irão corresponder a um ano civil de formação, com uma pausa de férias no mês de agosto.

O projeto formativo apresenta as duas modalidades de formação obrigatórias – formação tecnológica em centro e formação prática em contexto de trabalho – seguindo o Guia Organizativo do IEFP IP da Formação Profissional e Certificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade, no que este se refere aos percursos formativos de tipologia C.

Na componente de formação tecnológica em centro, pretende-se dotar os/as formandos/as de competências teóricas e práticas inerentes ao exercício das profissões de empregado/a de andares, de operador de jardinagem e de operador de agrícola.

Esta componente com a **duração de 1175 horas constitui** a maior parcela da carga horária deste percurso formativo.

A forma de organização da formação em centro será a simulada, ministrada em sala e espaços de oficinas pedagógicas nas instalações do CFP.

Formação Prática em Contexto de Trabalho é obrigatória para a certificação profissional e tem a **duração máxima de 400 horas**.

Esta componente é realizada em entidades empregadoras/enquadradoras com a carga horária de 7 horas diárias.

Esta componente visa:

- Transferir e consolidar s competências adquiridas em contexto de formação para as entidades empregadoras, e adquirir novas competências, através da realização de atividades inerentes ao exercício profissional, com vista a facilitar a futura inserção profissional
- Contacto com tecnologias e técnicas que se encontram para além das situações simuláveis durante a formação;
- Aplicar dos conhecimentos adquiridos a atividades concretas em contexto real de trabalho;
- Desenvolver hábitos de trabalho, espírito empreendedor e sentido de responsabilidade profissional;
- Vivenciar as relações humanas no trabalho;
- Conhecer a organização empresarial;
- Proporcionar o desenvolvimento de competências de domínio das tecnologias, técnicas e execução prática de uma atividade profissional;
- Utilizar as matérias-primas, materiais, ferramentas e máquinas das áreas profissionais em que tiveram formação teórica e prática com vista a uma integração efetiva no mercado de trabalho;
- Conhecer e desenvolver hábitos de higiene e segurança no trabalho;

2. Projeto formativo para o triénio de 2025 a 2027

2.1. Modalidades, áreas, cursos, nº formandos, volume de horas

O projeto irá abranger 147 PCDI com necessidades de respostas formativas específicas na aprendizagem individualizada, de conteúdos teóricos, de práticas profissionais simuladas e em contexto real de trabalho, nas áreas profissionais de jardinagem, de hortifruticultura e de empregados de andares.

A capacidade formativa teórica e prática presencial do CFP será para 28 formandos considerando uma média de 7 formandos por curso.

O projeto no triénio de 30 dezembro de 2024 a 30 dezembro de 2027 prevê um volume total de **132. 825** horas de formação na execução de 7 cursos:

- o 3 Cursos de formação profissional inicial de 1575 horas, cada curso com 3 ações distribuídas pelos anos de 2025, 2026 e 2027.
- o 4 Cursos de formação profissional contínua de 400 horas, cada curso com 3 ações distribuídas pelos anos de 2025, 2026 e 2027.

O projeto assenta nas sinergias da modalidade de formação inicial e da modalidade de formação contínua.

Este desenho formativo permite que o CFP tenha sustentabilidade técnico financeira no decurso do projeto.

Na modalidade da formação profissional inicial o CFP desenvolverá 3 cursos, com percursos formativos da tipologia C - **de 1575 horas:**

- 3 ações no curso de "operador/a de jardinagem" na área 622 - Floricultura e Jardinagem - saída profissional de operador de jardinagem;
- 3 ações no curso de "operador/a de horticultura e fruticultura" na área 621 - Agricultura - saída profissional de operador hortícola e frutícola;
- 3 ações no curso de "empregado/a de andares" na área 811- Hotelaria e Restauração - saída profissional de empregado/a de andares.

Na modalidade da formação profissional contínua o CFP apresentará uma oferta formativa de 4 cursos em percursos até ao máximo de **400 horas:**

- 3 ações no curso de "operador/a de jardinagem" na área 622 - Floricultura e Jardinagem - saída profissional de "operador de jardinagem".
- 3 ações no curso de "operador/a de horticultura e fruticultura" na área 621 – Agricultura - saída profissional de "operador hortícola e frutícola".

- 3 ações no curso de “empregado/a de andares” na área 811- Hotelaria e Restauração - saída profissional de “empregado/a de andares” .
- Três ações no curso de “Novas aprendizagens novos empregos” na área de formação 010 – programas base.

Listagem dos Cursos/ ações/ n.º formandos/ volume de horas/ carga horária :

N.º do Curso	Designação do Curso	N.º de ações previstas	Data de início	Data de fim	Nível		N.º de formandos		N.º Horas / Formando	Volume total horas
					Inicial	Final	Transitados	Total		
1	Empregado/a de andares - formação inicial	3	03-01-2025	30-12-2027	I	I	0	21	1575	33 075
2	Empregado/a de andares - formação contínua	3	06-10-2025	30-12-2027	I	I	0	21	400	8 400
3	Operadores de Jardinagem - formação inicial	3	03-01-2025	30-12-2027	I	I	0	21	1575	33 075
4	Operadores de Jardinagem - formação contínua	3	06-10-2025	30-12-2027	I	I	0	21	400	8 400
5	Operadores de horticultura e fruticultura -formação inicial	3	03-01-2025	30-12-2027	I	I	0	21	1575	33 075
6	Operadores de horticultura e fruticultura - formação contínua	3	06-10-2025	30-12-2027	I	I	0	21	400	8 400
7	Novas Aprendizagens, Novos Empregos - formação contínua	3	30-12-2024	30-12-2027	I	I	0	21	400	8 400
Totais		21					0	147	6325	132 825
Área de Formação	N.º formandos	N.º Horas/ formando	Modalidade		Dupla Certificação		Percorso (A, C)	Se percurso C, está já validado pelo IEPF? (Sim / Não)		
			Inicial	Contínua	Sim	Não				
811 - Hotelaria e restauração	21	1575	X			X	C	Sim		
811 - Hotelaria e restauração	21	400		X		X	C	não é necessário		
622 - floricultura e jardinagem	21	1575	X			X	C	Sim		
622 - floricultura e jardinagem	21	400		X		X	C	não é necessário		
621 - horticultura e fruticultura	21	1575	X			X	C	Sim		
621 - horticultura e fruticultura	21	400		X		X	C	não é necessário		
010 - Programas Base	21	400		X		X	C	não é necessário		

	Carga Horária							
Área de Formação	Formação em Sala		Formação Prática Contexto Trabalho (FPCT)	Formação Competência Digital	Sensibilização Ambiental	Temáticas Igualdade Oportunidades	TOTAL	
	Teórica (T)	Prática Simulada (PS)						
811 - Hotelaria e restauração	525	650	400	50	10	10	1575	
811 - Hotelaria e restauração	100	300	0	10	10	10	400	
622 - floricultura e jardinagem	525	650	400	50	10	10	1575	
622 - floricultura e jardinagem	100	300	0	10	10	10	400	
621 - horticultura e fruticultura	525	650	400	50	10	10	1575	
621 - horticultura e fruticultura	100	300	0	10	10	10	400	
010 - Programas de Base	400	0	0	100	10	10	400	
TOTAIS	2275	2850	1200	280	70	70	6325	

2.2. Espaços, equipamentos, ferramentas e matérias-primas

O CFP para o desenvolvimento do projeto formativo tem um edifício construído entre 1987 e 1989 com o financiamento do IEFPP IP.

As infra-estruturas foram sendo alteradas e melhoradas ao longo do histórico formativo, no sentido de se ajustarem às necessidades dos formandos.

São evidências deste ajustamento a cessação de áreas formativas sem empregabilidade - serralharia civil e carpintaria - pelas áreas de hotelaria, jardinagem e agricultura nas quais se registam incremento de emprego.

O CFP tem atualmente os seguintes espaços:

- 5 Salas adaptadas à formação teórica e prática aos cursos
- 2 Salas de arquivo (técnico, pedagógico e financeiro)
- 1 Secretaria
- 4 Salas de apoio técnico
- Refeitório e espaços interiores e exteriores de formação e de lazer.

Nos espaços exteriores do edifício é desenvolvida a formação prática simulada dos cursos de jardinagem, horticultura e fruticultura.

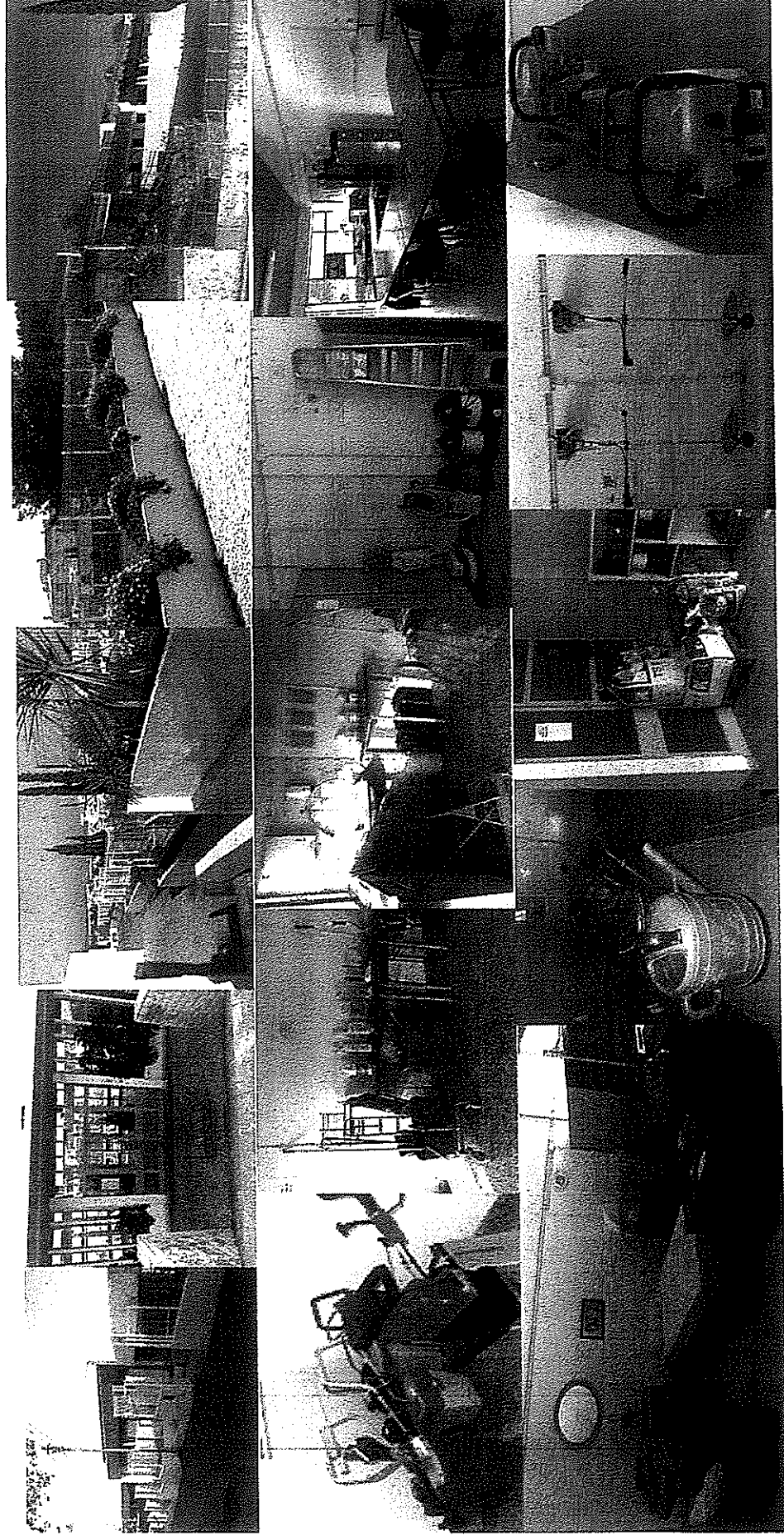
Os espaços têm dimensões e condições ambientais, de higiene e segurança adequadas ao desenvolvimento das intervenções.

O CFP dispõe de matérias-primas, materiais, ferramentas e equipamentos adequados à formação teórica e tecnológica, às intervenções técnicas, aos procedimentos administrativos e financeiros e de apoio logísticos a todos os utilizadores.

O CFP oferece salas com ferramentas e equipamentos de apoio pedagógico tais como: internet, videoprojector, quadros, computadores portáteis, televisão, câmara de filmar, máquina fotográfica e outros.

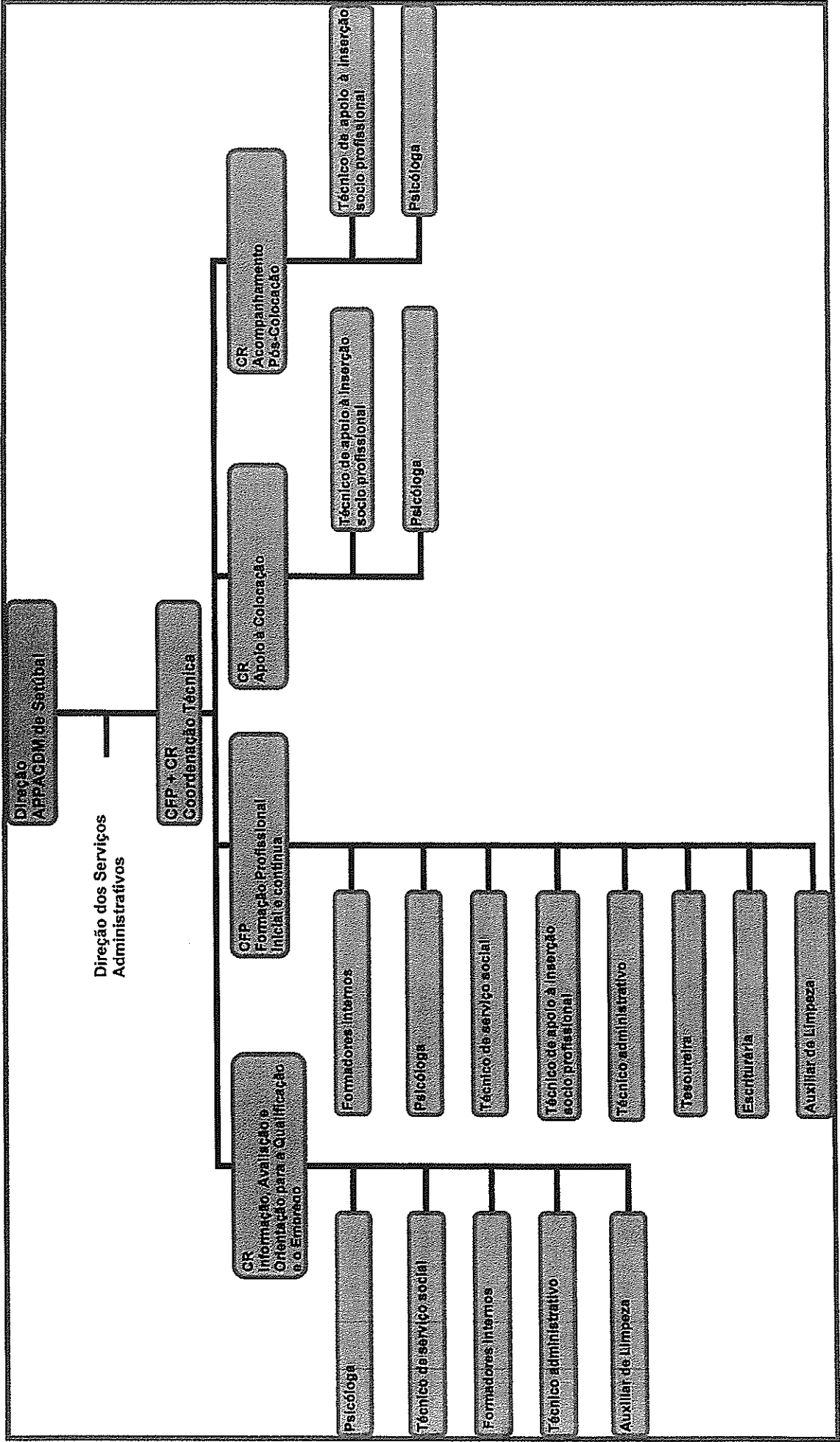
O CFP tem mobiliário, ferramentas e equipamentos tecnológicos necessários e suficientes para o desenvolvimento da formação.

O CFP oferece acessibilidade aos transportes públicos e a pessoas com mobilidade reduzida



2.3. Organograma e recursos humanos

O organograma apresenta-se com os colaboradores repartidos sinergicamente pelo centro de formação profissional e pelo centro de recursos.



A afetação da atividade profissional dos recursos humanos é dinâmica e ajusta-se às sinergias de sustentabilidade financeira dos projetos formativo e de apoio ao emprego. Desta forma apresentamos a tabela de descrição dos colaboradores e respetiva afetação.

Tabela de descrição dos colaboradores do CPP e do CR e % de afetação de tempo									
Nomes	Habilitações Literárias	Função	Vínculo Laboral	Admissão	Horas Semanal	Form. Prof. Inicial	Form. Prof. Contínua	Centro de Recursos	
Teresa Chameca	Licenciatura	Formadora Interna Empregado/a de andares	Sem Termo	01-09-2009	35	100%			
Ana Teresa Pereira	Licenciatura	Formadora Interna Operador/a de jardinagem	Sem Termo	01-09-2009	35	100%			
Paulo Frederico	Licenciatura	Formador Interno Operador/a de horto fruticultura	Sem Termo	01-09-2016	35	100%			
Sofia Correia	Licenciatura	Formadora Externa	Trab. Indep.	03-01-2023	6		100%		
Raquel Alves	Licenciatura	Formadora Externa	Trab. Indep.	08-01-2024	6		100%		
Manuela Monteiro	Licenciatura	Coordenadora Técnica	Sem Termo	02-10-1989	35	80%		20%	
Alice Barroso	Licenciatura	Técnica de Serviço de Social / Formadora eventual	A Termo	02-04-2024	35	80%		20%	
Inês Lopes	Licenciatura	Psicóloga Clínica / Formadora eventual	Sem Termo	14-09-2006	35	80%		20%	
Paulo Santos	Licenciatura	Técnico de apoio à inserção socioprofissional	Sem Termo	01-05-1996	35	20%		80%	
Carlos Santos	Licenciatura	Técnico superior administrativo de 3.ª	Sem Termo	17-02-2020	23	60%		10%	
Cámen Susana	11.º Ano	Tesoureira	Sem Termo	01-01-1989	5h42m	100%			
Aldina Almeida	11.º Ano	Escriturária principal	Sem Termo	01-01-1989	5h42m	100%			
Luisa Silva	4.º Ano	Auxiliar de serviços gerais	Sem Termo	08-06-1998	40	100%			

A distribuição do número total dos trabalhadores por categoria profissional, por grupo etário, por habilitações literárias e pela sua relação contratual com a entidade formadora está descrita no mapa seguinte:

N.º de trabalhadores por categoria profissional	Formadores internos	3	N.º de trabalhadores por grupo etário	20-30 Anos	1
	Formadoras externas	2		30 - 39 Anos	0
	Psicologia clínica	1		40 - 49 Anos	4
	Serviço social	1		50 - 59 Anos	5
	Coordenação	1		60 – 66 Anos	3
	Técnico administrativo	1			
	Escriturária	1			
	Tesoureira	1			
	Auxiliar de serviços gerais	1		Efetivos	9
	1.º Ciclo	1			
N.º de trabalhadores por habilitações literárias	Secundário	2	N.º de trabalhadores por relação contratual	Não Efetivos	1
	Licenciatura	7			
	Sem mestrado				

2.4. Capacidade do projeto na execução administrativa e financeira

Constitui evidência da capacidade do projeto na execução administrativa e financeira o longo histórico formativo do CFP.

O projeto tem seguido as orientações legislativas e institucionais nas áreas da gestão logística, física, administrativa e financeira.

O projeto segue os critérios da funcionalidade, da eficácia, da eficiência, do controlo de custos e da preservação do ambiente.

A constituição de centros de custos e de dossiês diferenciados em suporte de papel e eletrónico, são métodos que o projeto usa para a organização e gestão logística, física, administrativa e financeira.

O processo contabilístico é da responsabilidade do TOC em estreita colaboração com a coordenação técnica do CFP e os serviços administrativos da APPACDM de Setúbal.

O projeto segue orientações legais que enquadram o MPQDI.

O projeto evidencia a sua capacidade administrativa e financeira com a aplicação organizada e sistemática de instrumentos e métodos de gestão logística, física, administrativa e financeira.

A evidência da articulação da entidade formativa com os organismos de reguladores e financiadores é também revelador da sua capacidade.

3. Qualidade do projeto

3.1. Abordagem integrada complementar e sinérgica com o centro de recursos

O Centro de Recursos da APPACDM de Setúbal (CR) para o serviço de emprego de Setúbal, iniciou a sua atividade em março de 2001, através da Metodologia “Integrar pelos centros de emprego” ao abrigo de um Acordo de Cooperação, celebrado com o IEFP, IP. e obteve credenciação por este organismo em dezembro de 2011.

Após várias renovações da credenciação o CR da APPACDM de Setúbal continua ativamente com os apoios ao emprego às PCDI através das seguintes ações:

- Informação, Avaliação e Orientação Profissional para a qualificação e o emprego – IAOQE
- Apoio à Colocação - AC
- Acompanhamento Pós Colocação - APC

O projeto formativo do CFP de qualificação profissional estabelece complementaridade com o projeto do Centro de Recursos de apoio ao emprego.

Os trajetos de qualificação profissional desencadeiam trajetos de acesso ao emprego, não se desenvolvem em simultâneo, mas são contíguos ou intercalados e constituem abordagem sinérgica e integrada na promoção da integração socio profissional no mercado normal de trabalho.

O CFP e o CR construíram ao longo da sua história e de uma forma articulada uma identidade própria, com práticas e linguagem distintas das outras respostas sociais da instituição, e que estão profundamente ligadas às suas intervenções na formação profissional e no apoio ao emprego das PCDI.

Este modo de intervir edificou uma rede de suporte de proximidade muito importante para as pessoas com deficiência ao longo dos seus trajetos formativos e de emprego.

3.2. Recurso à formação prática em contexto real de trabalho

A rede colaborativa com os organismos/serviços públicos e empresas privadas dos concelhos de Setúbal e de Palmela constitui o recurso principal e essencial para realizar a componente formativa em contexto real de trabalho.

Nesta rede parceira os formandos realizam uma aproximação ao mercado laboral.

A metodologia implementada nesta componente aumenta a integração social e económica das PCDI e incrementa a sua empregabilidade porque acedem a modalidades de apoio ao emprego.

No trajeto formativo de 1575 horas, cada PCDI irá realizar 400 horas de formação prática em contexto real de trabalho.

Pretende-se que os 63 formandos realizem no total de 25.200 horas de formação em contexto real de trabalho nesta rede de parceiros.

Os “protocolos de formação em entidades recetoras” assinados pelos três intervenientes – entidade empregadora, formando e centro de formação - são os instrumentos enquadradores.

O projeto dispõe de um técnico de apoio à inserção socioprofissional, responsável pela angariação das entidades empregadoras recetoras e pelo acompanhamento e apoio regulares à inserção dos formandos.

O CFP ao longo da sua história estabeleceu uma rede de proximidade com várias entidades empregadoras:

- Entidades empregadoras da administração local:
 - Câmaras municipais de Setúbal e de Palmela
 - 5 Juntas de freguesias no concelho de Setúbal
 - 4 Juntas de freguesias no concelho de Palmela
 - Instituto Politécnico de Setúbal – Escolas Superiores de Saúde, de Tecnologias e de Educação
- Entidades empregadoras do sector social – IPSS
 - APPACDM de Setúbal, Centro Social da Quinta do Anjo, Centro Social de São Sebastião, Centro Social de Palmela, LATI
- Entidades empregadoras privadas:
 - Matéria Verde - Viveiros de Plantas, Lda.; Brotoflora - Viveiros da Quinta de São Francisco, Lda; Lusoverde; Chão Bom; Flores da Arrábida, Arbovíta;
 - Novotel Setúbal; Hotel Ibis Setúbal; Tróia Resort; Accor; Hotel Aranguês; Hotel Campanille; Hotel do Sado; Hotel Casa Palmela; Meliá Setúbal, Hotel Laitau; A Seleção Hotel Sport; Luna Esperança Centro Hotel, Hotel Clube Azeitão;

3.3. Sinergias para a promoção da saúde, educação, formação e emprego

A rede colaborativa com os organismos e serviços de saúde, educação, formação e emprego dos concelhos de Setúbal e de Palmela também constitui o recurso importante no desenvolvimento do projeto formativo. Nesta rede parceira os formandos encontram suporte e estrutura para implementar os seus trajectos pessoais de formação e de emprego.

- Rede de cooperação com a unidade de Saúde Familiar de São Filipe de Setúbal, no acompanhamento dos formandos em consultas de saúde sexual e reprodutiva. Esta cooperação aumenta a acessibilidade dos formandos a esta área da saúde, promovendo a igualdade de oportunidades e a diminuição de práticas discriminatórias.
- Rede de cooperação com o centro Qualifica da Escola Lima de Freitas de Setúbal no encaminhamento e acesso das PCDI a processos de reconhecimento e validação de competências chave – RVCC - e por conseguinte futura qualificação académica;
- Rede de cooperação com o serviço de psiquiatria do Centro Hospitalar de Setúbal no acompanhamento das PCDI nas consultas de psiquiatria promovendo a sua estabilidade psíquica.
- Rede de cooperação com o serviço de emprego de Setúbal do IEFP, I.P para o qual é centro de recursos.
- Rede de cooperação com o serviço de formação de Setúbal do IEFP, I.P, na resposta às pessoas com deficiência e incapacidades que não se inserem nos percursos regulares formativos oferecidos por aquele serviço.
- Rede de cooperação com as Escolas 2+3 e secundárias de Setúbal e de Palmela
- Rede de cooperação com organismos da comunidade na promoção e divulgação da oferta formativa
- Rede de cooperação com organismos de apoio social – Centros de apoio às famílias com rendimento de inserção social: Associação Baptista Shalom; "O Sonho"; Caritas Diocesana de Setúbal; Associação de Amigos e Professores do Casal das Figueiras;
- Rede de cooperação com organismos de apoio judicial - Tribunal de Família e Menores de Setúbal; Ministério Público de Setúbal; Serviço de Estrangeiros e Fronteiras; Comissão de Proteção de Crianças e Jovens de Setúbal; Equipa Multidisciplinar de apoio ao tribunal – EMAT
- Rede de cooperação com a Plataforma das Organizações para a Formação e Emprego de Pessoas com Deficiência e com outros organismos: HUMANITAS, FENARCERCI, FORMEM e Federação de Paralisia Cerebral.

3.3. Acesso às tecnologias de informação e comunicação – TIC's

O projeto usa as TIC's nas práticas formativas diárias e melhora o acesso das PCDI a este tipo de ferramentas.

A utilização das TIC's está presente em múltiplas atividades formativas tais como: os formandos dos cursos de jardinagem e de hortifruticultura realizam consultas diárias online sobre as condições atmosféricas, todos os formandos usam o tempo digital, os formandos enviam e recebem mensagens, documentos e imagens de caráter formativo com uso de telemóvel e ou computador, são usados computadores portáteis para consultas de informação, para processamento de texto, para visualização de vídeos, de imagens e de programas televisivos sobre os conteúdos formativos.

A utilização segura das redes sociais e o uso versus abuso de dados pessoais são abordados em múltiplas intervenções psicopedagógicas com os formandos

O grau de intensidade do acesso às TIC's é regulado pela equipa técnica docente e não docente durante o quotidiano formativo no sentido de se gerar um equilíbrio com as atividades manuais e relacionais e outras de uso analógico.

3.4. Incorporação no projeto de formação de valor acrescentado

O projeto incorpora na oferta formativa às PCDI não discrimina o género no acesso aos cursos.

O projeto oferece alternativas às PCDI que apresentem dificuldades de acesso, de frequência e de conclusão de percursos formativos regulares.

Deste modo estes são valores acrescentados do projeto no que concerne à igualdade de género e à igualdade de oportunidades.

As atividades formativas teóricas e práticas são ajustadas às características específicas das PCDI na promoção de igualdade de oportunidades e de género.

A formação em sensibilização e em práticas de preservação ambiental é desenvolvida durante todo o percurso, nomeadamente através de múltiplas atividades: separação do lixo, compostagem, reciclagem, reutilização de matérias primas, materiais, ferramentas e utensílios.

Espera-se que estas práticas sejam multiplicadas pelas PCDI para outros contextos e que contribuam para um maior valor acrescentado ambiental.

A participação em eventos e exposições sobre: turismo sustentável, sensibilização ambiental e igualdade de género são oportunidades de formação durante o trajeto de qualificação.

4. Conclusão

O CFP tem vindo a cumprir a missão a que se propôs tendo um papel ativo e de proximidade na formação profissional e na integração socioprofissional das PCDI no mercado normal de trabalho.

Os resultados atingidos, as necessidades de correções e de melhoria constituirão um desafio futuro para todos os intervenientes que integram o projeto formativo: os destinatários, os colaboradores, as entidades empregadoras, os serviços e organismos de interface e as entidades financiadoras e reguladoras.

O centro de formação continuará a procurar melhorar a qualidade dos serviços prestados, a promover a satisfação dos destinatários e outros intervenientes e a participar ativamente na construção de uma sociedade mais aberta, produtiva e inclusiva.

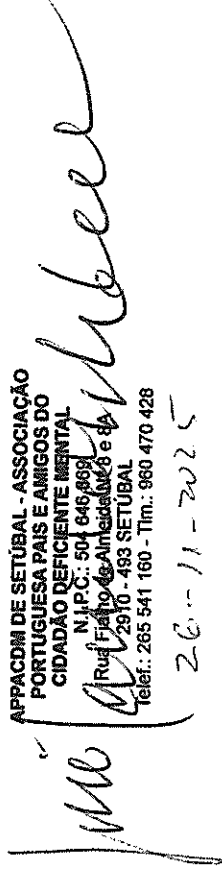
Setúbal, 3 de janeiro de 2025

(Coordenadora técnica do Centro de Formação Profissional)

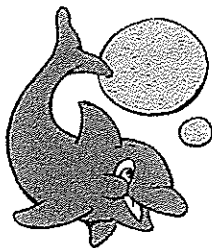


Maria Manuela Alves Monteiro)

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.º P.C.: 504 646 8091
Rua Fialto de Almeida 8 e 8A
2910 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428



26.11.2025



PLANO DE AÇÃO/ATIVIDADES DE CRECHE

Ano Letivo 2025/2026

Introdução

Na assunção de que a comunidade educativa constrói-se na colaboração e cooperação entre todos os elementos que a compõem, o nosso plano de atividades procura espelhar essa conceção, através das atividades planificadas e organizadas em reunião com equipa educativa, equipa pedagógica e famílias.

Este plano de atividades é um documento aberto, construído à luz do projeto educativo da instituição, que se baseia, na conceção de criança como elemento de um sistema complexo de relações e inter-relações de sistemas que visam o bem-estar social e o desenvolvimento pessoal da criança na relação com os outros, sendo que será um documento presente no nosso dia a dia, avaliado e modificado sempre que se justifique.

Para além das atividades apresentadas, outras estão previstas, mas não agendadas por não se saber quando poderão ocorrer, estas prendem-se com as obras de manutenção e melhoria de condições físicas do espaço da creche, como é o caso de pinturas de todo o edifício interior e exterior e manutenção dos espaços exteriores.

Outra atividade em curso, mas sem agendamento anual definido aquando da redação deste documento é o nosso plano de formação contínua interno que passamos a descrever em seguida.

A formação contínua da equipa educativa da creche “Golfinho Azul”, tem sido ao longo dos anos de funcionamento um tema de reflexão e realização, por acreditarmos que estamos em constante aprendizagem e que é na partilha e cooperação com os pares que crescemos pessoal e profissionalmente. O conhecimento e a melhoria das práticas diárias têm como alicerces os momentos de reflexão conjunta.

Neste sentido são programadas todos os meses, reuniões gerais de funcionários da resposta social, de modo que possamos, em conjunto avaliar, programar e refletir a nossa prática. Do mesmo modo, levamos a efeito reuniões de equipa pedagógica e de equipa educativa com regularidade, respetivamente, quinzenal e mensal.

A planificação das ações de curta duração a organizar durante o ano civil de 2026 refletirá a participação de famílias como formadoras, o caso particular de uma mãe enfermeira, uma psicóloga e outra com formação na área da nutrição infantil, assim como das educadoras da creche, equipas da ELI Palmela e Setúbal e outros parceiros da comunidade.

A Creche “Golfinho Azul” tem parceria formalizada com a ESE de Setúbal que nos proporciona também a possibilidade de participação como educadoras cooperantes nas formações “Aula Aberta” que se realizam online.

De referir que quase todas as ações de formação promovidas pela creche são também direcionadas à participação das famílias, como parceiras do processo educativo dos seus filhos.

Apresentamos de seguida o quadro de programação de atividades para o ano letivo 2025/2026:

DATA	TEMA	OBJETIVOS	ATIVIDADES	RECURSOS
setembro	Integração / adaptação das Crianças	- Promover a integração/adaptação das crianças/famílias à Creche; - Proporcionar um ambiente que permita às crianças sentirem-se seguras; - Promover o desenvolvimento de atitudes de autoestima e autoconfiança, bem como o respeito pelos outros; - Evidenciar estratégias de colaboração e articulação entre família, escola e comunidade; - Fomentar uma estreita relação com as famílias, assente nas suas necessidades e dúvidas; - Progredir nas habilidades de integração, comunicação e participação; - Aquisição de hábitos (cooperação, arrumação, organização, autonomia e responsabilidade); - Criar laços afetivos entre crianças/crianças e crianças/adultos.	- Desenvolvimento de jogos e atividades em pequenos grupos de modo a promover a socialização; - Manipular e experimentar gradualmente os materiais existentes na sala; - Dar liberdade de escolha observando as suas atitudes e comportamentos de modo que a orientação do adulto seja adequada; - Conhecimento e encadeamento das rotinas diárias; - Conhecimento do espaço físico da Creche; - Decoração e organização dos espaços; - Brincadeiras ao ar livre;	- Materiais existentes na sala e espaços exteriores; - Material de desgaste; - Intervenientes educativos.

	14º Aniversário da Creche	- Celebrar o aniversário de atividade da Creche; - Promover momentos lúdicos e de partilha entre utentes e colaboradores da creche; - Fomentar os valores relacionados com a partilha e entreaajuda.	- Lanche coletivo com bolo de aniversário; - Brincadeiras no exterior.	- Bolo de aniversário; - Materiais lúdicos para brincadeira e jogos no exterior.
	Atividades de Psicomotricidade livre	- Desporto na creche	- Gincanas desportivas e jogos sensoriais no exterior da creche	- Equipa educativa da creche; - Equipamento desportivo e da Creche
	Construção dos Planos de Acolhimento	- Preenchimento dos Planos de acolhimento referentes às crianças que iniciam creche neste ano letivo	- Sobre a forma como decorre a adaptação de cada criança	- Educadora de Infância e encarregados de educação
	Projeto pedagógico de sala	- Início da construção do Projeto Pedagógico de sala até final de novembro	- Recolha de informação junto do grupo e das famílias para a realização do documento	- Equipa educativa de sala e famílias
Outubro	Outono	- Observar as transformações da Natureza, seja em contacto direto ou através de imagens; - Desenvolver/explorar os sentidos (tato, visão, paladar, olfato e audição)	Atividades de expressão com elementos da Natureza alusivos à época; - Recolha de elementos da Natureza; - Visualizar e explorar frutos da época utilizando os sentidos;	- Intervenientes educativos - Materiais de desperdício e de desgaste; - Exterior.

	Comemoração do Dia das Bruxas	- Promover momentos de convívio entre as crianças e adultos da creche.	- Construção de materiais alusivos à comemoração para decoração das salas e espaços comuns com desafio às famílias para construção de vassouras de bruxa; - Animação de histórias sobre Bruxas com participação da animadora Zingarela, em manhã coletiva; - Brincadeira livre no exterior	- Material de desperdício e de desgaste - Intervenientes educativos.
	Estágios de Mestrado de Educação de Infância	- Acolhimento das estagiárias do Mestrado de Educação Pré-escolar de ESE de setúbal.	- Reunião de preparação dos estágios; - Reunião para apresentação da creche e dos respetivos grupos de crianças e equipas educativas.	- Educadoras cooperantes e docentes da ESE; - Diretora técnica da creche e estagiárias.
	1ª Reunião de Encarregados de Educação	- Assuntos referentes à sala e ao Projeto Pedagógico.	- Promover a importância da interação entre a escola – família; - Elucidar a família sobre as atividades a desenvolver ao longo do ano; - Dar a conhecer o Projeto Pedagógico de Sala e o Plano Anual de Atividades;	- Intervenientes educativos; - Equipamento audiovisual

			- Informar sobre as comemorações natalícias para o presente ano.	
novembro	Pão por Deus	- Comemoração da tradição do Pão por Deus e aniversário da APPACDM	- Oferta de produtos não perecíveis pelas famílias para serem integrados nos cabazes alimentares de Natal da Instituição;	- Material de desperdício e de desgaste; - Intervenientes educativos; - Produtos alimentares.
	São Martinho	- Comemorar o S. Martinho de uma forma lúdica; - Promover a preservação das tradições populares; - Fomentar o valor da partilha através da lenda; - Envolver a família nas atividades pedagógicas da Creche; - Proporcionar momentos de convívio e confraternização.	- Decoração da Instituição; - Realização de Trabalhos alusivos à época; - Lanche convívio para crianças;	-Intervenientes educativos; - Famílias; - Alimentos da época; - Ingredientes para confeção d; - Material reciclado; - Materiais de desgaste para construção de artesanato.
	Comemoração os Direitos das Crianças	20 de novembro - Sensibilizar as famílias para a participação na comemoração dos Direitos das Crianças.	- Exposição alusiva (fotos, projetos) aos Direitos das Crianças.	- Participação das famílias, Equipa educativa.
	Relatório do Plano de Acolhimento	- Realização do relatório referente ao Plano de Acolhimento	- Análise do plano de acolhimento e realização do relatório para informação às famílias.	- Educadora e encarregados de educação.

	Avaliação Diagnóstica	- Preenchimento das fichas de avaliação diagnóstica.	- Avaliação do desenvolvimento da criança.	- Educadora de sala e famílias.
dezembro	Natal	- Celebrar a época natalícia, fomentando o respeito pelos costumes e tradições de Natal; - Identificar o Natal como época de fraternidade e incentivar o espírito de amizade e solidariedade; - Promover a interação escola / família; - Incentivar a participação das famílias no processo educativo e estabelecer relações de efetiva colaboração com a comunidade; - Desenvolver a criatividade; - Fomentar o convívio da Comunidade Escolar.	- Decoração da Instituição; - Elaboração da prenda de Natal; - Exploração de canções, histórias, poesias e lengalengas alusivas ao Natal; - Construção de elementos natalícios; - Exploração das tradições da época natalícia; - Festa de Natal; - Animação do Pai Natal com a entrega de presentes.	-Material de desperdício e de desgaste; - Intervenientes Educativos; - Animadora Zingarela

janeiro	Dia de Reis	- Vivenciar o Dia de Reis; - Promover a partilha de saberes entre os vários elementos da instituição; - Exploração da lenda dos Reis Magos; - Fomentar o contacto e a relação entre as crianças da instituição.	- Exploração de livros alusivos ao tema; - Construção de coroas dos reis; - Confeção de Bolos Rei;	- Material de desperdício e de desgaste; - Ingredientes necessários à confeção de bolos-rei;
	Semana da estimulação sensorial - Sala de "Snozleen"	-Promover momentos de relaxamento e estimulação sensorial	- Organização de um espaço/sala para estimulação sensorial.	- Equipamentos e materiais de estimulação sensorial, (Jogos de luzes, aromaterapia, bolsas com diferentes texturas...)
	Inverno	- Promover a aquisição temporal associada às próprias vivências; - Aquisição por parte das crianças das diferentes conceções climatéricas; - Sensibilizar as crianças para a transformação da Natureza; - Promover o contato das crianças com diferentes materiais.	- Observação do tempo e das suas modificações; - Realização de atividades alusivas ao Inverno; - Exploração de jogos, histórias, lengalengas e canções sobre o tema.	- Material de desperdício e de desgaste; - Intervenientes educativos.
Fevereiro		-Animação ECOS	- Animação de uma história sobre os animais da floresta "Onde está o Coelho?"	- Participação da equipa educativa e crianças das várias salas.
	Carnaval	- Baile de Carnaval-Comemorar o Carnaval;	- Promover o desenvolvimento do jogo simbólico;	- Material de desperdício e de desgaste;

			- Desenvolver a imaginação e a criatividade;	Intervenientes educativos.
	Dia de S. Valentim	- Comemorar dos amigos através de um evento solidário de recolha de bens para partilha com outra instituição de cariz solidário como forma de sensibilizar para a importância da amizade e da partilha.	- Promover o convívio, a amizade e a alegria entre salas. - Dramatização da história "O Sapo Apaixonado" - Recolha de bens para uma instituição de cariz solidário;	- Equipa educativa; equipa de estagiárias e crianças.
março	Dia do Pai	- Fomentar e valorizar os laços familiares; - Descobrir a importância dos vários elementos da família.	- "Pais em movimento" – gincana organizada pela técnica de psicomotricidade da creche; - Sessão de música para bebés em família, com a participação da professora Isadora Vilelas	- Material reciclável e de desgaste; - Intervenientes educativos. - Auditório do Centro Sónia Rio
	Primavera	- Sensibilizar as crianças para as modificações da Natureza; - Promover o contacto com o exterior.	- Observar as transformações da Natureza no espaço exterior; - Recolher elementos	- Intervenientes educativos; Materiais de desgaste e desperdício; - Equipamento

			naturais; -Elaborar coroas com os elementos recolhidos; -Exploração de lengalengas, canções, histórias e poesias sobre a estação;	desportivo.
	Dia da Árvore	- Evidenciar a importância e os cuidados com os elementos da natureza.	-Plantar uma árvore no espaço da creche; -Semear e plantar flores.	- Intervenientes educativos- Exterior- Materiais de desgaste e desperdício.
	Páscoa	-Celebrar a Páscoa como momento de união e alegria entre a comunidade creche/Família	- Folares Caça ao Ovo Animação da história "A Mamã Galinha" pela educadora Patrícia Silva , Magia Colorida	- Equipa educativa , educadora convidada, Patrícia Silva
abril	Feira do Livro	- Promoção da literatura de qualidade para a infância.	- Promoção de atividades de dinamização de uma história com convite a outras valências da instituição; - Promover um dia aberto à comunidade com um encontro de cariz pedagógico com um autor/ilustrador.	- Convide a livrarias e editoras para participação na feira do Livro.
	VI Feira da Primavera	- Valorizar as atividades realizadas pelas crianças; - Proporcionar momentos de convívio com as famílias.	- Exposição de trabalhos e produtos alimentares alusivos à época, confeccionados com as crianças.	-Intervenientes educativos; - Material de desperdício e de desgaste.

maio	Dia da Mãe	- Valorizar os laços familiares; - Descobrir a importância dos vários elementos da família; - Valorizar o papel da Mãe.	- Exploração de canções, histórias e poemas sobre a Mãe; - Realização de uma sessão de artes plásticas com o Projeto, CURUMIM, pinturas com tintas comestíveis	- Material de desgaste; - Material de desperdício; - Intervenientes educativos- Família.
	Dia da Família (15/05)	- Fomentar e reforçar os valores da família.	-Promoção do momento de convívio entre famílias (lanche partilhado na quinta da Serralheira no dia 18 de maio);	- Intervenientes educativos; - Materiais recicláveis.
	XXV Festival ExpressArte	- Promover a participação das crianças no evento promovido pela APPACDM relacionado com a inclusão das artes e a deficiência	A confirmar	
	Avaliação Final	- Realização dos relatórios de avaliação	- Relatórios de avaliação com base nas fichas de diagnóstico e Planos individuais	- Educadoras de infância
	Inscrições/renovação de inscrições	- Renovação de inscrições em creche e aceitação de novas inscrições, para frequência no próximo ano letivo.	- Envio de informações às famílias sobre a renovação de frequência; seleção de novas inscrições para o ano letivo	- Diretora técnica

			2024/2025	
junho	Semana / Dia Mundial da Criança (03/06)	- Proporcionar à criança momentos de convívio, alegria e prazer; - Promover a autoestima e a valorização pessoal; - Favorecer o convívio entre as crianças e as famílias.	- Realização de atividades lúdicas nas diversas áreas de desenvolvimento; - Elaboração de uma prenda para a criança; - Teatro interativo para as crianças com o grupo Biombo, que apresenta a peça "A Onda"	- Material de desperdício; - Material de desgaste; -Intervenientes educativos; - Crianças e grupo de teatro convidado.
	Reunião de Pais	- Sensibilizar para a importância da aproximação de todos os intervenientes educativos; - Avaliação do ano letivo e do desenvolvimento das crianças; - Dar a conhecer as informações adicionais.	- Reunião de Pais	- Equipa educativa; - Família; - Espaço sala; - Meios Audiovisuais.
julho	Verão	- Sensibilizar as crianças para as modificações da Natureza com a chegada do Verão; - Desenvolver a autoconfiança e a autonomia; - Encorajar a partilha, entreajuda e cooperação entre crianças.	- Atividades de exterior que envolvam a exploração da água como elemento de diversão e aprendizagem (piscinas; brincadeiras com material de desgaste)	- Intervenientes educativos - Materiais de desperdício e de desgaste.
	Festa de fim de ano letivo 05/06	- Comemorar o final de ano letivo; - Festa de finalistas.	-Arraial no espaço da creche.	- Parceria com as famílias.
	Dia dos Avós	- Comemorar o Dia dos Avós.	- Dinamização da história "A Manta"	-Parceria com as famílias.

	(26/07)		da Editora Planeta Tangerina com construção de uma manta de retalhos realizada pelas avós e exposta no Dia dos Avós no espaço da creche.	
agosto	Verão	-Atividades diversificadas de Verão, que procurem desenvolver a autoconfiança e a autonomia da criança; - Encorajar a partilha, entreaajuda e cooperação entre crianças.	-Atividades de exterior que envolvam a exploração da água como elemento de diversão e aprendizagem (piscinas; brincadeiras com material de desgaste)	- Intervenientes educativos - Materiais de desperdício e de desgaste.

Coordenadora Técnica

Leonor Sequeira

Direção APPACDM

Data: 28/11/2025

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Filho de Almeida, Nº 8 e BA
2910-1495 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

26-11-2025

APPACDM DE SETÚBAL

CENTRO SÓCIO-EDUCATIVO



PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

ANO LETIVO
2025/2026

INTRODUÇÃO

Na sequência de um conjunto de propostas aprovada pelo Conselho de Docentes, o Grupo de Trabalho do Plano Anual de Atividades elaborou este documento para apresentar à Comunidade Escolar o referido plano (PAA).

Tendo como base as propostas dos Professores e Técnicos do Centro Sócio-Educativo da APPACDM de Setúbal, o presente documento procura:

- Sistematizar as actividades segundo os diferentes verbos aglutinadores, nomeadamente: **Aprender, Apoiar, Compreender, Criar, Divulgar, Incentivar, Promover, Refletir e Visitar.**
- Relacioná-las com os pontos considerados problemáticos no Projeto Educativo de Escola.

Uma vez que o Plano de Atividades se vai construindo ao longo do ano, será sempre possível o seu enriquecimento à medida que vão surgindo novas atividades, que deverão ser sujeitas à apreciação do Conselho de Docentes.

Para o desenvolvimento das atividades patentes neste Plano Anual de Atividades, continua a ser fundamental a participação de vários elementos da comunidade.

A avaliação quantitativa e qualitativa do grau de cumprimento do PAA será realizada em Conselho de Docentes e Técnicos, estando prevista na ordem de trabalhos das respectivas reuniões, onde serão analisadas as respetivas atividades.

Na expectativa de que, realmente, este Plano Anual de Atividades permita uma maior dinâmica na Comunidade Educativa, é primordial a participação e empenho de todos os elementos que a constituem.

Uma vez que o Plano de Atividades se vai construindo ao longo do ano, consideramos que será sempre possível o seu enriquecimento à medida que vão surgindo novas atividades, que deverão ser sujeitas à apreciação do Conselho de Docentes.

A avaliação quantitativa e qualitativa do grau de cumprimento do Plano Anual de Atividades será realizada pelo Conselho de Docentes, estando prevista na ordem de trabalhos das respectivas reuniões. Com estes dados, o Conselho de Docentes elaborará os relatórios - intermédio e final.

CENTRO SÓCIO-EDUCATIVO DA APPACDM DE SETÚBAL

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES - 2025-2026

ATIVIDADES	OBJETIVOS	INTERVENIENTES	RECURSOS	CALENDARIZAÇÃO
RECEÇÃO AOS ALUNOS: - Diálogo sobre as férias.	• Criar um clima favorável de início do ano letivo; • Promover as relações interpessoais; • Proporcionar uma integração agradável dos alunos ao espaço e ao grupo de sala do CSE; • Criar laços de afetividade no grupo; • Conhecer os espaços do CSE e meio envolvente; • Organizar espaços e materiais, tendo em conta o grupo de alunos; • Promover as relações interpessoais.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	• 5 de setembro
DAR AS BOAS VINDAS AOS ALUNOS E PROFESSORES DO CSE	• Conhecer os Alunos e Professores, com quem diariamente, nos relacionamos; • Estabelecer laços de afetividade com os alunos, professores e ajudantes do CSE; • Dar a conhecer aos novos alunos o espaço, proporcionando-lhe confiança; • Identificação das necessidades do grupo; • Tomar consciência de si e do outro; • Respeitar a diferença como forma de enriquecimento;	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• 5 de setembro

	• Preparar o ambiente educativo.				
ATIVIDADES DE ESCOLARIZAÇÃO	• Trabalhar a escolarização tendo em conta o PEI de cada aluno; • Utilizar diversos tipos de materiais.	• Alunos • Docentes			Durante todo o ano letivo
FERIADO MUNICIPAL:	• Conhecer personalidades simbólicas da cidade de Setúbal.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa			• 15 de setembro
PROJETO: "ERA UMA VEZ...CRESCER COM HISTÓRIAS, REFERÊNCIAS E MEMÓRIAS" (TURMA D)	• Apropriar-se do texto lido; • Identificar o património literário oral e escrito; • Reconhecer a importância dos livros e incentivar o gosto pela leitura e escrita; • Desenvolver a linguagem oral e a expressão escrita prevenindo o erro ortográfico; • Desenvolver o imaginário e a criatividade; • Incentivar o sentido crítico e desenvolver o gosto pela pesquisa; • Explorar imagens através de técnicas plásticas; • Dar oportunidade para o desenvolvimento de ideias sequenciais; • Permitir o conhecimento do corpo através da expressão dramática.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa		• Durante todo o ano letivo

VINDIMAS: - Atividades relacionadas com o tema	• Relacionar as uvas com a estação do ano; • Compreender o processo de produção do vinho; • Valorizar as tradições; • Facilitar a interação entre turmas; • Criar momentos de intercomunicação e partilha.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• Mês de setembro
É OUTONO -Atividades relacionadas com o tema ATIV. EXTERIORES: - Jogos; -Contato com a Natureza/Recolha de elementos (por ex. pinhas, folhas secas) para construção de trabalhos	• Aprender que o outono é uma estação do ano; • Tomar conhecimento das alterações sazonais e a sua influência na vida vegetal e animal; • Identificar as Estações do Ano; • Desenvolver a destreza manual; • Sensibilizar para a conservação da Natureza; • Despertar os jovens para a criatividade através do que existe na natureza	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• 22 de setembro

DIA NACIONAL DA ÁGUA REALIZAÇÃO DE UM CARTAZ ALUSIVO À SENSIBILIZAÇÃO PARA A POUPEANÇA DA ÁGUA E SUA APRESENTAÇÃO. COLOCAÇÃO DOS CARTAZES NO PLACARD ECO-ESCOLAS (REFEITÓRIO)	• Sensibilizar os alunos e adultos para a importância de poupar água potável.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	1 de outubro
CONFEÇÃO DE SOBREMESAS DOCES (TODAS AS SALAS DO CSE)	• Promover a socialização; • Trabalhar as frutas da época; • Desenvolver a autonomia; • Criar o gosto pela interação.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	Durante todo o ano letivo
REALIZAÇÃO DE TRABALHOS NA SALA DE AULA	• Construir cartazes para a sala de forma a organizar o dia-a-dia da sala (cartaz dos aniversários, mapa do comportamento, mapa de atividades, etc.); • Construir materiais para a sala de forma a organizar o dia-a-dia da sala (porta-lápis, caixas de arrumação, tabuleiros, etc.).	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais diversos	Durante todo o ano letivo
DIA DA IMPLANTAÇÃO DA REPÚBLICA: -Diálogo sobre a data;	• Conhecer os símbolos nacionais: - Bandeira; - Hino nacional.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de	• 5 de outubro

- Elaboração de trabalhos alusivos ao tema.				Ação Educativa	
				Materiais: • Papel • Cola • Tampas	
DIA MUNDIAL DOS PROFESSORES	• Realçar e reconhecer o papel fundamental dos professores na construção de uma sociedade mais inclusiva.	• Alunos • Docentes • Equipa Técnica • Ajudantes de Ação Educativa		Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	6 de outubro
				Materiais diversos	
DIA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO:	• Conhecer normas de higiene alimentar; • Criar hábitos de higiene alimentar, valorizando hábitos de uma alimentação saudável; • Reconhecer a importância de uma alimentação equilibrada; • Sensibilizar os alunos para a importância de uma alimentação equilibrada.	• Alunos • Docentes • Equipa Técnica • Ajudantes de Ação Educativa		Humanos: • Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	• 16 de outubro
- Diálogo sobre alimentação equilibrada e pelos alunos, de diversos motivos em peças de fruta para serem ingeridos.				Materiais: • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Tablet	
COMEMORAÇÃO DO DIA DAS BRUXAS (Halloween)	• Promover as relações interpessoais; • Proporcionar um convívio agradável entre os alunos do CSE e entre estes e os colegas	• Alunos • Docentes • Técnicos		Humanos: • Docentes • Alunos	• No dia 31 de outubro

	do CACI; • Criar trabalhos diversificados relacionados com o tema.	• Ajudantes de Ação Educativa	• Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais: • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras	
DIA DE S. MARTINHO: - Divulgação da lenda de S. Martinho; - Magusto.	• Preservar, valorizar e dar continuidade às tradições populares; • Reviver a tradição e costumes alusivos a esta data; • Proporcionar a observação, o manuseamento e a prova das castanhas; • Conviver e partilhar.	• Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Papel de jornal • Máquina fotográfica • Castanhas	• 11 de novembro
DIA NACIONAL DO PIJAMA	• Alargamento de experiências sociais; • Melhoria da autoestima e autoconceito; • Promover a socialização.	• Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de	• 21 de novembro

			Ação Educativa	
CONSTRUÇÃO DO PRESÉPIO E ENCERRAMENTO DO MESMO -Exposição de um Presépio na escola	• Sensibilizar as crianças e jovens que se pode fazer arte reaproveitando de materiais; • Preservar as tradições e o imaginário populares e os hábitos de convivialidade comunitária; • Promover a imaginação e originalidade; • Exercitar a destreza manual e por sua vez a motricidade fina; • Desenvolver o sentido crítico e a sensibilidade estética; • Possibilitar o manuseamento de diferentes materiais e técnicas.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Todo o tipo de materiais reutilizáveis	• novembro a janeiro
VAMOS COMEMORAR O NATAL: - Decoração das salas de aulas. - Canções, teatro, poemas, etc. - Festa de Natal. - Contos de Natal. - Lanche convívio.	• Dar continuidade a costumes e a tradições; • Viver o espírito do Natal e o seu significado; • Reconhecer a família; • Promover a socialização; • Vivenciar as tradições do Natal; • Explorar sensorialmente diferentes materiais e objetos; • Contatar com contos de diversos autores; • Motivar as crianças para a interajuda; • Fomentar a participação da família; • Fomentar a participação dos diferentes elementos da comunidade educativa em atividades escolares.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Pais • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Livros	• dezembro

É INVERNO	• Aprender que o inverno é uma estação do ano; • Tomar conhecimento das alterações sazonais e a sua influência na vida vegetal e animal.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Ajudantes de Ação • Alunos • Educativa • Docentes • Técnicos Materiais • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Tablet	• 21 de dezembro
DIA DE REIS - Cantar as Janeiras e encerrar o Presépio.	• Preservar e valorizar as tradições; • Apelar à participação em atividades de grupo; • Desenvolver a capacidade de estabelecer relações com os outros com base na partilha; • Fomentar a participação dos diferentes elementos da comunidade educativa em atividades escolares.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes Materiais • Instrumentos musicais	• 6 de janeiro

Dia de São Valentim: - Decoração das salas de aula. - Atelier de pintura. - Atelier de Culinária.	• Desenvolver a criatividade; • Saber divertir-se; • Desenvolver a socialização; • Desenvolver a capacidade de estabelecer relações com base no respeito, confiança, consideração e cooperação.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Auxiliares de Ação Educativa	• Docentes • Técnicos • Alunos • Auxiliares de Ação Educativa Materiais: • Tintas • Papéis • Pincéis • Farinha • Ovos • Água • Açúcar • Forno • Ingredientes para os doces	• 13 de fevereiro
CARNAVAL: - Decoração das salas de aulas. - Construção dos fatos de Carnaval - Desfile.	• Desenvolver a criatividade; • Saber divertir-se; • Desenvolver a socialização; • Desenvolver a capacidade de estabelecer relações com base no respeito, confiança, consideração e cooperação; • Proporcionar momentos de relação com a família.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Tecidos • Papéis	• 13 de fevereiro
PARTICIPAÇÃO NAS MARCHAS POPULARES DA CIDADE DE SETÚBAL	• Socialização; • Adotar comportamentos de acordo com	• Alunos • Docentes	• Alunos • Docentes	• Início em outubro e participação em junho

_ CONFEÇÃO DOS FATOS -APRENDER UMA COREOGRAFIA PARA CADA TEMA	diferentes espaços.	•Técnicos •Ajudantes de Ação Educativa	•Técnicos •Ajudantes de Ação Educativa	
TRABALHOS ALUSIVOS À COMEMORAÇÃO DO DIA DA MULHER	•Conscientizar para os valores da mulher; •Testemunhar valor e carinho às mulheres; •Promover a relação escola/família; •Valorizar a relação afetiva; •Explorar sensorialmente diferentes materiais	•Alunos •Docentes •Técnicos •Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: •Docentes •Técnicos •Alunos •Ajudantes de Ação Educativa Materiais •Cartolinas •Canetas •Lápis •Tesouras	•6 de março
DIA DO PAI: - Elaboração de cartões e pequenas lembranças para oferecer ao pai.	•Preservar os valores familiares; •Conscientizar para os valores familiares; •Testemunhar valor e carinho ao pai; •Promover a relação escola/família; •Valorizar a relação afetiva; •Explorar sensorialmente diferentes materiais.	•Alunos •Docentes •Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: •Docentes •Alunos •Ajudantes de Ação Educativa Materiais •Cartolinas •Canetas •Lápis •Tesouras	•19 de março

DIA DA ÁRVORE CHEGOU A PRIMAVERA! - Elaboração de cartazes e painéis alusivo à preservação da natureza. - Declamação de poesia - Dramatização de canções. - Cultivo de plantas em vasos. - Plantação de árvores.	• Criar gosto pela preservação e respeito pela Natureza; • Aprender que a primavera é uma estação do ano; • Incentivar a preservação do ambiente e dos recursos naturais; • Declamação de poemas sobre a árvore; • Dramatização de canções.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Árvores	• 20 de março
PÁSCOA - Decoração das salas. - Construção de trabalho alusivo ao tema para oferecer às famílias - Realização de uma festa alusiva ao tema	• Interiorizar a mensagem que traduz a Páscoa. • Preservar usos e costumes • Desenvolver a criatividade. • Saber divertir-se. • Desenvolver a socialização. • Desenvolver a capacidade de estabelecer relações com base no respeito, confiança, consideração e cooperação.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• 1 de abril
DIA DA LIBERDADE	• Compreender o significado do 25 de abril	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• 24 de abril

				Materiais •Cartolinas •Canetas •Lápis •Tesouras	
DIA DO TRABALHADOR	• Alertar para os direitos do trabalhador.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: •Alunos •Professores Ajudantes de Ação Educativa	• 30 de abril	
PARTICIPAÇÃO NO EXPRESS'ARTE	• Alargamento de experiências sociais; • Melhoria da autoestima e autoconceito; • Promover a arte e a cultura; • Promover a socialização.	•Alunos Professores	Humanos: •Alunos •Professores Ajudantes de Ação Educativa	• maio	
DIA DA MÃE: - Elaboração de um trabalho simbólico, acompanhado de um cartão para oferecer à mãe.	•Preservar os valores familiares; •Testemunhar à Mãe amor e gratidão; •Promover o valor da família na sociedade contemporânea. •Valorizar a relação afetiva. •Sensibilizar para a importância da Expressão Musical.	•Alunos •Docentes •Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: •Alunos •Docentes •Ajudantes de Ação Educativa Materiais •Cartolinas •Canetas •Lápis •Tesouras	• 30 de abril	
Festival de Música de Setúbal - Participação na escrita e na coreografia	• Experienciar novas sensações e cultivar o sentido estético; • Participar em ações de educação musical; •Adotar comportamentos de acordo com	• Toda a comunidade	Humanos: •Docentes •Alunos •Auxiliares de	•Data a definir.	

de uma canção. Apresentação da mesma.	diferentes espaços; • Proporcionar o convívio entre a comunidade educativa e comunidade local; • Participar no Festival de Música de Setúbal.		Ação Educativa • Motoristas Materiais: • Computador; • Vídeo projetor.	
DIA DA CRIANÇA: - Atividades lúdicas, a realizar na escola.	• Conscientizar os alunos da importância do Ser Criança e os adultos da importância de respeitar a sua individualidade; • Reconhecer o papel da criança na sociedade e no mundo de amanhã; • Propiciar situações de socialização mais alargadas. • Reconhecer o papel da criança na sociedade e no mundo de amanhã. • Propiciar situações de socialização mais alargada.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• 1 de junho
CELEBRAÇÃO DO DIA DO AMBIENTE	• Sensibilizar para a preservação do ambiente; • Promover hábitos ecologicamente equilibrados; • Decorar vasos; • Vender plantas naturais.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Técnicos • Ajudantes • Alunos Materiais: • vasos • plantas • tintas	• 5 de junho

SANTOS POPULARES: - Enfeitar as salas de acordo com a quadra. - Marchas Populares.	• Reviver tradições. • Proporcionar o convívio entre a comunidade educativa; • Dar continuidade às tradições populares.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa • Pais e familiares • Comunidade local	Humanos: • Docentes • Técnicos • Ajudantes • Alunos • Pais • Elementos da comunidade local Materiais: • Cartolinas • Canetas • Lápis • Tesouras • Tecidos • Papel • Arcos • Gravadores	• junho
FESTA FINAL DE ANO: - Representações. - Canções. - Convívio com a comunidade Educativa.	• Proporcionar o convívio entre todos os elementos da Comunidade Educativa; • Conviver e partilhar; • Saber cooperar e colaborar com os outros; • Utilizar recursos expressivos; • Ser capaz de representar situações e diferentes personagens; • Fomentar a participação dos diferentes elementos da comunidade educativa em atividades escolares.	• Alunos • Docentes • Técnicos • Ajudantes de Ação Educativa • Pais e familiares	Humanos: • Docentes • Técnicos • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa Materiais • Aparelhagem • Microfone • Tablet	• Data a definir.

EXPOSIÇÃO DE TRABALHOS	• Dar a conhecer diferentes trabalhos realizados ao longo do ano.	• Professores • Alunos	• Professores • Alunos	• Ao longo do ano
PROJETO: CHÁROMAS (TURMA D)	• Desenvolver o gosto pelo cultivo; • Valorizar as tradições e os saberes populares; • Desenvolver a capacidade de organização.	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano
PROJETO: JARDINS SENSORIAIS	• Sensibilizar a população escolar para a importância dos 5 sentidos; • Desenvolver o reconhecimento e a adaptação aos diferentes materiais sensoriais; • Despertar nos alunos a preservação e conservação do jardim sensorial; • Estimular a curiosidade e a capacidade de sonhar; • Estimular o prazer e o lazer; • Desenvolver capacidades de observação.	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano.
PROJETO: ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (TURMA B)	• Promover o consumo de alimentos saudáveis e consciencializar para a sua contribuição na promoção da saúde, de forma atraente, lúdica e educativa.	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano
PROJETO: ECO-RECOLHA	• Desenvolver a destreza manual; • Desenvolver a imaginação e a criatividade; • Contribuir para a limpeza e embelezamento dos espaços exteriores	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos Pais	• Durante o ano letivo

	envolventes; ● Incutir hábitos de correta utilização do ecoponto; ● Reaproveitar materiais de desperdício; ● Desenvolver o gosto pela jardinagem; ● Apreender regras comportamentais que permitam usufruir da Natureza sem lhe causar danos; ● Sensibilizar para a conservação da Natureza; ● Ultrapassar medos/insegurança; ● Promover a socialização.		Materiais: ● Todo o tipo de material reutilizável	
PROJETO: HORTA PEDAGÓGICA	● Sensibilização dos alunos para as questões da ecologia e alimentação biológica; ● Conhecer as diferentes etapas das culturas hortícolas; ● Observação do crescimento das diferentes culturas; ● Contribuir para o melhoramento e arranjo dos espaços exteriores à escola; ● Sensibilização para a importância da compostagem e sua posterior utilização e importância na fertilização do solo; ● Sensibilização para a importância de alguns animais no desenvolvimento e defesa das plantas (minhocas, lagartixas, joaninhas...).	● Alunos ● Docentes ● Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: ● Docentes ● Ajudantes ● Alunos Materiais: ● Vários materiais de sementeira e plantação	● Durante o ano letivo.
PROJETO: ARTESANATO	● Sensibilizar para o reaproveitamento de materiais, como forma de diminuir a	● Alunos ● Docentes	Humanos: ● Docentes	● outubro de 2023 a junho de 2024

ECOLÓGICO	quantidade de resíduos poluentes; •Sensibilizar para a recolha e aproveitamento de materiais sem danificar a Natureza	•Ajudantes de Ação Educativa	•Ajudantes Alunos	
PROJETO: FACEBOOK	•Fomentar a disponibilidade para uma aprendizagem ao longo da vida como condição necessária à adaptação a novas situações e à capacidade de resolver problemas no contexto da sociedade do conhecimento; •Promover a autonomia, a criatividade e a responsabilidade; •Promover o trabalho em equipa na perspetiva de abertura à mudança, à diversidade cultural e ao exercício de uma cidadania ativa; •Fomentar o interesse pela pesquisa, pela descoberta e pela inovação à luz da necessidade de fazer face aos desafios resultantes; •Promover o desenvolvimento de competências na utilização das tecnologias da informação e comunicação que permitam uma literacia digital generalizada, tendo em conta a igualdade de oportunidade e coesão social; •Desenvolver a capacidade de pesquisar, tratar, produzir e comunicar informação, quer pelos meios tradicionais, quer através	•Alunos •Docentes	Humanos: •Docentes •Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano letivo.

PROJETO: QUINTA PEDAGÓGICA (TURMA C)	das novas tecnologias da informação e comunicação;	• Dinamizar espaços motivadores de aprendizagem que contribuam para a promoção do sucesso educativo; • Educar para os valores da ecologia e do ambiente; • Saber cooperar e cooperar com os outros; • Descobrir e interagir com o meio natural desenvolvendo cuidados de preservação do meio ambiente; • Aproveitar da melhor forma o espaço exterior da Quinta da Serralheira; • Valorizar a interação entre a Instituição e a comunidade educativa envolvente; • Valorizar a interação entre a instituição e a comunidade; • Promover a produção de informação, atividades e sua divulgação nas escolas e na comunidade; • Incutir nos nossos utentes a responsabilidade, de alimentar e tratar desses animais; • Dar a conhecer à comunidade a Quinta da Serralheira como um espaço onde se poderá passar um dia em contacto com o ambiente e de uma forma lúdica e educativa; • Proporcionar estimulação sensorial; • Promover a formação pessoal e social;	• Alunos • Docentes	Humanos: • Docentes • Ajudantes - Alunos	• Ao longo do ano letivo.
--	---	--	--	---	---

PROJETO: ESPAÇO AVENTURA (BTT, MINIGOLFE) (TURMA C)	• Explorar novas sensações; • Proporcionar momentos de alegria e divertimento. • Gerais: • Participar ativamente nas atividades; • Desenvolver a socialização; • Respeitar as regras de funcionamento da atividade; • Respeitar todos os intervenientes; • Revelar responsabilidade; • Revelar autonomia e responsabilidade; • Revelar estabilidade emocional; • Revelar assiduidade; • Respeitar e estimar o material utilizado; Específicos: • Adquirir hábitos de vida saudáveis; • Aprender a utilizar os recursos naturais existentes; • Aprender o gosto pela natureza e pelo meio envolvente; • Revelar coordenação motora; • Eliminar erros posturais.	• Alunos • Docentes	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano letivo.
PROJETO: EQUITAÇÃO	Competências gerais: • Proporcionar aos alunos uma aproximação gradual ao cavalo e às diversas atividades inerentes da atividade, estimulando o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional; Competências específicas:	• Alunos • Docentes	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Ao longo do ano letivo.

PROJETO: RECICLAR HISTÓRIAS (TURMA D)	• Desenvolver o equilíbrio corporal e emocional; • Estimular a independência na condução e na interação com o cavalo; • Despertar a autoconfiança e auto-estima; • Desenvolver as suas capacidades de socialização; • Estimular sensações e percepções que promovem o afeto; • Atribuir a noção de espaço e postura; • Aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera; • Diminuir a agressividade e a intolerância à frustração; • Melhorar a coordenação motora, flexibilidade e força muscular; • Introduzir as noções básicas de equitação.			
	• Proporcionar estimulação sensorial; • Relacionar-se com os adultos e seus pares; • Ser capaz de alargar e contextualizar os seus interesses e saberes; • Ser capaz de se envolver em ambientes que não os familiares; • Compreender intenções e mensagens através de gestos e vocalizações; • Possibilitar a expressão de sentimentos e desejos; • Promover a formação pessoal e social; • Proporcionar momentos de alegria e divertimento; • Valorizar a igualdade;	• Alunos • Docentes	Humanos: • Docentes • Ajudantes - Alunos	• Ao longo do ano letivo.

	• Estabelecer momentos de partilha e confiança; • Explorar novas sensações; • Reconhecer e interiorizar atitudes e valores que permitam à criança tornar-se um cidadão consciente e solidário; • Facilitar a compreensão de mensagens e as intenções comunicadas por outras crianças e adultos. • Promover a amizade; • Partilhar valores e respeitar a individualidade; • Despertar o gosto pela leitura e pela escrita; • Despertar o gosto pelo faz de conta/imaginário; • Fazer pesquisa sobre diversos tipos de Histórias; • Desenvolver diversos trabalhos relacionados com as Histórias trabalhadas; • Criar e improvisar; • Dinâmicas de coordenação motora; • Desenvolver a capacidade de concentração, atenção e memória; • Desenvolver a criatividade artística; • Serem capazes de manter a disciplina e respeitar os outros colegas do grupo.				• Ao longo do ano letivo.
PROJETO: TUNA	• “Mudar Mentalidades”, valorizando as capacidades destas crianças, junto da comunidade; • Valorizar o gosto pela cultura	• Alunos • Docentes	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos		

	tradicional; • Despertar em todos a criatividade; • Incentivar o gosto pela preservação da nossa cultura histórica, tradicional e regional; • Desenvolver competências na área de ocupação dos tempos livres; • Articular ações deste projeto com a de outros da escola numa perspetiva institucional; • Promover a autonomia, a criatividade e a responsabilidade; • Fomentar a partilha e a cooperação entre grupos, a pares e adultos; • Fomentar o interesse pela pesquisa, pela descoberta e pela inovação à luz da necessidade de fazer face aos desafios resultantes; • Contribuir para uma relação mais próxima entre a comunidade e a escola.				
PROJETO: EXPRESSÃO CORPORAL	Proporcionar momentos de alegria e divertimento. • Valorizar a igualdade. • Estabelecer momentos de partilha e confiança. • Explorar novas sensações.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Alunos • Ajudantes de Ação Educativa	• Durante o ano letivo.	
PROJETO: BIODIVERSIDADE DE AFETOS	- Promover a atenção/concentração; - Promover a capacidade de raciocínio prático e abstrato e a organização do	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação	Humanos: • Docentes • Ajudantes	• Durante o ano letivo.	

	pensamento; - Promover a identificação, diferenciação e autorregulação de pensamentos; - Promover a identificação e a diferenciação de sentimentos e a expressão emocional adequada; - Promover a identificação, diferenciação e autorregulação de comportamentos; - Dinamizar espaços exteriores (natureza) motivadores de aprendizagem; - Educar para os valores da ecologia e do ambiente; - Descobrir e interagir com o meio natural desenvolvendo cuidados de preservação do meio ambiente; - Incutir nos nossos alunos a responsabilidade de cuidar e preservar a natureza de forma sustentável.	Educativa	Alunos	
PROJETO: BEM(CON)VIVER	- Treinar ao ar livre, interagindo diretamente com a natureza, eliminando o sedentarismo; - Desenvolver e reforçar competências de reforço comportamental e interpessoal; - Dinamizar espaços exteriores (natureza); - Descobrir e interagir com o meio natural desenvolvendo cuidados de preservação; - Incutir nos alunos a responsabilidade de cuidar e preservar a natureza; - Proporcionar momentos de alegria e divertimento;	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Docentes • Ajudantes Alunos	• Durante o ano letivo.

	- Melhorar a autoestima e a motivação; - Melhorar a condição e bem-estar físico e mental e emocional, - Promover a dinamização de uma atividade desportiva; - Reparar bicicletas; - Reconstruir bicicletas; - Utilização de bicicletas pelos nossos alunos e comunidade local; - Doação de bicicletas aos nossos alunos e comunidade local; - Reciclar materiais obsoletos ou sem utilização imediata; - Valorizar o papel dos alunos na sociedade; - Utilizar a bicicleta como prática desportiva saudável e não poluente; - Promover hábitos, práticas sociais e ambientais saudáveis e sustentáveis.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	- Humanos: • Docentes • Ajudantes - Alunos	• Durante o ano letivo.
PROJETO: RECICLETAS				
PARTICIPAÇÃO NAS MARCHAS POPULARES DA CIDADE DE SETÚBAL _ CONFEÇÃO DOS FATOS -APRENDER UMA COREOGRAFIA PARA CADA TEMA	• Socialização; • Adotar comportamentos de acordo com diferentes espaços.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Início em outubro e participação em junho.

PROJETO: QUINT'HÚMUS	• Desenvolver técnicas de matriz tradicional; • Promover a reciclagem como um valor e uma prática de defesa ambiental; • Despertar os alunos para a preservação e conservação do ambiente; • Estimular a curiosidade e a capacidade de execução de estruturas simples com materiais conhecidos; • Desenvolver a capacidade de trabalho cooperativo; • Desenvolver capacidades de observação, organização e registro; • Experimentar outras formas de ensino e de aprendizagem; • Elevar a cognição de forma espontânea.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	• Alunos • Docentes	• Ao longo do ano letivo.
PROJETO: "SANTUÁRIO DE INSETOS" (TURMA D)	• Formar maciços vegetais e estruturas adaptadas para o favorecimento da criação de colônias de insetos; • Promover a manutenção dessas condições e replicar a sua existência noutros locais do espaço; • Fomentar o respeito por estas estruturas, baseando-o no conhecimento e na valorização da biodiversidade; • Valorizar a biodiversidade enquanto fator de enriquecimento da vida e fator de embelezamento estético.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa	• Durante todo o ano letivo.
PROJETO: "BRINCAR COM AS HISTÓRIAS" (TURMA A)	• Despertar o interesse pelas histórias; • Desenvolver a motricidade; • Desenvolver a criatividade;	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação	Humanos: • Alunos	• Durante todo o ano letivo.

	• Motivar o aluno pela cultura portuguesa (ligada à família); • Despertar o interesse pelos vários tipos de histórias.	Educativa	• Docentes • Ajudante de Ação Educativa	• Durante todo o ano letivo.
PROJETO: "TOC' A MEXER" (TURMA A)	• Participar ativamente nas atividades; • Respeitar as regras de funcionamento da atividade; • Desenvolver a socialização; • Respeitar todos os intervenientes; • Adquirir hábitos de vida saudável; • Desenvolver a criatividade, a imaginação, consciência corporal (Quinestésia), conceito e consciencialização de disciplina pessoal, lateralidade, competências motoras básicas; • Aprender o gosto pela natureza e meio envolvente.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa	
PROJETO: "JARDINAR" (TURMA B)	• Manter todas as plantas bonitas e saudáveis; • Reconhecer as partes que constituem uma planta (raiz, caule, folha, flor e fruto); • Aumentar o vocabulário com palavras relacionadas com as plantas; • Criar um ambiente esteticamente belo e agradável no interior da escola; • Manter o recanto das plantas limpo e aprazível; • Adquirir verbas para fazer face às despesas da sala.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa	• Durante todo o ano letivo.

PROJETO: "MUSIC'ARTE" (TURMA C)	● Saber escutar; ● Manifestar satisfação a ouvir música e na produção de ritmos; ● Ser capaz de sentir os efeitos da música e relaxar mente e corpo; ● Ser capaz de exprimir como a música o/a faz sentir; ● Ser capaz de exprimir preferências pelos sons próprios de alguns instrumentos – quais são os que lhe são mais agradáveis; ● Respeitar os recursos materiais utilizados; ● Contactar e experimentar tocar instrumentos de percussão e/ou musicais; ● Repetir seqüências rítmicas seja através de percussão corporal, ou de instrumentos de percussão; ● Visionar pequenos vídeos com atividades rítmicas e realizar com interesse as atividades propostas; ● Entoar canções ou participar no fundo sonoro das canções com vocalizações ou percussão; ● Respeitar o espaço comum (anfiteatro); ● Respeitar e estar em harmonia com a atividade, com quem a promove, os seus pares e consigo mesmo.	● Alunos ● Docentes ● Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: ● Alunos ● Docentes ● Ajudante de Ação Educativa	● Durante todo o ano letivo.
PROJETO: "ATIVIDADES NA QUINTA" (TURMA C)	● Participar ativamente nas atividades; ● Desenvolver competências psicomotoras; ● Desenvolver a socialização; ● Respeitar/cumprir as regras de funcionamento da atividade;	● Alunos ● Docentes ● Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: ● Alunos ● Docentes ● Ajudante de	● Durante todo o ano letivo.

	● Respeitar todos os intervenientes; ● Revelar autonomia; ● Revelar estabilidade emocional; ● Adquirir, desenvolver e demonstrar afeto pelos animais e sentido de responsabilidade pelo seu cuidar; ● Desenvolver a capacidade de concentração, cognitiva e de resposta física para desenvolver a atividade; ● Identificar e distinguir o tipo de alimentação para cada espécie e tipo de animal; ● Aprender a alimentar os animais; ● Aprender o gosto pelo cuidar e nutrir os animais.		Ação Educativa	
AValiação em TERAPIA DA FALA E PSICOLOGIA E ELABORAÇÃO DE RELATÓRIOS	- Caracterizar os utentes, as suas competências e necessidades relativamente à área específica da TF.	• Utentes do CSE e dos projetos de parceria com as escolas	• TF Patrícia Santos • Psicólogas Sandra Jacinto e Isabel Azadinho • TSS Tânia Trindade	• Ao longo do ano letivo.
REUNIÕES DE EQUIPA MULTIDISCIPLINAR DAS SALAS DO CSE	• Avaliação da intervenção • Partilha de informação • Discussão de casos	• Equipa multidisciplinar das salas	• Equipa Multidisciplinar das salas	• 2^a, 3^a, 4^a e 6^a feiras 9.00 – 10.00 (quinzenalmente)

CENTRO SÓCIO-EDUCATIVO: Psicomotricidade	Intervenção Individual: • Adquirir competência de estar em grupo • Melhoria das várias áreas psicomotoras Intervenção Grande Grupo: • Adquirir competência de estar em grupo • Melhoria das várias áreas psicomotoras.	• Alunos CSE	• Psicomotricista Mariana Biscoito	• De outubro/2025 a julho/2026.
FESTA DE FINALISTAS	• Promover a socialização/Convívio.	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	• Toda a comunidade educativa.	• Ao longo do ano letivo.
MINIGOLFE (TURMA C)	• Desenvolver a força - A criança/jovem fortalece o seu tônus muscular, ganhando mais sensibilidade muscular e flexibilidade; • Desenvolver o equilíbrio - Esta aptidão será reforçada pelos exercícios onde a criança aprenderá a posicionar o seu corpo e a ter consciência deste no espaço; • Desenvolver a coordenação - O domínio dos cinco sentidos em conjunto; • Desenvolver a mobilidade - Com o desenvolvimento desta atividade a criança/jovem começa a executar movimentos mais controlados, rápidos, livres e independentes; • Promover iniciativas culturais e recreativas ao ar livre; • Incentivar e dinamizar a prática do	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes Ajudante de Ação Educativa	• Ao longo do ano letivo.

	desporto amador; • Desenvolver ações de sensibilização ambiental; • Promover a prática de atividade física e um estilo de vida ativa; • Desenvolver o respeito e o gosto pela natureza.				• Ao longo do ano letivo
AGRUPAR PARA SOCIALIZAR	• Promover a aquisição e o desenvolvimento de conhecimentos, capacidades, valores e competências; • Articular competências, conteúdos, atividades e estratégias, de forma a encontrar respostas para as necessidades dos alunos e a integrar os saberes; • Adequar as estratégias às características dos alunos, tendo em conta os seus interesses e motivações e necessidades; • Promover a funcionalidade e a autonomia dos alunos; • Promover o trabalho em equipa/grupo; • Promover a socialização.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa		
MÃOS PARA A VIDA, MÃOS PARA A NATUREZA	• Dar respostas educativas a jovens com deficiência mental, tendo em vista a sua vida adulta e a conservação da natureza... • Explorar e valorizar o artesanato ecológico, uma vez que qualquer desperdício pode ser reutilizado em forma de arte; • Implementar um projeto de índole artística e ecológica, aliada ao carácter prático e funcional.	• Alunos • Docentes • Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes • Ajudante de Ação Educativa		• Ao longo do ano letivo.

APRENDER A BRINCAR	• Adquirir competências académicas, como por exemplo: as cores, as formas, os tamanhos, contagem, operações... • Manusear objetos; • Construir (torres, puzzles); • Desenvolver a imaginação e criatividade; • Promover a socialização. • Também se pretende promover atitudes e valores tais como: • Tolerância; • Amizade; • Partilha; • Interajuda.	• Alunos • Docentes Ajudantes de Ação Educativa	Humanos: • Alunos • Docentes Ajudante de Ação Educativa	• Ao longo do ano letivo.
-------------------------------	---	--	--	---

A Coordenadora Pedagógica

Sandra Jacinto

26-11-2025

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 846 889
Rua Fialho de Almeida nº 8 e 8A
2910-453 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

Definição

O **Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão - CACI** é uma resposta social destinada a desenvolver atividades de capacitação e de ocupação para pessoas com deficiência, que visa a promoção da sua qualidade de vida, autonomia e bem-estar, possibilitando um maior acesso à comunidade e aos seus recursos, tendo por base as necessidades, capacidades e nível de funcionalidade específicos destes cidadãos.

O **CACI Sado** situa-se na Rua Vale das Cerejeiras, 26, 2910-902 Setúbal e é uma das valências da APPACDM de Setúbal – Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental de Setúbal.

Destinatários

O CACI Sado destina-se a pessoas com deficiência, com idade igual ou superior a 18 anos que, temporária ou permanentemente, não possam dar continuidade ao seu percurso formativo ou exercer uma atividade profissional, ou se encontrem em processo de inclusão socioprofissional.

Âmbito Geográfico

Os nossos destinatários, população-alvo, são provenientes dos concelhos de Setúbal e de Palmela.

Capacidade

O **CACI Sado** tem capacidade para 35 utentes, segundo o acordo estabelecido com o Instituto de Segurança Social /Centro Distrital de Setúbal em 1991 (ano de entrada em funcionamento) e revisto em 2014. Frequentam atualmente o Centro, 35 utentes, 20 homens e 15 mulheres, com idades compreendidas entre os 19 e 74 anos de idade.

Objetivos

- * Criar condições que visem a inclusão social e a valorização pessoal das pessoas com deficiência;
- * Desenvolver estratégias de promoção da autonomia pessoal e social, bem como da autoestima das pessoas com deficiência, através do envolvimento e participação ativa dos/as próprios/as na definição das atividades a desenvolver;

- * Promover o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e relacionais, tendo em conta o perfil, as aptidões, os interesses e necessidades das pessoas com deficiência, com vista a capacitar e maximizar as suas oportunidades de participação social;
- * Contribuir para o bem-estar social e emocional, através da qualificação das atividades desenvolvidas, no que diz respeito ao número, variedade e natureza, privilegiando as atividades focadas na singularidade de cada pessoa com deficiência, promovendo a sua qualidade de vida;
- * Desenvolver atividades e serviços centrados em facilitar/mediar percursos de aprendizagem e de inclusão, que possibilitem um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades;
- * Fomentar a participação ativa das pessoas com deficiência, da respetiva família e/ou representante legal na definição do projeto de vida da pessoa com deficiência, que se consubstancia na celebração do plano individual de inclusão (PII);
- * Promover medidas e ações de capacitação e de aprendizagem ao longo da vida, observando a evolução das características individuais de cada destinatário, potenciando sempre a sua autonomia e inclusão;
- * Dinamizar ações de inclusão na comunidade, que promovam a alteração das representações, dos valores e das atitudes da sociedade face às pessoas com deficiência, e a melhoria da sua qualidade de vida.
- * Articular, sempre que possível, com processos de transição para programas de inclusão socioprofissional

Áreas de Intervenção

Desenvolvimento de competências relacionais, pessoais e sociais;

Promoção da qualidade de vida e da interação com o meio;

Garantia do bem-estar e ocupação (quando outro nível de intervenção não seja viável);

Capacitação para a inclusão social e profissional (sempre que possível).

Serviços

Alimentação e cuidados pessoais;

Atividades terapêuticas;

Apoio terapêutico;

Promoção e desenvolvimento do bem-estar físico, emocional, psíquico e social;

Transporte;

Articulação com entidades e serviços da comunidade, nomeadamente da área da educação, saúde, segurança social, cultura, emprego e formação profissional, em prol da promoção da autonomia e inclusão das pessoas com deficiência;

Apoio na capacitação dos cuidadores informais, através de sessões de entreajuda, esclarecimento, sensibilização sobre temáticas relevantes para os mesmos.

Horário/Rotinas

08:00-09:00 – Recepção dos utentes

09.00-12.00 – Atividades de Sala /Apoios técnicos

12:00-13:30 – Almoço/Medicação/Higiene

13:30-15:45 – Atividades de Sala /Apoios técnicos

15:45-18:00 – Lanche da tarde /Saída dos utentes/Transportes

Recursos Humanos

- 1 Coordenadora Técnica /Assistente Social (35h/semana; 50%+50%);
- 1 Psicóloga (35h/semana; 100%)
- 1 Técnico de Reabilitação (10h/semana)
- 1 Terapeuta Ocupacional (10.30h/semana)
- 4 Monitoras;
- 4 Ajudantes de Ação Educativa
- 1 Ajudante Serviços Gerais
- 1 Professor de andebol adaptado (1.30h/semana)
- 1 Professor de equitação adaptada (1.30h/semana)

Tipologia das Atividades a Desenvolver

Atividades Ocupacionais - visam garantir o conforto e bem-estar dos destinatários, mantendo-os motivados na realização das suas atividades de vida diária, com vista ao desenvolvimento das suas potencialidades,

Atividades Terapêuticas – visam o desenvolvimento de intervenções de reabilitação psicossocial, através do estímulo e preservação das capacidades cognitivas, sensoriais e motoras, com o objetivo de capacitar as pessoas com deficiência para o desenvolvimento das suas aptidões físicas, intelectuais e emocionais, necessárias à sua vida autónoma;

Atividades de Interação com o meio – têm por objetivo desenvolver as competências pessoais, sociais e relacionais das pessoas com deficiência, estimulando a sua capacitação cognitiva e a sua socialização, mediante a realização e o envolvimento em experiências diversificadas na comunidade;

Atividades socialmente úteis – visam o treino de competências sociais e profissionais em contexto real de trabalho, devendo de ser privilegiado o seu desenvolvimento em entidade externa ao CACI;

Atividades de qualificação para a inclusão social e profissional – visam o desenvolvimento das competências pessoais, profissionais e de participação social da pessoa com deficiência, com vista à sua autonomia e vida independente, mediante o cumprimento de um Plano Individual de Transição (PIT) para programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades com os demais cidadãos.

Atividades e Projetos a Desenvolver

Calendarização	Atividades/Projetos	Objetivos	Recursos Internos	Recursos Externos	Indicadores
Janeiro a Dezembro	Atividades Ocupacionais/capacitação	Oficina Artes Educativas	Proporcionar uma maior liberdade criativa de forma a estimular a imaginação melhorar a autoestima a socialização e a capacidade de expressão dos utentes da oficina. Desenvolver atividades com intuito de manter as competências na área da escrita, leitura, interpretação, cálculo e TIC. Manutenção da rede social facebook e instagram.	Monitora Ajudante ação educativa Utentes	Nº de vezes que o utente participa nas atividades
			Desenvolver o potencial criativo dos utentes através da exploração de diversos materiais e técnicas tais como: dobragens de papel, pintura, modelagem, cerâmica, recortes, colagens e jogos.	Monitora Ajudante ação educativa Utentes	
		Oficina Bem-Estar	Promover a realização de diversas técnicas, estimular sensorialmente, promover a motricidade fina e a destreza manual, através de: pintura, modelagem, corte e exploração de texturas.	Monitora Ajudante ação educativa Utentes	

		Oficina Artes Manuais	Desenvolver e estimular competências relacionadas com o manuseamento de vários tipos de ferramentas e materiais. Criar trabalhos com o objetivo de saber aperfeiçoar para torna-los vendáveis Desenvolver competências sociais no âmbito do atendimento ao público. Incentivo ao trabalho de equipa, ao apoio mútuo, respeito e cooperação.	Monitora Ajudante ação educativa Utentes		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
Janeiro a Dezembro		AVD'S Cozinha	Promover o conhecimento e o desenvolvimento de atividades de culinária, evitando o desperdício alimentar. Preparação dos lanches Preparação dos tabuleiros e distribuição das refeições (almoços e lanches).	Monitoras, Ajudantes e Utentes. Espaço: Cozinha e Refeitório		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		AVD'S No Exterior do CACI SADO	Limpeza/Manutenção e rega das plantas e limpeza do espaço exterior.	Monitoras, Ajudantes e Utentes. Espaço Exterior		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Projeto "O Verdocas"	Educação e sensibilização ambiental. Reciclagem	Monitora Todos os Utentes		Nº de vezes que o utente participa nas atividades

		Projeto "Oficina das Festas"	Promover, divulgar e desenvolver competências na Área da expressão plástica. Angariação de verbas para as oficinas envolvidas.	Monitoras Utentes das várias oficinas		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Projeto "TIC" Tecnologia de Informação e Comunicação.	Introduzir os computadores, tablets, telemóveis, e redes sociais como instrumento de comunicação, com intuito de desenvolver novas competências e como ferramenta para manter as competências na área da escrita, leitura e cálculo. Divulgação das atividades desenvolvidas em centro através das redes sociais.	Monitora Alguns utentes de várias oficinas. Espaço: Oficina de Artes Educativas		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
Janeiro a Dezembro	Atividades de Interação com o Meio	Projeto Envelhe`Seres	Proporcionar encontros inter-generacionais, com seniores das instituições. Momentos de partilha, diversão e interação em diversas atividades tais como: dança, música, passeios, almoços de convívio, poesia, teatro...	Monitoras Ajudantes ação educativa Todos os utentes.	Câmara Municipal de Setúbal	

		Projetos GPI “Grandes e Pequenos em Interação”.	Proporcionar encontros intergeracionais e sensibilizar para a deficiência. Desenvolver competências pessoais, sociais, relacionais, estimular a capacidade cognitiva e socialização em escolas, com crianças de pré-escolar. Dar a conhecer as capacidades dos utentes com deficiência intelectual e multideficiência, através de atividades lúdicas ou criativas destruído mitos e preconceitos relacionados com os jovens/adultos com deficiência.	2 Monitoras Utentes	Câmara Municipal de Setúbal Escola Básica da Azeda (pré-escolar)	Nº de vezes que o utente participa nas atividades
--	--	---	---	-----------------------------------	--	--

		Saídas à Comunidade (Caminhadas, ida às compras ao café, restaurantes, cinema, eventos, ateliers, exposições, etc.)	Desenvolver e reforçar competências pessoais e sociais estimulando a capacidade cognitiva, a autonomia e a socialização dos utentes. Proporcionar a participação em atividades na comunidade e a aproximação a espaços e contextos do meio envolvente. Promover a adequação de comportamentos ao meio e a diferentes contextos.	Monitoras Ajudantes ação educativa Todos os utentes.	Diferentes espaços da comunidade e meio envolvente	Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Atividades de Verão Piqueniques, Praia Piscina, Passeios	Desenvolver competências pessoais, sociais e relacionais; Promover a socialização, a coesão de grupo, o convívio e o lazer; Percecionar elementos do meio ambiente e da natureza e estimular sensorialmente; Promover a valorização das Pessoas com Deficiência, por parte dos demais, pelo acesso a transportes, espaços públicos, e formas de lazer partilhadas; Desenvolver competências ao nível de comportamentos adequados	Monitoras, Ajudantes ação educativa Todos os utentes	Diferentes espaços da comunidade e meio envolvente	Nº de vezes que o utente participa nas atividades

		Colônia de Férias	Desenvolver competências, sociais e relacionais. Promover a socialização e a coesão de grupo entre a equipe e os utentes. Desenvolver competências de autonomia, entreajuda e autodeterminação. Promover a cidadania e participação social dos nossos utentes. Promover a valorização das Pessoas com Deficiência. Permitir o descanso do cuidador.	Monitoras Ajudantes ação educativa Técnicos Locais ainda a serem avaliados. Orçamento será enviado à Direção para aprovação		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
Janeiro a Dezembro	Atividades Socialmente Úteis	Projeto "TransformArte"	Aproveitamento de restos de diversos materiais (madeira, cartão, vidro...) para criação de objetos úteis e atrativos, que serão posteriormente vendidos. Este projeto junta a vertente da inclusão com a valorização por parte da comunidade dos trabalhos por eles criados, que podem ser adquiridos por encomendas personalizadas. Pretende-se o envolvimento da maior parte dos utentes, mesmo os com mais limitações, nas diversas fases do projeto.	Monitora Ajudante ação educativa Alguns utentes de várias oficinas. Espaço: Oficina das Artes Manuais.		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Criação de objetos para venda	Criação de objetos com padrões de qualidade adequados a venda com o objetivo de angariação de fundos para as oficinas. Promover a valorização dos utentes e dos trabalhos por eles desenvolvidos. Desenvolver competências ao nível de comportamentos adequados em ambientes de exposição social.	Todos as monitoras, ajudantes e utentes.	Espaços Exteriores: Auchan, Quiosque In'Comum	Nº de vezes que o utente participa nas atividades

Janeiro a Dezembro	Atividades Terapêuticas/Apoios especializados	Terapia Ocupacional	As ocupações são centrais para a identidade e para noção de competência do cliente e têm um valor e significado particular para o mesmo. A atuação da Terapia Ocupacional centra-se nos clientes (pessoas, organização e/ou população) e na sua <u>envolvência</u> em atividades do dia a dia ou ocupações que queiram e necessitem, de forma a apoiar a sua <u>saúde</u> e a sua <u>participação</u> na vida. O <i>Domínio</i> da atuação da Teoria Ocupacional abrange: - <i>Áreas de ocupação</i> (sono/descanso; atividades de vida diária básicas; atividades de Vida diária instrumentais; Jogar/brincar; Participação Social; Lazer; Educação; Trabalho); - <i>Fatores do Cliente</i> (Valores, crenças e espiritualidade; Funções e Estruturas do Corpo); - <i>Competências de Desempenho Ocupacional</i> (Competências Práticas e motoras; Preceptivo-sensoriais; Regulação Emocional; Cognitivas; Sociais e de Comunicação); - <i>Padrões de Desempenho Ocupacional</i> (Hábitos; rotinas;	Terapeuta Ocupacional Utentes: Todos	Nº de vezes que o utente participa nas atividades
-----------------------	---	---------------------	--	---	---

					papéis; rituais); - <i>Contexto e Ambiente</i> (Pessoal; Cultural; Físico; Social; Espiritual; Virtual); - <i>Requisitos das atividades</i> (relevância e importância para o cliente; objetos usados e suas propriedades; Espaço; Social; Sequência e Tempo; Ações; Funções e Estruturas). O <i>Processo da Terapia Ocupacional</i> contempla a avaliação: - <i>Perfil Ocupacional; Análise do Desempenho Ocupacional.</i> O <i>Processo da Terapia Ocupacional</i> inclui diferentes tipos de <u>intervenção</u>: - <i>Uso terapêutico de eu; Uso terapêutico de ocupações e atividades (métodos preparatórios; atividades com propósito; atividades baseadas na ocupação); Processo de Consultadoria; Processo de Educação; Advocacia.</i> O <i>Processo da Terapia Ocupacional</i> assenta em diferentes abordagens de <u>intervenção</u>: -<i>Criar/Promover; Estabelecer/Restaurar; Manter; Modificar/adaptar;</i>
--	--	--	--	--	--

				<i>Prevenir/impedir.</i> O Processo da Terapia Ocupacional procura como resultados (diferentes tipos): - <i>Desempenho Ocupacional; Adaptação; Saúde e bem-estar; Participação; Prevenção; Qualidade de Vida; Competência de Papéis; Auto advocacia; Justiça Ocupacional.</i> "Ocupação é usada para significar tudo que as pessoas querem, precisam ou devem fazer, seja de natureza física, mental, social, sexual, política e/ou espiritual, incluindo sono e descanso. Também refere-se a todos os aspetos reais do fazer, ser e tornar-se humano e também ao de pertencer. Meio prático e do dia-a-dia de auto-expressão, de fazer ou experimentar sentido, a ocupação é o elemento ativista da existência humana, sejam as ocupações contemplativas, reflexoras e meditativas ou baseadas em ações" (Wilcock & Townsend, 2014).
--	--	--	--	--

Janeiro a Dezembro	Psicologia	Promover competências adaptativas que aumentem a autonomia nas atividades de rotina diária; Intervir nas dimensões emocional, social, ocupacional e relacional com foco na melhoria global dos utentes; Estimular capacidades cognitivas através de atividades estruturadas e funcionais; Promover competências de comunicação, compreensão de regras sociais e interação social; Colaborar e articular com famílias e equipa de apoio no sentido de alinhar estratégias, expectativas e rotinas.	Psicóloga Todos os utentes Apoio individual Dinâmicas de grupo		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
	Snoezelen	Estimular os sistemas sensoriais (visual, auditivo, tátil, olfativo e proprioceptivo) e desenvolver a consciência corporal através de atividades estruturadas; Promover a autorregulação emocional e comportamental através de estímulos sensoriais calmantes; Aumentar a capacidade de atenção, foco e permanência na tarefa através de atividades	Psicóloga utentes Materiais sensoriais	Sala snoezelen CACI Tróia	Nº de vezes que o utente participa nas atividades

		orientadas; Promover a interação positiva com a terapeuta e com os pares.			
Atividade Física/Reabilitação		Promover desenvolvimento motor, cognitivo e social; Melhorar autonomia funcional e qualidade de vida; Trabalhar coordenação, precisão e foco; Promover bem-estar emocional e hábitos saudáveis; Melhorar mobilidade, força e equilíbrio; Trabalhar postura e marcha; Incentivar rotinas de exercício regular	Técnico Atividade Física/Reabilitação Todos os utentes Apoio Individual Apoio em grupo Material: Cones, arcos, elásticos, bolas, cadeiras, bancos, bolas pilates, escadas de coordenação		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Melhorar coordenação óculo-manual; Desenvolver tomada de decisão e estratégia; Reforçar estabilidade corporal Estimular fair-play e regras de jogo.	Técnico Atividade Física/Reabilitação Utentes Kit Boccia		Nº de vezes que o utente participa nas atividades
		Melhorar a velocidade de reação e mobilidade dos membros superiores;	Técnico Atividade Física/Reabilitação Utentes		Nº de vezes que o utente participa nas atividades

		Trabalhar atenção, foco e regras de jogo; Estimular fair-play e interação social.	Kit Polybat		
	Andebol Adaptado	Aguarda-se objetivos	Treinador de andebol	Pavilhão Vitória Setúbal	
	Equitação Adaptada	Estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental social e emocional, através do contacto com os cavalos, no montar e no seu cuidado. Objetivos Gerais: Proporcionar aos utentes uma aproximação gradual ao cavalo e às diversas atividades a si inerentes. Desta forma pretende-se estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional, estimulando as suas potencialidades e respeitando os seus limites. Objetivos Específicos: - Desenvolver o equilíbrio corporal e emocional; - Estimular a independência na condução e na interação com o cavalo; - Despertar a autoconfiança e autoestima; - Estimular a capacidade de atenção e concentração;	Professor de Equitação Ajudante ação educativa Utentes	Escola de equitação da APPACDM de Setúbal	Nº de vezes que o utente participa nas atividades

			- Desenvolver as suas capacidades de socialização; - Estímulo de sensações e percepções que promovem o afeto; - Atribuir a noção de espaço e postura; - Proporcionar uma respiração correta; - Aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera; - Diminuir a agressividade e a intolerância à frustração. - Melhorar a coordenação motora, flexibilidade e força muscular; - Introduzir as noções básicas de equitação.			
	Serviço Social		Estabelecer a ligação entre a família e a instituição, facilitando a comunicação entre as partes, e atuando na identificação das necessidades de forma a garantir o acesso aos diversos recursos institucionais e da comunidade. Promover a qualidade de vida dos utentes e suas famílias através da intervenção com o objetivo de encontrar respostas sociais integradas e ajustadas	Assistente Social	Articulação com instituições e recursos da comunidade	

Calendarização das Atividades 2026

Janeiro	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda Cantar das Janeiras no Bairro do nosso Centro, Festa de Reis
Fevereiro	Participação em atividades Grupo Envelheseres
	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda
	Comemoração Carnaval no Centro
	Comemoração Carnaval Grupo Envelheseres
Março	Comemoração Dia dos Namorados
	Tarde de Fados, Casarão, EnvelheSeres
	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda
	Comemoração Dia da Mulher no Centro
Abril	Março Mulher EnvelheSeres
	Expressarte – ensaios
	Marchas Populares - ensaios
	Comemoração da Páscoa no Centro
	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda
	Expressarte – ensaios

	Marchas Populares - ensaios
Maio	Comemoração aniversário do Centro Participação atividades Grupo Envelheseres Apresentação Espetáculo – Expressarte Venda do pirilampo mágico Marchas Populares - ensaios Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda
Junho	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda Participação Marchas Populares APPACDM
Julho	Atividades de Verão: Praia Albarquel/Troia Participação Atividades Grupo Envelheseres Visitas exposições/espacos da cidade Atividades de Verão: Praia Troia; almoço/convívio do Centro
Agosto	Encerrado para Férias
Setembro	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Luísa Todi 24h a mexer pela saúde e inclusão Colónia de férias do centro
Outubro	Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda

	Participação atividades Grupo Envelheseres
Novembro	Comemoração São Martinho no Centro Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda
Dezembro	Participação atividades Grupo Envelheseres Projeto Grandes e Pequenos em Interação GPI Escola Azeda Participação em atividades Grupo Envelheseres Preparação da Árvore e Festa de Natal no Museu do Trabalho Festa de Natal do Centro

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
 PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
 CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
 N.º I.P.C.: 504 648 969
 Rua João de Almeida, nº 8 e 8A
 2510-463 SETÚBAL
 Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

dui
26-11-2025

Plano de
Atividades

2026

CACI TRÓIA

Plano de Atividades

Definição.....	3
Destinatários	3
Âmbito Geográfico	3
Capacidade	3
Princípios orientadores	3
Objetivos.....	4
Organização	5
Recursos Humanos	5
Áreas de Intervenção e Serviços Especializados	6
○ Serviço Social	
○ Psicologia	
○ Motricidade Humana	
○ Terapia Ocupacional	
Serviços.....	11
Tipologia de atividades.....	12
Planificação das atividades.....	13

1. Definição

O Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI) é uma resposta social destinada a desenvolver atividades ocupacionais para pessoas com deficiência, visando a promoção da sua qualidade de vida, possibilitando um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades, constituindo um meio de capacitação para a inclusão, em função das respetivas necessidades, capacidades e nível de funcionalidade.

O CACI Tróia situa-se na Avenida S. Francisco Xavier, lote 8, cave, 2900-616, na cidade de Setúbal e é uma das valências da APPACDM de Setúbal – Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão com Deficiência Mental de Setúbal.

2. Destinatários

O CACI Tróia destina-se a pessoas com deficiência, com idade igual ou superior a 18 anos, que não possam por si só, temporária ou permanentemente, dar continuidade ao seu percurso formativo ou exercer uma atividade profissional, ou ainda que se encontrem em processo de inclusão socioprofissional, designadamente entre experiências laborais.

3. Âmbito Geográfico

O CACI Tróia dá resposta maioritariamente a utentes residentes no concelho de Setúbal, integrando atualmente um utente residente no concelho de Palmela.

4. Capacidade

O CACI Tróia tem capacidade para 35 utentes, conforme regulamentado em acordo estabelecido com o Instituto de Segurança Social, IP/Centro Distrital de Setúbal em 1995.

Os utentes que frequentam o CACI Tróia têm idades compreendidas entre os 18 anos e os 73 anos de idade, sendo que dois deles estão, atualmente, em Inclusão Socioprofissional.

- a) Singularidade - a abordagem à pessoa com deficiência deve ser feita de modo diferenciado, tendo em consideração as suas circunstâncias pessoais e o seu contexto de vida;
- b) Não discriminação – nenhuma pessoa pode ser discriminada com base na deficiência, direta ou indiretamente, ou deixar de beneficiar de medidas de ação positiva que garantam o exercício dos seus direitos e deveres de participação social;
- c) Autodeterminação – preconiza o direito da pessoa com deficiência a decidir sobre a definição e a condução da sua própria vida;
- d) Autonomia – a pessoa com deficiência tem o direito de decidir sobre a definição e a condução da sua própria vida;
- e) Participação – direito da pessoa com deficiência em participar de forma plena e efetiva na sociedade em condições de igualdade aos demais cidadãos e cidadãs;
- f) Informação – a pessoa com deficiência tem direito a ter acesso a toda a informação que lhe diga respeito e a ser informado sobre os seus direitos e deveres;
- g) Qualidade – as pessoas com deficiência têm o direito a bens e serviços de qualidade que respondam às suas necessidades;
- h) Cidadania – as pessoas com deficiência têm o direito a usufruir das condições necessárias e suficientes para aceder a todos os bens, serviços e contextos de vida, em condições de equidade, bem como o direito e o dever de desempenhar um papel ativo no desenvolvimento da sociedade;
- i) Inclusão – a sociedade deve de se organizar de modo a acolher todas e todos os cidadãos e cidadãs independentemente das suas características e da sua funcionalidade, de modo a que possam viver integrados na comunidade usufruindo de todos os recursos disponíveis em equidade com os demais cidadãos e cidadãs.

6. Objetivos

- a) Criar condições que visem a valorização pessoal e a inclusão social de pessoas com deficiência;
- b) Desenvolver estratégias de promoção da autoestima e da autonomia pessoal e social, através do envolvimento e participação ativa dos/as próprios/as na definição das atividades a desenvolver;
- c) Promover o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e relacionais, com vista a capacitar e maximizar as suas oportunidades de participação social e económica;
- d) Contribuir para o bem-estar emocional e social, através da qualificação das atividades desenvolvidas, no que diz respeito ao número, variedade e natureza, privilegiando as atividades focadas na singularidade de cada pessoa com deficiência, promovendo o seu bem-estar qualidade de vida;
- e) Articular os processos de transição para programas de inclusão socioprofissional ou de reabilitação profissional;
- f) Desenvolver atividades e serviços centrados em facilitar/mediar percursos de aprendizagem e de inclusão, que permitem um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades;
- g) Fomentar a participação ativa das pessoas com deficiência, da respetiva família e/ou representante legal na definição do projeto de vida da pessoa com deficiência, que se consubstancia na celebração do Plano Individual de Inclusão (PII);
- h) Promover medidas e ações de capacitação e de aprendizagem ao longo da vida, potenciando sempre a autonomia e inclusão de cada destinatário;
- i) Dinamizar ações de inclusão na comunidade, que promovam a alteração das representações, valores e das atitudes da sociedade face às pessoas com deficiência e a melhoria da qualidade de vida.

7. Organização

- 4 salas de Atividades Ocupacionais
- 1 sala de Snoezelen
- 1 sala de atendimento
- 1 gabinete técnico
- 1 sala de arrumos
- 1 sala de intervenção terapêutica
- 1 refeitório
- 1 cozinha

8. Recursos Humanos

A equipa do Centro de Atividades para a Capacitação e Inclusão é composta por:

- Psicóloga (50%);
- Direção Técnica (50%)
- Técnico Superior de Serviço Social (50%);
- 1 Terapeuta Ocupacional (10%)
- 4 Monitores (100%);
- 4 Ajudantes de Ação Educativa (100%)
- 1 Empregada Auxiliar de Serviços Gerais (100%)

9. Áreas de Intervenção e Serviços Especializados

O Centro de Atividades para a Capacitação e Inclusão prossegue os seus objetivos nas seguintes áreas de intervenção:

- a) Desenvolvimento de competências relacionais, pessoais e sociais;
- b) Promoção do bem-estar, da qualidade de vida, da ocupação e da interação com o meio;
- c) Capacitação para a inclusão social e profissional

9.2. Serviços Especializados

- Serviço Social
- Psicologia
- Motricidade Humana /Desporto Adaptado
- Terapia Ocupacional
- Andebol

9.2.1. Serviço Social

O Serviço Social atua sempre no sentido de promover a qualidade de vida dos utentes e suas famílias, através da procura e adoção das respostas mais adequadas à satisfação das necessidades dos diferentes contextos socioeconómicos e familiares, a par da premissa de que, a pessoa com deficiência, pode ver desenvolvidas competências ao nível de aquisição de maior autonomia, realização pessoal e integração social, para poder usufruir plenamente dos seus direitos enquanto cidadão.

A função do Serviço Social engloba diversas tarefas que passam, primeiramente, pela análise das necessidades sociais e económicas do agregado familiar, através de atendimentos e trabalho direto com as famílias, de forma a elaborar o diagnóstico social e, consequentemente, para a realização de várias diligências como visitas domiciliárias, articulação/encaminhamento com e para os serviços comunitários, acompanhamento a consultas médicas, entre outras que daí surjam como pertinentes para a satisfação das necessidades diagnosticadas e/ou empoderamento das famílias, de modo a favorecer/facilitar a sua integração social e garantir, sempre que possível, a satisfação das suas necessidades básicas. Fazem, ainda, parte das suas atribuições, a elaboração, acompanhamento e avaliação dos Planos Individuais de Inclusão e a participação nas atividades da valência em geral e do sector de Serviço Social em específico.

O serviço de Psicologia tem como objetivo geral contribuir com conhecimentos desta área para a promoção da qualidade de vida dos utentes. A sinalização dos utentes para intervenção poderá ser realizada por qualquer elemento da equipa do CACI ou pelas famílias, podendo igualmente os utentes manifestar a sua vontade/necessidade de intervenção. Após a sinalização, é feita uma avaliação (necessidades e competências) e estabelecidos métodos e objetivos de intervenção.

A nível da intervenção com os utentes, a mesma ocorre em várias atividades:

- Apoio (psicológico) individual: acompanhamento semanal, individualizado, que tem como objetivo dar resposta às problemáticas do utente, com respeito pelas suas características e competências, de forma a potenciar o seu bem-estar biopsicossocial;
- Promoção de competências cognitivas: intervenção em grupo, que tem como objetivo estimular diferentes aspetos da cognição, entre os quais atenção, concentração, memória, discriminação visual, raciocínio lógico e numérico e orientação espaciotemporal, de forma a desenvolver/manter as competências cognitivas dos utentes;
- Promoção de competências pessoais, sociais e afetivas: intervenção em grupo, que tem como objetivo promover o autoconhecimento e o conhecimento do outro, promover relações positivas com os pares, refletir sobre forma como o comportamento afeta o outro, desenvolver competências ao nível da comunicação (expor ideias, ouvir ideias dos outros, participar no diálogo), promover de competências emocionais (consciência emocional, controlo e regulação das emoções, adequação das emoções e comportamentos às diferentes situações e contextos);
- Snoezelen: intervenção individual, que tem como objetivo promover o equilíbrio e estabilidade física e emocional, introduzir estados de relaxamento e bem-estar facilitadores de outras aquisições, proporcionar ambiente de liberdade e de descoberta.

É ainda da responsabilidade do serviço de Psicologia colaborar na articulação com serviços da instituição e da comunidade e significativos do utente, realizar o acompanhamento dos utentes a consultas de Psiquiatria (quando o utente/famílias o solicitam), elaborar de registos e relatórios, participar em atividades do centro e colaborar no acompanhamento e formação da equipa.

De salientar que o trabalho desenvolvido pelo serviço de Psicologia é realizado tendo por base, simultaneamente, o regulamento interno da instituição e o Código Deontológico dos Psicólogos Portugueses.

9.3. Serviço de Motricidade Humana

Neste Serviço, são dinamizadas diversas atividades de psicomotricidade, desporto adaptado e/ou estimulação sensorial, de acordo com as necessidades, competências, motivações e expectativas dos clientes, promovendo, deste modo, o seu bem-estar Bio-Psico-Social e a sua reabilitação funcional.

9.3.1. Motricidade Humana / Desporto Adaptado

A Motricidade Humana/ Desporto Adaptado, em contexto de CACI, incide, sobretudo, num campo de ação reeducativo ou terapêutico, intervindo em problemas de desenvolvimento, de aprendizagem e/ou do comportamento que comprometem a qualidade de vida do indivíduo em vários domínios.

A Atividade Motora Adaptada (andebol, equitação, boccia, entre outros) pode assumir, como finalidade, objetivos relacionados com saúde, condição física, lazer, recreação ou até competição, sendo todas as atividades, adaptadas com base nas características biopsicossociais da população envolvida.

Os responsáveis por cada atividade, dão as orientações técnicas no desenvolvimento de cada uma, e colaboram de forma efetiva na elaboração dos Planos Individuais de Inclusão.

9.3.2. Equitação Adaptada

A equitação é uma atividade de frequência semanal, que pretende proporcionar aos utentes autonomia na condução do cavalo e às diversas atividades a si inerentes, estimulando o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional e, por consequência, as suas potencialidades e seus limites.

No maneio, pretende desenvolver a autonomia dos utentes no maneio do cavalo assim como desenvolver noções de limpeza e do ato de cuidar, estimulando a independência na interação com o cavalo, a capacidade de cooperação; o estímulo de sensações e perceções que promovem o afeto, atribuir a noção de ritmo e sequência no maneio do cavalo e aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera.

9.4. Terapia Ocupacional

As ocupações são centrais para a identidade e para noção de competência do cliente e têm um valor e significado particular para o mesmo.

A atuação da Terapia Ocupacional centra-se nos clientes (pessoas, organização e/ou população) e na sua envolvimento em atividades do dia a dia ou ocupações que queiram e necessitem, de forma a apoiar a sua saúde e a sua participação na vida.

O Processo da Terapia Ocupacional contempla a avaliação:

- Perfil Ocupacional; Análise do Desempenho Ocupacional.

O Processo da Terapia Ocupacional inclui diferentes tipos de intervenção:

- Uso terapêutico de eu; Uso terapêutico de ocupações e atividades (métodos preparatórios; atividades com propósito; atividades baseadas na ocupação); Processo de Consultadoria; Processo de Educação; Advocacia.

O Processo da Terapia Ocupacional assenta em diferentes abordagens de intervenção:

- Criar/Promover; Estabelecer/Restaurar; Manter; Modificar/adaptar; Prevenir/impedir.

O Processo da Terapia Ocupacional procura como resultados (diferentes tipos):

- Desempenho Ocupacional; Adaptação; Saúde e bem-estar; Participação; Prevenção; Qualidade de Vida; Competência de Papéis; Auto advocacia; Justiça Ocupacional.

“Ocupação é usada para significar tudo que as pessoas querem, precisam ou devem fazer, seja de natureza física, mental, social, sexual, política e/ou espiritual, incluindo sono e descanso. Também refere-se a todos os aspetos reais do fazer, ser e tornar-se humano e também ao de pertencer. Meio prático e do dia-a-dia de auto-expressão, de fazer ou experimentar sentido, a ocupação é o elemento ativista da existência humana, sejam as ocupações contemplativas, reflexoras e meditativas ou baseadas em ações” (Wilcock & Townsend, 2014).

9.5 Andebol

Aguarda-se os objetivos da referida modalidade desportiva

- a) Alimentação e cuidados pessoais;
- b) Apoio terapêutico;
- c) Promoção e desenvolvimento do bem-estar físico, emocional, psíquico e social;
- d) Transporte;
- e) Apoio na capacitação dos cuidadores informais

A rotina estrutura o quotidiano, orientando e organizando o grupo e, consequentemente, diminuindo a ansiedade a respeito do que é imprevisível ou desconhecido e otimizando o tempo disponível do grupo. A construção da rotina do grupo torna-se assim um exercício disciplinar que envolve prioridades, opções, dosagem das atividades e adequações às necessidades individuais.

Desta forma, o CACI Tróia tem estruturado o seu dia-a-dia da seguinte forma:

- 08h00 – 10h00 – Chegada dos utentes / Lanche da manhã
- 09h30 – 12h30 – Atividades (de acordo com horário de cada utente) / Higiene
- 12h30 – 14h00 – Almoço / Tempo livre
- 14h00 – 15h30 – Atividades (de acordo com horário de cada utente) / Higiene
- 15h30 – 16h00 – Lanche
- 16h00 – 17h30 – Tempo livre / Saída dos utentes

O horário apresentado é uma referência, podendo ocorrer alterações, desde que justificadas e necessárias. De referir que a higiene dos utentes, para além dos tempos estipulados, é efetuada sempre que é necessário.

Tendo em conta as capacidades, funcionalidades, interesses e necessidades dos destinatários, as atividades devem ser planeadas e organizadas de forma individualizada, valorizando as escolhas, necessidades, interesses e vontades da pessoa com deficiência.

Deste modo:

- a) **Atividades Ocupacionais** – visam garantir o conforto e bem-estar dos destinatários, mantendo-os motivados na realização das suas atividades de vida diária, com vista ao desenvolvimento das suas potencialidades, autonomia, e equilíbrio físico, emocional e relacional, proporcionando, sempre que possível, a transição para programas de inclusão socioprofissional;
- b) **Atividades Terapêuticas** – visam o desenvolvimento de intervenções de reabilitação psicossocial, através do estímulo e preservação das capacidades cognitivas, sensoriais e motoras, com o objetivo de capacitar as pessoas com deficiência para o desenvolvimento das suas aptidões físicas, intelectuais e emocionais, necessárias à sua vida autónoma;
- c) **Atividades de Interação com o Meio** – têm por objetivo desenvolver as competências pessoais, sociais e relacionais das pessoas com deficiência, estimulando a sua capacitação cognitiva e a sua socialização, mediante a realização e o envolvimento em experiências diversificadas na comunidade;
- d) **Atividades Socialmente Úteis** – visam o treino de competências sociais e profissionais em contexto real de trabalho, devendo de ser privilegiado o seu desenvolvimento em entidade externa ao CACI;
- e) **Atividades de Qualificação para a Inclusão Social e Profissional** – visam o desenvolvimento das competências pessoais, profissionais e de participação social da pessoa com deficiência, com vista à sua autonomia e vida independente, mediante o cumprimento de um Plano Individual de Transição (PIT) para programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades com os demais cidadãos.

12. Planificação das Atividades

Tipo de atividades	Atividades	Objetivos	Indicadores de avaliação Definição	Instrumentos	Recursos (Humanos, Materiais; internos ou externos à Instituição)
Atividades Ocupacionais	Atividades recreativas/ ocupacionais (e.g., ouvir música, dançar, jogar jogos, fazer puzzles, convívio entre utentes e colaboradores)	Garantir o conforto e bem-estar dos utentes, promover estados emocionais positivos, promover a socialização e a coesão grupal.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.	Livro de Ponto	Equipa da sala Equipa técnica
	Expressão plástica	Estimular a motricidade fina e a destreza manual, promover a expressão artística como forma de comunicação, fomentar a criatividade.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		Equipa da sala Equipa técnica
	Celebração de diferentes datas festivas (e.g., Natal, Páscoa, Dia da Mãe/do Pai/da Mulher/da Criança, Carnaval)	Promover a estruturação temporal, promover o conhecimento sobre as diferentes datas festivas, promover a socialização e coesão grupal.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		Equipa da sala Equipa técnica
Atividades Terapêuticas	Apoio psicológico individual	Promover o autoconhecimento e o desenvolvimento de um autoconceito positivo e ajustado à realidade; capacitar os utentes ao nível do conhecimento, gestão e regulação dos seus pensamentos, emoções e comportamentos; promover a capacidade de expressão de pensamentos e sentimentos de forma adequada e de acordo com as suas características pessoais; estimular a compreensão e consequente controlo dos fatores que despoletam determinados pensamentos, emoções e comportamentos; estimular a capacidade de tomada de decisões (e compreensão e aceitação das suas consequências) e resolução de problemas; promover a compreensão da importância do estabelecimento e respeito de limites.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.	Registos Técnicos	Psicóloga
	Promoção de competências cognitivas	Estimular diferentes aspetos da cognição, entre os quais atenção, concentração, memória, discriminação visual, raciocínio lógico e numérico e orientação	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da		Psicóloga

		espaciotemporal, de forma a desenvolver/manter as competências cognitivas da utente, até ao seu máximo potencial, promovendo o seu bem-estar biopsicossocial.	participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		
Terapia Ocupacional		- <i>Uso terapêutico de eu; Uso terapêutico de ocupações e atividades (métodos preparatórios; atividades com propósito; atividades baseadas na ocupação); Processo de Consultadoria;</i> <i>Processo de Educação; Advocacia.</i> - <i>Criar/Promover; Estabelecer/Restaurar; Manter; Modificar/adaptar; Prevenir/impedir.</i>			
	Promoção de competências pessoais e sociais	Promover o autoconhecimento e o conhecimento do outro, promover relações positivas com os pares, refletir sobre forma como o comportamento afeta o outro, desenvolver competências ao nível da comunicação (expor ideias, ouvir ideias dos outros, participar no diálogo), promover de competências emocionais (consciência emocional, controlo e regulação das emoções, adequação das emoções e comportamentos às diferentes situações e contextos).	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		Psicóloga
	Boccia	Conhecimento das regras e das estratégias de jogo, desenvolver a lateralidade (noção de direita e esquerda), estimular a motricidade fina; potencializar a coordenação óculo-manual, estimular a atenção/concentração e o tempo de permanência na tarefa, desenvolver técnicas de jogo, desenvolver competências cognitivas, estimular o respeito pelas regras e rotinas e desenvolver a interação com os pares e com a técnica, estimulando assim as noções de cooperação e de ajuda.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		
	AIVDs	Aumentar as competências comunicacionais, estimular a expressão verbal, desenvolver a capacidade descritiva, desenvolver a fluência do discurso em contexto de supermercado, interagir	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação,		Equipa da sala Terapeuta Ocupacional

		adequadamente com a técnica, com os pares e com os colaboradores do supermercado, estimular o respeito pelas regras e rotinas, participar de forma positiva nas atividades propostas, aumentar a autoestima.	de acordo com as suas capacidades e necessidades.		
	Snoezelen	Promover o equilíbrio e estabilidade física e emocional, introduzir estados de relaxamento e bem-estar facilitadores de outras aquisições, proporcionar ambiente de liberdade e de descoberta, estimular e despertar os sentidos da visão, audição e do tato, estimular os sistemas propriocetivo e vestibular.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		Psicóloga
	Equitação	Desenvolver o equilíbrio corporal e emocional; estimular a independência na condução e na interação com o cavalo; despertar a autoconfiança e autoestima; estimular a capacidade de atenção e concentração; desenvolver as suas capacidades de sociabilização; estímulo de sensações e percepções que promovem o afeto; atribuir a noção de espaço e postura; proporcionar uma respiração correta; aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera; diminuir a agressividade e a intolerância à frustração.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.		Professor de equitação
Atividades de Interação com o Meio	Saídas Funcionais ao Exterior / Caminhadas	Fomentar a prática regular de atividade física, promover o equilíbrio tónico-emocional; potencializar o tónus em ação, subir e descer escadas, promover a deslocação em diferentes pisos e com diferentes tipos de inclinação, desenvolver a capacidade de seguir instruções, desenvolver a capacidade de identificar e cumprir regras de segurança rodoviária, enquanto peão, desenvolver a atenção e concentração, no exterior.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.	Registos Técnicos	Monitora Ajudante
	Participação em eventos da comunidade	Promover a socialização, Aumentar a capacidade de comunicação, adequação comportamental aos diferentes contextos.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.	Livro de Ponto	Monitoras Ajudantes Equipa técnica
	Praia	Desenvolver a capacidade de identificar e cumprir regras no referido contexto, promover a autonomia pessoal e social, estimular os sentidos através do contacto com diferentes elementos (areia, água)	Uma semana no mês de junho ou de julho		Monitoras Ajudantes Equipa técnica
Atividades Socialmente	Apoio organizacional	Estimular a autonomia, promover o sentido de responsabilidade	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e		Monitoras Ajudantes Equipa técnica

Úteis			necessidades.		
	Elaboração de peças para venda	Compreender e cumprir as diferentes fases do processo de elaboração das peças, contactar com diferentes materiais/ técnicas; estimular a motricidade fina e destreza manual; estimular a atenção, concentração e criatividade; promover a autovalorização em consequência de um trabalho realizado de acordo com o planeado.			Monitoras Ajudantes Equipa técnica
Atividades de Qualificação para a Inclusão Social e Profissional	Inclusão comunitária	Desenvolvimento e aplicação de competências instrumentais de forma adequada, bem como desenvolvimento de competências pessoais e sociais enquadradas no contexto específico em que a atividade será desenvolvida.	Número de vezes que o cliente participa e qualidade da participação, de acordo com as suas capacidades e necessidades.	Registos técnicos Visitas de acompanhamento Avaliações periódicas	Equipa técnica Equipa da entidade recetora

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
 PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
 CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
 N.I.P.C.: 504 649 869
 Rua Fialho de Almeida nº 6 e 6A
 2910-493 SETÚBAL
 Telef.: 265 541 160 - Tim.: 960 470 428

26-11-2025



Plano de Atividades 2026

CACI Mourisca
Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão



PLANO DE ATIVIDADES

janeiro a dezembro 2026

Índice

	Pág.
1. Visão da resposta social CACI Mourisca	4
2. Introdução.....	4
2.1. Contextualização.....	4
3. Objetivos e metodologia	4
4. Atividades Regulares	6
5. Atividades não Regulares	11
6. Calendarização	12

1. Visão da Resposta Social CACI Mourisca

Proporcionar aos utentes atividades de capacitação e ocupação de forma a permitir-lhes uma valorização pessoal e o aproveitamento das suas capacidades remanescentes, quer na perspetiva de uma eventual integração em contexto de trabalho protegido, quer na perspetiva de os manter simplesmente ativos e interessados.

2. Introdução

A Resposta Social CACI Mourisca tem capacidade para receber 58 utentes, com idades a partir de 18 anos, com deficiência (Trissomia 21, deficiência motora, intelectual) e com Perturbações do Desenvolvimento.

Pretende-se nesta Resposta Social, promover e disponibilizar condições para os utentes que contribuam para uma vida com qualidade através do desenvolvimento de atividades terapêuticas, ocupacionais e atividades de interação com o meio, de forma a permitir-lhes uma valorização pessoal e o aproveitamento das suas capacidades remanescentes, quer na perspetiva de uma eventual integração, se possível, no regime do emprego protegido (Inclusão), quer na perspetiva de manter os utentes simplesmente ativos, interessados, criativos e criadores. Estas formas de apoio visam, por outro lado, a valorização pessoal das pessoas com deficiência e a sua integração na comunidade, o que se traduz também em ajuda às respetivas famílias.

2.1 Contextualização

Os utentes **do CACI Mourisca**, estão distribuídos por 6 salas de atividades, designadas por Sala Bem-Estar, Sala da Tina, Sala Alecrim, Sala Girassol, Sala Alfazema e Sala Narcitinos. No planeamento e organização do Plano de Atividades, recorreu-se a estratégias transversais e multidisciplinares para que as atividades planeadas assumam um carácter de diversidade, indo igualmente ao encontro das expectativas e interesses dos utentes. De sublinhar a importância assumida pelo ambiente no que diz respeito ao envolvimento da pessoa com deficiência e na sua interação com os diversos intervenientes responsáveis pela garantia do seu bem-estar, nomeadamente família e equipa de trabalho.

3. Objetivos globais de intervenção do centro

1. Promover e desenvolver potencialidades a nível emocional, cognitivo e comportamental;
2. Desenvolver e manter competências que permitam a ocupação útil em contextos institucionais, familiares e comunitários;

PLANO DE ATIVIDADES

3. Potenciar o crescimento psicossocial do utente enquanto pessoa capaz de fazer escolhas e com direito a partilhar lugares comuns, desenvolvendo competências nos domínios da autonomia pessoal e social;
4. Potenciar e fomentar o envolvimento das famílias/ou responsáveis, de forma a assumirem um papel ativo e interveniente no plano de desenvolvimento individual do utente;
5. Aproximar as famílias da Instituição através da realização de atividades em parceria;
6. Envolver a comunidade em geral, no processo de integração social dos nossos utentes.

Metodologia

O Plano Anual de Atividades (PAA), foi realizado pela equipa técnica do CACI Mourisca sendo elaborado com base nos seguintes elementos:

- Reavaliação dos planos individuais do ano anterior;
- Reformulação do documento, segundo orientações da Segurança Social;
- As avaliações das atividades propostas, constam nos registos de cada utente.

Ao longo do ano de atividades de 2026, estão previstas atividades regulares no centro, teremos também, um plano semanal de atividades que pretende vitalizar e dinamizar os nossos utentes.

4. Atividades Regulares

Atividades Regulares

Relacionadas com o desenvolvimento a ativação física ou funcional, e a estimulação sensorial e lúdica com vista a promover o bem-estar físico dos utentes.

Seguidamente, são apresentados os objetivos das atividades regulares.

Animação Sócio Cultural

- Proporcionar momentos de satisfação, interesse e entusiasmo, socialização, colaboração e interajuda, melhorar a autoestima dos utentes, promover a inclusão social com a comunidade.

Momentos Musicais

Estas sessões visam sobretudo colocar os participantes em contato com a música, com instrumentos musicais e a voz através de canções, com objetivo de que todos participem ativamente.

Objetivos desta atividade:

- Proporcionar e aproveitar o interesse revelado pelos participantes;
- Envolvência e entrega às propostas dadas;
- Sentir – se confortável e com vontade de estar presente nas sessões;
- Propor audições de músicas/cantores, de acordo com suas preferências;
- Tocar e expressar-se através dos instrumentos de percussão;
- Cantar, trautear ou vocalizar sons e melodias;
- Movimentar-se ou dançar caso se sintam confortáveis em fazê-lo;
- Divertir-se e viver cada momento com alegria.

Equitação Especial e Adaptada

- Proporcionar aos utentes uma aproximação gradual ao cavalo e às diversas atividades a si inerentes. Desta forma, pretende-se estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional, estimulando as suas potencialidades e respeitando os seus limites.

PLANO DE ATIVIDADES

Maneio

- Proporcionar aos utentes autonomia no maneio do cavalo e às diversas atividades a si inerentes. Desta forma pretende-se estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional, estimulando as suas potencialidades e respeitando os seus limites e desenvolver noções de limpeza e do ato de cuidar.

Psicomotricidade

Através de sessões de psicomotricidade individuais ou em grupo, pretende-se estimular a motricidade fina e global, promover o equilíbrio e coordenação motora, melhorar a perceção corporal, estimular o treino da marcha, aperfeiçoar a mobilidade digital, melhorar a mobilidade articular e a força muscular, assim como a postura corporal, direcionar e manter a atenção num dado estímulo, adequar a resposta tónica ao espaço, promover o relaxamento, reduzir o stress, a rigidez e a fraqueza muscular, estimular sensorialmente a nível tátil, olfativo, auditivo e visual, de modo a promover o bem-estar e manter o equilíbrio emocional e social, de cada utente.

Boccia

O Boccia é um desporto de precisão e considerada uma modalidade Paraolímpica. Através da sua prática ir-se-á desenvolver a motricidade global, promover a coordenação e noção corporal, a estruturação espacial e o controlo da tonicidade ao nível dos movimentos do braço, mão e dedos, aperfeiçoar a mobilidade digital e aumentar e aperfeiçoar o grau de liberdade articular do ombro e do punho, assim como estimular a concentração, identificar e utilizar diversos conceitos, reconhecer as regras do jogo. Pretende-se que se participe em torneios, proporcionando momentos de lazer e promovendo o gosto pelo desporto e desenvolver o espírito de equipa.

Polybat

O Polybat é um jogo inspirado no ténis de mesa, criado para as pessoas com deficiência. Pretende-se promover a coordenação e noção corporal, a estruturação espacial e o controlo da tonicidade ao nível dos movimentos do braço e mão, aumentar e aperfeiçoar o grau de liberdade articular do ombro e do punho, estimular a concentração, identificar e utilizar conceitos, assim como reconhecer as regras do jogo e participar em torneios, proporcionando momentos de lazer e promover o gosto pelo desporto.

Badminton

Através da prática do Badminton, pretende-se desenvolver a motricidade global e a coordenação óculo-manual, promover a agilidade, o equilíbrio e a rapidez de reação, melhorar a força e a resistência muscular dos membros superiores e inferiores, aperfeiçoar a precisão dos movimentos e o controlo da raquete, estimular a atenção e

a antecipação motora, fortalecer a noção espacial e a mobilidade articular, bem como promover o espírito de equipa, o gosto pela atividade física e momentos de lazer saudáveis. A atividade contribui também para a regulação do tônus muscular, para a melhoria da concentração e para o bem-estar físico e emocional dos participantes.

Mini-golfe

A prática do mini-golfe visa estimular a motricidade fina e global, promover a coordenação motora e o controlo postural, aperfeiçoar a precisão e o planeamento dos movimentos, melhorar a força controlada dos membros superiores, desenvolver a atenção, a paciência e a capacidade de resolver problemas, assim como reforçar a perceção espacial e o cálculo de distâncias. Através das regras e do ambiente de jogo estruturado, pretende-se incentivar a autonomia, a tomada de decisão, proporcionar momentos agradáveis de lazer e promover o gosto pelo desporto, podendo ainda fortalecer as interações sociais e o espírito de equipa.

Rugby

Aguarda-se objetivos.

Atividade Motora

A atividade motora, realizada de forma individual ou em grupo, tem como objetivo estimular a motricidade global e a mobilidade funcional, promover o equilíbrio, a coordenação dinâmica e o controlo postural, melhorar a força muscular e a flexibilidade articular, estimular a perceção corporal e espacial, bem como desenvolver a consciência do movimento e a capacidade de adaptação ao meio. Pretende-se também regular o tônus muscular, incentivar a autonomia nas atividades do dia a dia, reduzir a ansiedade e o stress através do movimento, proporcionar experiências sensoriais variadas e contribuir para o bem-estar físico, emocional e social de cada participante.

Oficina de Informática

- Adquirir conhecimentos informáticos na ótica do utilizador;
- Aperfeiçoar a mobilidade digital e a mobilidade da articulação punho-mão;
- Manutenção do Facebook da Resposta Social .

Dia de compras

- Promover a valorização/satisfação do utente na realização de atividade em benefício de terceiros;
- Pôr em prática conhecimentos e capacidades desenvolvidos em contexto de centro;
- Identificar produtos alimentares;
- Estimular competências pessoais e sociais.

PLANO DE ATIVIDADES

Oficina de Culinária

Com esta atividade pretende-se que os utentes adquiram competências para desempenhar as tarefas propostas, promovendo ao máximo a sua autonomia. Pretende-se também que sejam capazes de identificar produtos alimentares e como podem ser utilizados, assim como, procurar e interpretar receitas culinárias.

Oficina de Horticultura

Esta atividade destina-se à aquisição de competências para os utentes desempenharem tarefas nesta área, promovendo ao máximo a sua autonomia, através da identificação de legumes, ervas e frutas, realizando a sua plantação tratamento e colheita. Algumas das atividades que se pretendem desenvolver são: plantação manutenção de plantas no exterior, semear/plantar alfaces, couves, courgettes, plantação de ervas aromáticas, entre outros.

Atividades MacDonalds/ Banco Alimentar

- Promover a socialização;
- Percecionar elementos do meio ambiente;
- Estimular a interação com a comunidade;
- Promover o sentido de pertença;
- Manter o equilíbrio emocional e social.

Embrulhos FNAC

- Promover a socialização;
- Percecionar elementos do meio ambiente;
- Estimular a interação com a comunidade.

Psicologia

1. Promoção do Bem-Estar Psicológico

Melhorar o bem-estar emocional dos utentes através de intervenções regulares focadas na gestão emocional.

Exemplos de atividades:

- Sessões semanais de relaxamento e *mindfulness*.
- Dinâmicas de grupo para reconhecimento e expressão emocional.

2. Desenvolvimento de Competências Sociais

Estimular a capacidade de interação social e resolução de conflitos.

Exemplos de atividades:

- *Role-playing* para simular situações sociais desafiadoras.
- Jogos de cooperação que promovam o trabalho em equipa e a empatia.

3. Promoção da Autonomia

Desenvolver a capacidade de tomada de decisão e resolução de problemas.

Exemplos de atividades:

- Sessões de treino cognitivo para fortalecer habilidades de planeamento e tomada de decisão.
- Tarefas práticas que envolvam resolução de problemas do dia-a-dia (gestão de tempo, compras, organização).

4. Acompanhamento Individualizado

Fornecer apoio psicológico contínuo através de sessões individuais.

Exemplos de atividades:

- Acompanhamento psicológico para lidar com questões como ansiedade, baixa autoestima ou dificuldades de adaptação.
- Criação de planos de intervenção individual com objetivos claros e ajustados às necessidades.

5. Promoção da Inclusão Social

Aumentar a participação em atividades comunitárias melhorando a sua integração social.

Exemplos de atividades:

- Parcerias com escolas, instituições e empresas para desenvolvimento de atividades conjuntas.

6. Fortalecimento das Competências Parentais

Capacitar as famílias para melhor compreenderem e apoiarem os seus familiares com deficiência.

PLANO DE ATIVIDADES

Exemplos de atividades:

- Sessões familiares onde serão partilhadas estratégias de suporte emocional e de comunicação eficazes, com o objetivo de saberem lidar com comportamentos desafiadores, reduzindo a exaustão e o stress familiar, criando um ambiente mais favorável ao desenvolvimento dos utentes.

7. Prevenção do *Burnout* em Cuidadores

Garantir o bem-estar da equipa e cuidadores através de intervenções de apoio psicológico.

Exemplos de atividades

- Grupos de apoio psicológico para cuidadores.
- Sessões sobre gestão de stress.

Serviço Social

- Intervir, em contexto de articulação e encaminhamento, com o intuito de dar resposta a necessidades no âmbito do apoio social, de saúde, emprego ou outras respostas tanto de serviços da comunidade como dos utentes e suas respetivas famílias;
- Sensibilizar as famílias para as temáticas próximas à pessoa com deficiência, como os direitos sociais, os direitos da pessoa com deficiência, o processo do Maior Acompanhado, a existência de recursos/respostas na comunidade para promoção de maior autonomia de utentes e famílias, na sociedade em geral.

Apoio Organizacional

- Esta atividade tem como objetivo estimular a autonomia e promover o sentido de responsabilidade.

5. Atividades Não Regulares

Atividades Não Regulares

Realizadas em épocas específicas do ano, cujo objetivo será enriquecer as diversas experiências relacionadas com a participação social que o Centro pode oferecer aos utentes e respetivas famílias.

Venda de Pirilampos

Esta atividade é desenvolvida durante o mês de maio, num local previamente combinado, ou diretamente com as famílias e amigos, tendo como objetivo a venda do pirilampo, logo a angariação das vendas, mas também a interação/socialização, integração na comunidade.

Atividades de Verão

As atividades praia, passeios, jardins, mercados municipais, saídas, visitas entre outras estão previstas ao longo do ano de atividades.

Em data a designar, está previsto para um sábado à tarde realizar uma festa na Quinta da Serralheira, aberta às famílias, amigos e comunidade, o valor angariado reverterá para a concretização ou de uma colónia e/ou de uma saída, caso necessário será também solicitado um contributo aos pais.

No mês de dezembro de 2024, irá ser sorteado um Cabaz de Natal, cuja verba irá reverter para essa saída/colónia. Pretendemos também realizar outro sorteio de um Cabaz da Páscoa, com a mesma finalidade. O objetivo destas atividades será proporcionar aos utentes atividades de recreação, cultura e integração.

ExpressArte

Esta atividade é programada pela Instituição, são abertas aos familiares, amigos, comunidade, e entidades parceiras.

Feira de Natal

- Dar a conhecer e estimular a compra dos artigos elaborados nas salas de atividades;
- Promover a socialização e integração na comunidade;
- Fomentar a valorização pessoal e social dos utentes.

Atividades Comemorativas de Épocas Festivas

Estas atividades são programadas pelo CACI, com o objetivo de promover a cidadania e a inclusão social, assinalando datas significativas no calendário nacional e internacional, com atividades lúdicas e visitas a espaços significativos, de acordo com o dia assinalado (por exemplo, dia da música, promover a ida a um concerto).

6 . Seguidamente, irá ser apresentada a calendarização das atividades previstas para 2026.

PLANO DE ATIVIDADES

Mês	Atividade	Objetivos	Estratégias	Indicadores	Responsável pela execução	Recursos Humanos/Materiais
Janeiro a Dezembro	Estimulação Cognitiva	Manter ou melhorar as funções cognitivas; Estimular a atenção, concentração e memória; Estimular o raciocínio e resolução de problemas; Estimular a motricidade fina e a destreza manual; manter o equilíbrio emocional e social.	Realização de jogos didáticos Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço.	Motivação Participação Interação	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: jogos pedagógicos
Janeiro a Dezembro	Caminhada	Estimulação da coordenação motora; Percecionar elementos do meio ambiente; Promover a socialização e coesão grupal; Manter o equilíbrio emocional e social.	Realizar caminhadas pela Quinta da Serralheira; Cidade de Setúbal. Apoio total ou parcial, ajuda verbal e reforço.	Motivação Participação Criatividade	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Chapéus, água
Janeiro a Dezembro	Atividades Festivas	Promover o conhecimento sobre épocas festivas; Promover a socialização; Manter o equilíbrio emocional e social.	Realizar atividades alusivas às épocas festivas, Dia de Reis, Carnaval, Dia dos Reis, Namorados, Páscoa, Halloween, S. Martinho e Natal.	Motivação Participação Criatividade	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Material reciclado entre outros

			Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço.			
Janeiro a Dezembro	Eventos na Comunidade Atividades Mac Donalds Banco Alimentar	Promover a socialização; Percecionar elementos do meio ambiente; Estimular a interação com a comunidade; Promover o sentido de pertença; Manter o equilíbrio emocional e social.	Participar em eventos organizados por entidades parceiras; Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço.	Convívio Partilha Socialização Partilha Cooperação	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Chapéus, águas, lanche, transporte Sacos, Tintas
Maio	Venda Pirilampos	Fomentar a interação, socialização e integração comunidade.	Incentivar e explicar a importância da Venda.	Participação Responsabilidade	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica, colaboradores Recursos Materiais: Pirilampos
	Festival Expressarte	Fomentar o espírito de iniciativa e cooperação	Incentivar o trabalho de grupo	Convívio Partilha Socialização Desempenho	Instituição APPACDM	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Adereços, diversos
Março Junho Julho Setembro	Atividades de Verão	Percecionar elementos do meio ambiente; Estimular sensorialmente; Promover a sensorialmente; Promover a entreaajuda;	Praia Passeios, colónias, visitas. Demonstração; apoio total ou parcial; ajuda verbal e reforço.	Motivação Participação Desempenho	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Materiais adequados á atividade

PLANO DE ATIVIDADES

		Manter o equilíbrio emocional e social.				
	Festa solidária	Promover a socialização; Estimular a interação com a comunidade.	Realizar festa aberta às famílias, amigos e comunidade	Participação	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica colaboradores Recursos Materiais: Diversos
Janeiro a Dezembro	Oficina de Horticultura	Adquirir conhecimentos sobre plantas, flores, ervas aromáticas; Adquirir conhecimentos sobre técnicas de agricultura e jardinagem; Promover o gosto pela jardinagem/horta; Promover a entre ajuda; Manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes	Semear e cuidar das plantações; fazer a apanha das ervas, couves, alfaces; Limpar o espaço, regar.	Motivação Participação Desempenho	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Utensílios de jardinagem
Janeiro a Dezembro	Cuidados Pessoais	Estimular a autonomia; Promover o gosto pelos cuidados de higiene; Promover o gosto pelos cuidados de beleza.	Cuidados de higiene e imagem; Realização de manicura. Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal e reforço.	Motivação Participação Desempenho	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores, equipa técnica Recursos Materiais: Diversos
Janeiro a Dezembro	Oficina de Tapeçaria	Promover a aprendizagem de técnicas de tecelagem; Estimular a motricidade fina e	Desenvolver trabalhos em trapilho, lã. Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda	Criatividade Socialização Motivação	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Tecidos, lã,

		a destreza manual; Manter o equilíbrio emocional e social.	verbal e reforço.			trapilho, agulhas
Janeiro a Dezembro	Oficina de Culinária	Estimular a autonomia; Adquirir competências de culinária; Manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.	Escolha de receitas; Confeção de biscoitos, sopas, saladas, quiches, bolos, sobremesas; Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal e reforço.	Motivação Participação Desempenho	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Utensílios de cozinha, produtos alimentares
Janeiro a Dezembro	Oficina de Expressão Plástica	Promover a modelagem de diferentes tipos de materiais; promover a realização de diversas técnicas de pintura; Estimular sensorialmente; estimular a motricidade fina e a destreza manual; Promover a expressão artística como forma de comunicação; Fomentar a criatividade; Manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.	Modelagem com materiais como, massa de modelar, como plasticina, ou farinha; Pintura utilizando técnicas como esponja, pincel, mãos/dedos. Venda de trabalhos.	Motivação Participação Criatividade	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Massas de modelar, tintas, formas
Janeiro	Oficina de Artesanato	Promover a aprendizagem de técnicas de	Desenvolver peças artesanais. peças artesanais, utilizando	Criatividade Socialização	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores

PLANO DE ATIVIDADES

a Dezembro		artesanato; Estimular a motricidade fina e a destreza manual; manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.	diversos materiais. Venda de trabalhos.	Motivação		Recursos Materiais: Diversos
Janeiro a Dezembro	Oficina de Tapeçaria	Promover a aprendizagem de técnicas de tecelagem; Estimular a motricidade fina e a destreza manual; Manter o equilíbrio emocional e social.	Desenvolver trabalhos em trapilho, lã. Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal e reforço.	Criatividade Socialização Motivação	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Tecidos, lã, trapilho, agulhas
Janeiro a Dezembro	Oficina de Culinária	Estimular a autonomia; Adquirir competências de culinária; Manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.	Escolha de receitas; Confeção de biscoitos, sopas, saladas, quiches, bolos, sobremesas; Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal e reforço.	Motivação Participação Desempenho	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Utensílios de cozinha, produtos alimentares
Janeiro a Dezembro	Oficina de Expressão Plástica	Promover a modelagem de diferentes tipos de materiais; promover a realização de diversas técnicas de pintura; Estimular sensorialmente; estimular a motricidade fina e a destreza manual;	Modelagem com materiais como, massa de modelar, como plasticina, ou farinha; Pintura utilizando técnicas como esponja, pincel, mãos/dedos. Venda de trabalhos.	Motivação Participação Criatividade	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Massas de modelar, tintas, formas

		Promover a expressão artística como forma de comunicação; Fomentar a criatividade; Manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.				
Janeiro a Dezembro	Oficina de Artesanato	Promover a aprendizagem de técnicas de artesanato; Estimular a motricidade fina e a destreza manual; manter o equilíbrio emocional e social, promover a valorização dos utentes.	Desenvolver peças artesanais. peças artesanais, utilizando diversos materiais. Venda de trabalhos.	Criatividade Socialização Motivação	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Diversos
Janeiro a Dezembro	Oficina de Teatro	Estimulação a atenção concentração e memória; Promover a coordenação motora; Estimular a motricidade global e fina; Estimular a expressão corporal; Estimular a tonicidade; Promover o gosto de arte, Fomentar a criatividade; promover socialização e coesão grupal, promover a entre ajuda.	Preparação do guião e escolha das personagens; Ensaio da peça de teatro; Construção dos fatos e cenários; Apresentação da peça de teatro.	Motivação Participação Desempenho Criatividade	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores, equipa técnica Recursos Materiais: Diversos

PLANO DE ATIVIDADES

Novembro a Dezembro	Atividade na Comunidade Embrulhos FNAC	Promover a socialização; Percecionar elementos do meio ambiente; Estimular a interação com a comunidade;	Participar em eventos organizados por entidades parceiras; Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço.	Convívio Partilha Socialização Partilha Cooperação	Colaboradores Equipa técnica	Recursos Humanos: Utentes, equipa técnica e colaboradores Recursos Materiais: Papel, tesoura, fita cola
Janeiro a Dezembro	Oficina de Dança	Promover o conhecimento de diferentes tipos de música e dança; Estimular a motricidade global e coordenação motora; Melhorar a noção corporal; Melhorar a tonicidade, Estimular a atenção concentração e memória; Fomentar a criatividade; Estimular a expressão corporal; Promover a socialização e coesão grupal;	Dançar ao som de diferentes tipo de música; Ensaio de coreografias; Apresentação de coreografias; Demonstração, apoio total ou parcial.	Motivação Participação Criatividade	Animadora	Recursos Humanos: Animadora, Utentes, Recursos Materiais: Aparelhagem
Janeiro a Dezembro	Aniversários	Festejar aniversários dos utentes; Festejar o aniversário do CACI; Promover a socialização e a coesão grupal; Promover a	Participar na festa de aniversário; Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço.	Motivação Participação Desempenho Criatividade	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores, equipa técnica Recursos Materiais: Diversos

		autoestima e a valorização pessoal; Manter o equilíbrio emocional social.				
Janeiro a Dezembro	Árvore das Estações	Promover o conhecimento sobre cada estação do ano; Promover a orientação temporal.	Construção de árvores; Decoração da árvore utilizando diversas técnicas de expressão plástica. Demonstração, apoio total ou parcial, ajuda verbal, reforço	Motivação Participação Criatividade	Colaboradores	Recursos Humanos: Utentes, colaboradores Recursos Materiais: Diversos

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 846 869
Rua Filipe de Almeida Nº 8 e B
2810 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

Janeiro a Dezembro
26-11-2025

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

CENTRO DE ATIVIDADES DE CAPACITAÇÃO PARA A INCLUSÃO

CACI SÃO FILIPE

2026



CACI São Filipe

ÍNDICE

Introdução.....	3
Linhas Orientadoras.....	3
Objetivos Estratégicos.....	5
Área de Intervenção e Apoios especializados.....	9
Calendarização de Atividades	15

INTRODUÇÃO

Este documento tem como objetivo apresentar a organização da resposta social, definir as linhas orientadoras e propor um conjunto de atividades a desenvolver no Centro de Atividades de Capacitação para a inclusão CACI São Filipe da APPACDM Setúbal.

Para elaboração deste plano foi tido em conta as necessidades, expectativas/motivações dos Clientes e os objetivos estratégicos da Instituição, encontrando-se estruturado pela política da APPACDM de Setúbal, pela organização e objetivos operacionais do CACI São Filipe e pela organização das atividades de inclusão.

Decerto que este plano não será estanque e estará sujeito a alterações em virtude de novos programas, atividades e eventos que possam surgir ao longo deste período, pelo que poderão surgir alterações quando a equipa o julgar conveniente e sempre que se justifique.

LINHAS ORIENTADORAS

É missão da APPACDM de Setúbal apoiar os utentes e suas famílias na conquista de uma cidadania de pleno direito bem como contribuir direta e indiretamente para a melhoria da sua qualidade de vida.

A pessoa com deficiência mental é conceptualizada na sua globalidade, como ser total e indivisível, gerador de aprendizagens, descobertas e sonhos, potenciador de crescimento; artífice de um projeto de vida pessoal único e legitimado pela sua condição de pessoa humana. Cabe a todos os agentes interventivos da comunidade institucional contribuir de todas as formas possíveis para a assunção dessa condição holística de Ser, criando condições para a minimização das diferenças, assumindo a luta pela igualdade de oportunidades. A relação da Instituição com a comunidade envolvente assume-se como fator-chave na concretização da missão devendo ser objeto de sistemático empenho e reflexão.

Todos os agentes de intervenção devem assumir a missão como exequível, conjugando esforços numa dinâmica de trabalho em equipa, de diálogo permanente, de flexibilidade e de corresponsabilização pelas opções de intervenção a implementar. A qualidade e eficácia da intervenção, pelo conjugar de esforços de cada uma das partes, tem que ser apanágio da equipa como um todo e nunca ter um carácter parcelar ou pontual.

Tendo com principais objetivos:

- a) Criar condições que visem a valorização pessoal e a inclusão social de pessoas com deficiência;
- b) Desenvolver estratégias de promoção da autoestima e da autonomia pessoal e social, através do envolvimento e participação ativa dos/as próprios/as na definição das atividades a desenvolver;
- c) Promover o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e relacionais, tendo em conta o perfil, as aptidões, os interesses e necessidades das pessoas com deficiência, com vista a capacitar e maximizar as suas oportunidades de participação social e económica;
- d) Contribuir para o bem-estar emocional e social, através da qualificação das atividades desenvolvidas, no que diz respeito ao número, variedade e natureza, privilegiando as atividades focadas na singularidade de cada pessoa com deficiência, promovendo o seu bem-estar e qualidade de vida;
- e) Articular os processos de transição para programas de inclusão socioprofissional ou de reabilitação profissional;
- f) Desenvolver atividades e serviços centrados em facilitar/mediar percursos de aprendizagem e de inclusão, que possibilitem um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades;
- g) Fomentar a participação ativa das pessoas com deficiência, da respetiva família e/ou representante legal na definição do projeto de vida da pessoa com deficiência, que se consubstancia na celebração do plano individual de inclusão (PII);
- h) Promover medidas e ações de capacitação e de aprendizagem ao longo da vida, observando a evolução das características individuais de cada destinatário, potenciando sempre a sua autonomia e inclusão;
- i) Dinamizar ações de inclusão na comunidade, que promovam a alteração das representações, dos valores e das atitudes da sociedade face às pessoas com deficiência, e a melhoria da sua qualidade de vida.

São princípios orientadores da atividade dos CACI:

- a) O princípio da singularidade, que preconiza o reconhecimento da individualidade da pessoa com deficiência, devendo a sua abordagem ser feita de forma diferenciada, tendo em consideração as suas circunstâncias pessoais e o seu contexto de vida;
- b) O princípio da não discriminação, que estatui que nenhuma pessoa pode ser discriminada, direta ou indiretamente, por ação ou omissão, com base na deficiência, ou deixar de beneficiar de

medidas de ação positiva que garantam o exercício dos seus direitos e deveres de participação social;

c) O princípio da autodeterminação, que preconiza o direito da pessoa com deficiência a decidir sobre a definição e a condução da sua própria vida;

d) O princípio da autonomia, que determina que a pessoa com deficiência tem o direito de decisão pessoal na definição e condução autônoma da sua vida;

e) O princípio da participação, que implica o direito das pessoas com deficiência a participarem de forma plena e efetiva na sociedade em condições de igualdade com os demais cidadãos e cidadãs;

f) O princípio da informação, que determina que a pessoa com deficiência tem direito a ter acesso a toda a informação que lhe diga direta ou indiretamente respeito e a ser informada e esclarecida sobre os seus direitos e deveres;

g) O princípio da qualidade, segundo o qual a pessoa com deficiência tem o direito a aceder a respostas sociais, bens e serviços de qualidade, que respondam às suas necessidades pessoais e sociais;

h) O princípio da cidadania, que implica que as pessoas com deficiência têm direito a usufruir das condições necessárias e suficientes para aceder a todos os bens, serviços e contextos de vida, em condições de equidade, bem como o direito e o dever de desempenhar um papel ativo no desenvolvimento da sociedade;

i) O princípio da inclusão, que implica que a sociedade se organize para acolher todas e todos os cidadãos e cidadãs independentemente das suas capacidades e da sua funcionalidade, de modo a que as pessoas com deficiência possam viver integradas na comunidade, usufruindo de todos os recursos disponíveis em equidade com os demais cidadãos e cidadãs.

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

O CACI SÃO FILIPE promove o desenvolvimento, a valorização e a dignificação de pessoas com deficiência mental assegurando a prestação de cuidados e serviços, adequados às necessidades e expectativas dos clientes, nomeadamente:

a) Alimentação e cuidados pessoais;

b) Apoio terapêutico;

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

c) Promoção e desenvolvimento do bem-estar físico, emocional, psíquico e social;

d) Transporte;

e) Apoio na capacitação dos cuidadores informais

CACI São Filipe coopera e articula com outras entidades e serviços da comunidade, designadamente da área da educação, saúde, segurança social, emprego e formação profissional, promovendo igualmente iniciativas de trabalho em rede para identificação e sensibilização das estruturas existentes na comunidade, adiante designadas por entidades externas.

Bem como, promove de atividades adaptadas às suas características, capacidades e potencialidades. As atividades desenvolvidas são as previstas no plano de ação e regulamento interno que tem por base o modelo conceptual adotado pela organização nos seguintes domínios da qualidade de vida;

- Bem-estar emocional;
- Bem-estar material;
- Bem-estar físico;
- Relacionamento interpessoal;
- Desenvolvimento pessoal;
- Autodeterminação;
- Inclusão social;
- Direitos.

O CACI prossegue os seus objetivos nas seguintes áreas de intervenção:

- a) Desenvolvimento de competências relacionais, pessoais e sociais;
- b) Promoção do bem-estar, da qualidade de vida, da ocupação e da interação com o meio;
- b) Capacitação para a inclusão social e profissional

Os objetivos globais de intervenção do centro são os seguintes:

1. Promover e desenvolver potencialidades e estabilidade a nível emocional, cognitivo e comportamental;
2. Desenvolver e manter competências que permitam a ocupação útil em contextos institucionais, familiares e comunitários;
3. Potenciar o crescimento psicossocial do cliente enquanto pessoa capaz de fazer escolhas e com direito a partilhar lugares comuns desenvolvendo competências nos domínios da autonomia pessoal e social;
4. Potenciar e fomentar o envolvimento das famílias e ou responsáveis de forma a assumirem um papel ativo e interveniente no plano de desenvolvimento individual do cliente;
5. Fomentar a articulação em rede com as diversas estruturas da comunidade e entidades parceiras de forma a garantir o bem-estar numa perspetiva holística;
6. Contribuir para a promoção de uma sociedade inclusiva promovendo a participação em atividades e contextos sociais.

Outra grande preocupação do CACI São Filipe é corresponder aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, com particular enfoque nos ODS3 – Saúde e bem estar, ODS5 – Igualdade de Género, ODS9 – Indústria, Inovação e Infraestruturas, ODS10 – Reduzir as Desigualdades e ODS13 – Ação Climática, ODS 16 – Promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar o acesso à justiça para todos e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas a todos os níveis e ODS 17 – Reforçar os meios de implementação e revitalizar a parceria global para o desenvolvimento sustentável.

"Os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável são a nossa visão comum para a Humanidade e um contrato social entre os líderes mundiais e os povos. São uma lista das coisas a fazer em nome dos povos e do planeta e um plano para o sucesso".

Ban Ki-moon (antigo Secretário-Geral das Nações Unidas)

Portugal teve um papel ativo na elaboração e na consequente implementação da Agenda 2030. Em 2017, reforçou o seu compromisso, ao ser um dos países que apresentou, de forma voluntária, um "Relatório nacional sobre a implementação da Agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável", no qual se podia comprovar as ações levadas a cabo a nível nacional relativamente a cada um dos ODS.

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

Segundo o relatório, Portugal materializa nos ODS 4, 5, 9, 10, 13 e 14 as suas prioridades estratégicas na implementação da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável.

ORGANIZAÇÃO

- 3 Salas de Atividades;
- Gabinete Técnico;
- Gabinete de atendimento;
- Refeitório;
- Instalações sanitárias;
- Pátio exterior.

Com Acordo de Cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Setúbal para 28 clientes, o CACI tem capacidade para 30 clientes

Esta resposta social tem como equipa afeta:

▮ 1 Diretora Técnica

▮ 1 Psicóloga

▮ 1 Técnico Superior de Educação Especial e Reabilitação

▮ 1 Terapeuta Ocupacional

▮ 1 Técnico de Serviço Social

▮ 3 Monitores

▮ 3 Ajudantes de ação direta

▮ 1 Ajudante de serviços gerais

No planeamento e organização do Plano de Atividades, recorreu-se a estratégias transversais e multidisciplinares para que as atividades planeadas assumam um carácter de diversidade, indo igualmente ao encontro das expectativas, representações e interesses dos clientes. De sublinhar a importância assumida pelo ambiente no que diz respeito ao envolvimento da pessoa portadora de

deficiência e na sua interação com os diversos intervenientes responsáveis pela garantia do seu bem-estar, nomeadamente família e equipa de trabalho. Esta intervenção centra-se em cinco grandes grupos de atividades, tendo por referência as capacidades, funcionalidade, interesses e necessidades da pessoa com deficiência, as atividades devem ser planeadas e organizadas de forma individualizada, valorizando as suas escolhas, necessidades, interesses e vontades:

Atividades ocupacionais - visam garantir o conforto e bem-estar da pessoa com deficiência, mantendo -a ativa e motivada na realização das suas atividades de vida diária, tendo em vista o desenvolvimento das suas potencialidades, da autonomia e do seu físico, emocional e relacional, proporcionando-lhe, sempre que possível, a transição para programas de inclusão socioprofissional. A metodologia de intervenção do CACI São Filipe assenta nas atividades Ocupacionais com recurso à reciclagem e reutilização de materiais.

Atividades terapêuticas - visam o desenvolvimento de intervenções de reabilitação psico social, através do estímulo e preservação das capacidades cognitivas, sensoriais e motoras, com o objetivo de ensinar e capacitar as pessoas com deficiência para o desenvolvimento das suas aptidões físicas, intelectuais e emocionais, necessárias à sua vida autónoma.

Atividades de interação com o meio-As atividades de interação com o meio têm por objetivo desenvolver as competências pessoais, sociais e relacionais das pessoas com deficiência, estimulando a sua capacitação cognitiva e a sua socialização, mediante a realização e o envolvimento em experiências diversificadas na comunidade.

Atividades socialmente úteis - Visam o treino de competências sociais e profissionais em contexto real de trabalho, devendo ser privilegiado o seu desenvolvimento em entidade externa ao CACI. Estas enquadram-se nas dinâmicas funcionais do CACI São Filipe como metodologia de intervenção e aplicação quotidiana, com recurso a parceiros da comunidade.

Atividades de qualificação para a inclusão social e profissional - As atividades de qualificação para a inclusão social e profissional visam o desenvolvimento das competências pessoais, profissionais e de participação social da pessoa com deficiência, com vista à sua autonomia e vida independente, designadamente, mediante o cumprimento de um plano individual de transição (PIT) para programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades, com os demais cidadãos.

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

Relativamente à estrutura funcional, além dos apoios terapêuticos e específicos, os clientes encontram-se distribuídos por duas salas de atividades, atendendo às especificidades do seu perfil, valorizando a satisfação das necessidades básicas, as expectativas, as motivações e a promoção da autonomia de cada um, potenciando ao limite as suas competências, atendendo ao estabelecido no seu Plano de Desenvolvimento Individual. De acordo com a seguinte rotina diária:

08h00-10h00 – Receção dos utentes

10h00-12h00 – Atividades de Sala /Apoios

12h00-13h30 – Almoço/Tempo livre

13h30-15h30 – Atividades de Sala /Apoios

15h30-17h15 – Lanche da tarde /Saída dos utentes (A saída dos utentes divide-se em 3 grupos mediante a organização do transporte, após a saída do primeiro grupo os restantes utentes regressam à sala para atividades essencialmente de apoio organizacional).

ÁREAS DE INTERVENÇÃO E APOIOS ESPECIALIZADOS

Serviço Social

Este Serviço tem como Objetivo Geral Promover a Qualidade de Vida dos Utes e suas Famílias.

Através da análise das necessidades sociais e económicas do agregado familiar o Serviço Social elabora o diagnóstico de intervenção social e de acordo com os resultados encontrar as respostas mais adequadas à satisfação das necessidades das diferentes famílias.

Ao longo do ano o técnico desenvolve algumas ações, nomeadamente: Participação na elaboração, acompanhamento e avaliação dos Planos de Desenvolvimento Individual, atendimentos e trabalho direto com as famílias, elaboração de Programas de Intervenção Social, cálculo das mensalidades, visitas domiciliárias, articulação/encaminhamento com e para os Serviços Comunitários, acompanhamento a consultas médicas, atualização dos registos no processo individual, elaboração de relatórios, participação nas atividades da Valência, participação nas atividades do Serviço Social da Instituição avaliação dos Programas de Intervenção Social.

Psicologia

No CACI SÃO FILIPE, o psicólogo tem um campo de ação alargado, procurando sempre desenvolver um trabalho em colaboração com a equipa e com a família/responsáveis. Entre as atividades que realiza encontram-se as seguintes:

- Avaliação Psicológica: para diagnóstico; análise compreensiva do funcionamento atual da pessoa; planeamento da intervenção e/ou ainda para avaliação da eficácia das intervenções;
- Acompanhamento Psicológico: quando se verifica a presença de uma perturbação, problema ou queixa, sendo o tipo de intervenção ajustado às especificidades de cada caso; procura favorecer o autoconhecimento e promover o bem-estar psicológico e emocional;
- Atendimento às famílias/responsáveis e utentes: no sentido de auscultar preocupações, orientar, aconselhar e apoiar;
- Sensibilização, Formação e Habilitação: através de Grupos de Pais; ações dirigidas aos utentes, família, equipa e comunidade ou ainda projeto dirigidos à equipa técnica;
- Intervenção na área cognitiva e socio afetiva: programas de promoção de competências pessoais, sociais e afetivas; programas de educação para a sexualidade e os afetos; programas de estimulação cognitiva; programas de enriquecimento social e cultural, entre outros;
- Atividades Ocupacionais em Estruturas de Atendimento (AOEA): integração e acompanhamento dos utentes;
- Colaboração na admissão de candidatos: reunião de avaliação dos requisitos; elaboração do Plano de Integração e do Plano Individual de Competências e apoio na adaptação ao CACI;
- Elaboração de pareceres técnicos;
- Colaboração na programação e dinamização de atividades planeadas pela equipa. Toda a intervenção do psicólogo rege-se pelos princípios e orientações subjacentes ao Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses, no qual sobressaem, o respeito pela dignidade e direitos da pessoa, a competência, a responsabilidade e a integridade.

Técnico Superior de Educação Especial e Reabilitação

Na sua prática de intervenção o TSEER dinamiza diversas atividades de promoção de competências motoras e cognitivas, através de sessões de Estimulação Cognitiva, Atividades Instrumentais da Vida Diária, Psicomotricidade, Atividade Motora Adaptada (Boccia DI) e de Terapias Expressivas, de acordo com as necessidades, competências, motivações e expectativas dos clientes, promovendo, deste modo, o seu bem-estar Bio-psico-social.

A intervenção psicomotora tem uma base preventiva, educativa, reeducativa e/ou terapêutica fomenta o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional, tendo em conta o indivíduo como um todo. Atua sobre a regulação do comportamento e promove processos de aprendizagem e autonomia através da relação corpo/movimento.

Tem uma visão unificada do indivíduo englobando interações sensoriomotoras, cognitivas e psíquicas para compreender as suas capacidades de ser e se expressar, tendo como referência o movimento e o contexto psicossocial.

A dinamização de sessões de Atividade Motora Adaptada no CACI, visam oferecer experiências desportivas em várias modalidades tendo como objetivo geral, a melhoria da condição física através de exercícios físicos estruturados, promovendo o desenvolvimento motor e aquisição de competências básicas na área do desporto adaptado.

Pretende ainda sensibilizar para a importância da prática do exercício físico; desenvolver as capacidades físicas (força, agilidade, flexibilidade, equilíbrio, coordenação global, velocidade, potência e resistência), promover estratégias de autorregulação; promover hábitos de vida saudáveis e o bem-estar; diminuir o comportamento sedentário.

O TSEER tem ainda como funções:

- . Colaboração na admissão de candidatos: reunião de avaliação dos requisitos, elaboração do Plano de Integração e do Plano Individual de Competências e apoio na adaptação ao CACI;
- . Avaliação Psicomotora, para diagnóstico, planeamento da intervenção e avaliação;
- . Orientação para a várias respostas técnicas disponíveis e da responsabilidade do TSSER;
- . Organização e implementação, de projetos e ações dirigida aos utentes, famílias e comunidade;
- . Elaboração de pareceres técnicos;
- . Colaboração na programação e dinamização de atividades planeadas pela equipa.

Terapia Ocupacional

As ocupações são centrais para a identidade e para noção de competência do cliente e têm um valor e significado particular para o mesmo.

A atuação da Terapia Ocupacional centra-se nos clientes (pessoas, organização e/ou população) e na sua envolvência em atividades do dia a dia ou ocupações que queiram e necessitem, de forma a apoiar a sua saúde e a sua participação na vida.

O *Domínio* da atuação da Teoria Ocupacional abrange:

- *Áreas de ocupação* (sono/descanso; atividades de vida diária básicas; atividades de Vida diária instrumentais; Jogar/brincar; Participação Social; Lazer; Educação; Trabalho);
- *Fatores do Cliente* (Valores, crenças e espiritualidade; Funções e Estruturas do Corpo);
- *Competências de Desempenho Ocupacional* (Competências Práticas e motoras; Preceptivo-sensoriais; Regulação Emocional; Cognitivas; Sociais e de Comunicação);
- *Padrões de Desempenho Ocupacional* (Hábitos; rotinas; papéis; rituais);
- *Contexto e Ambiente* (Pessoal; Cultural; Físico; Social; Espiritual; Virtual);
- *Requisitos das atividades* (relevância e importância para o cliente; objetos usados e suas propriedades; Espaço; Social; Sequência e Tempo; Ações; Funções e Estruturas).

O *Processo* da Terapia Ocupacional contempla a avaliação:

- *Perfil Ocupacional; Análise do Desempenho Ocupacional.*

O *Processo* da Terapia Ocupacional inclui diferentes tipos de intervenção:

- *Uso terapêutico de eu; Uso terapêutico de ocupações e atividades (métodos preparatórios; atividades com propósito; atividades baseadas na ocupação); Processo de Consultadoria; Processo de Educação; Advocacia.*

O *Processo* da Terapia Ocupacional assenta em diferentes abordagens de intervenção:

- *Criar/Promover; Estabelecer/Restaurar; Manter; Modificar/adaptar; Prevenir/impedir.*

O *Processo* da Terapia Ocupacional procura como resultados (diferentes tipos):

- *Desempenho Ocupacional; Adaptação; Saúde e bem-estar; Participação; Prevenção; Qualidade de Vida; Competência de Papéis; Auto advocacia; Justiça Ocupacional.*

"Ocupação é usada para significar tudo que as pessoas querem, precisam ou devem fazer, seja de natureza física, mental, social, sexual, política e/ou espiritual, incluindo sono e descanso. Também refere-se a todos os aspetos reais do fazer, ser e tornar-se humano e também ao de pertencer. Meio prático e do dia-a-dia de auto-expressão, de fazer ou experimentar sentido, a ocupação é o elemento ativista da existência humana, sejam as ocupações contemplativas, reflexoras e meditativas ou baseadas em ações" (Wilcock & Townsend, 2014).

Equitação Adaptada

Estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental social e emocional, através do contacto com os cavalos, no montar e no seu cuidado.

Objetivos Gerais:

Proporcionar aos utentes uma aproximação gradual ao cavalo e às diversas atividades a si inerentes. Desta forma pretende-se estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional, estimulando as suas potencialidades e respeitando os seus limites.

Objetivos Específicos:

- Desenvolver o equilíbrio corporal e emocional;
- Estimular a independência na condução e na interação com o cavalo;
- Despertar a autoconfiança e autoestima;
- Estimular a capacidade de atenção e concentração;
- Desenvolver as suas capacidades de sociabilização;
- Estimulo de sensações e percepções que promovem o afeto;
- Atribuir a noção de espaço e postura;
- Proporcionar uma respiração correta;
- Aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera;
- Diminuir a agressividade e a intolerância à frustração.
- Melhorar a coordenação motora, flexibilidade e força muscular;

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

- Introduzir as noções básicas de equitação.

ANDEBOL

Aguarda objetivos por parte do monitor

Calendarização de Atividades

Plano Anual de Atividades 2026

Calendarização	Atividade Tipo/ Produto	Objetivos	Atividades Estratégicas	Indicadores	Responsável pela execução	Recursos	
						Internos	Externos
Janeiro a Dezembro	Atividades Ocupacionais	Promover a manutenção e o desenvolvimento de competências	Elaboração de objetos decorativos com recurso à reciclagem e modelagem;	N ° de atividades realizadas por cliente	Monitor/a Auxiliar Equipa Técnica	Recursos Materiais: Material de jardinagem, material reciclado,	Parceria Lauak
		Estimular a motricidade global e fina; Estimular a atenção, concentração e memória	Digitalizações Lauak Enfiamentos, plasticina, recortes. Modelagens. Colagens. Desenho. Encaixes com peças; Reforço de competências académicas	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências		Materiais de modelagem , materiais de pintura, Equipa Técnica	

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

Janeiro a Dezembro	Atividades de interação com o meio	Desenvolver as competências pessoais, sociais e relacionais das pessoas com deficiência, estimulando a sua capacitação cognitiva e a sua socialização, mediante a realização e o envolvimento em experiências diversificadas na comunidade.	Saídas funcionais e atividades no exterior; Visitas e eventos na comunidade. Participação em concursos e programas de entidades parceiras Atualização da divulgação de ações nas redes sociais (Página Facebook) Saídas funcionais Participação em Workshops temáticos Exposição e venda dos trabalhos realizados Praia Atividade Verão	N ° de atividades realizadas por cliente 70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Monitor/a Auxiliar Psicóloga Terapeuta ocupacional	Monitor/a Auxiliar Equipa	Especialista nas diferentes temáticas (Ex.: Saúde, profissões) Centro Espaços da comunidade FESTASSO
--------------------	------------------------------------	---	---	---	--	---------------------------	--

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

© 2025 CACI SÃO FILIPE. Todos os direitos reservados. Este documento contém informações confidenciais e não deve ser distribuído sem a autorização expressa da CACI SÃO FILIPE.

	Atividades Terapêuticas	Desenvolvimento de intervenções de reabilitação psicossocial, através do estímulo e preservação das capacidades cognitivas, sensoriais e motoras	Colônia de Férias	N ° de atividades realizadas por cliente	Equipa	Equipa	Centro
Janeiro a Dezembro			AIVD's - Terapia Ocupacional; Psicomotricidade (atividade motora adaptada) Equitação; Adaptada; Andebol; Treino de autonomia pessoal (higiene, vestuário e alimentação); Atividades da Vida Diária (AVDs) Dinâmicas de grupo (Programas de promoção de competências pessoais, sociais e	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Psicólogo Terapeuta Ocupacional Técnico Superior de Educação Especial e Reabilitação	Psicólogo Terapeuta Ocupacional Técnico Superior de Educação Especial e Reabilitação o Monitor de Equitação Monitor Futsal	Espaços da comunidade Fundação Portuguesa luta contra a sida; CM Setúbal; Resina Teatro; Grupo de teatro terapêutico; Passos e Compassos

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

			afetivas) e Apoio Psicológico Individual; Dinâmicas no âmbito do projeto sexualidade para todos; Projeto Teatro Terapêutico – Cultura sem Barreiras; Oficinas de criação artística				
Janeiro a Dezembro	Atividades Socialmente Úteis	As atividades socialmente úteis visam o treino de competências sociais e profissionais em contexto real de trabalho, devendo ser privilegiado o seu desenvolvimento em entidade externa ao	Digitalizações LAUAK; Organização de Sacos do Banco Alimentar para reutilização; ; Apoio na organização da acomodação e distribuição de bens alimentares aos beneficiários externos;	N ° de atividades realizadas por cliente 70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Técnica; Equipa Técnico(a) de acompanhamen to ASUs	Recursos Humanos: Equipa Técnica; Equipa Técnica do Projeto Incomun Recursos Materiais:	Centro Espaços da comunidade / Parceiros LAUAK BANCO ALIMENTAR FESTASSO Mc Donald's

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

		CACI, no CACI São Filipe as ASUS são premissa no contexto centro.	Desenvolver no contexto do centro Atividades Instrumentais de Vida Diária (AIVDs) Atividades da Vida Diária e de apoio organizacional nas tarefas inerentes à dinâmica do Centro (Ex. apoio à manutenção do espaço e higienização de espaços comuns, realização de compras, elaboração de listagem de compras, apoio na confeção dos lanches, Confeção pequenas			Materialis de cozinha e limpeza; Equipamen to de cozinha; Produtos alimentares	
--	--	--	--	--	--	---	--

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

			refeições, sobremesas) Participação em dinâmicas da cidade com espaços de venda de produtos						
Janeiro a Dezembro	Atividades de qualificação para a inclusão social e profissional	As atividades de qualificação para a inclusão social e profissional visam o desenvolvimento das competências pessoais, profissionais e de participação social da pessoa com deficiência, com vista à sua autonomia e vida independente, designadamente,	Atividades desenvolvidas no contexto da comunidade; ASUs na comunidade;	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Técnica	Equipa Técnica; Responsáv el do local de Inclusão	CRECHE GOLFINHO AZUL FLORES DA ARRÁBIDA		

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

Este documento é uma propriedade intelectual da CACI SÃO FILIPE e não pode ser reproduzido, total ou parcialmente, sem a autorização expressa da CACI SÃO FILIPE. A CACI SÃO FILIPE não se responsabiliza por danos de qualquer natureza decorrentes do uso indevido deste documento.

					mediante o cumprimento de um plano individual de transição (PIT) para programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades, com os demais cidadãos.					
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

Atividades Comemorativas							
Janeiro	Ano Novo	Promover o reconhecimento de épocas celebrativas	Celebração do início do novo ano	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro
Fevereiro	Camaval	Promover o conhecimento sobre a data assinalada; Estimular a motricidade global e fina; Estimular a atenção, concentração e memória; Estimular a socialização e coesão grupal.	Realizar atividades alusivas ao tema. Decoração salas do McDonald's	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

PLANO DE ATIVIDADES CACI SÃO FILIPE 2026

Abril	Páscoa	Promover o conhecimento sobre a data comemorativa; Estimular a motricidade global e fina; Estimular a atenção, concentração e memória; Estimular a socialização e coesão grupal.	Elaboração de materiais alusivos à páscoa; Divulgar junto da comunidade a data comemorativa Realização de AIVDs de culinária alusiva à época	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade
Maio	Celebração do dia da pessoa com deficiência intelectual	Promover o conhecimento sobre a data assinalada; Estimular a motricidade global e fina;	Elaboração de materiais alusivos à iniciativa; Divulgar junto da comunidade a iniciativa	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

	Venda de Pirilampo ExpressArte	Estimular a atenção, concentração e memória; Estimular a socialização e coesão grupal Participação nos eventos ExpressArte	Realização de AIVDs de culinária de forma a contribuir para a iniciativa Participação em Campanha de angariação institucional			
Junho	Atividade de Verão de CACI Praia FESTASSO	Estimular a motricidade global; Estimular a atenção, concentração e memória; Proporcionar experiências sensoriais associadas ao mar e areia;	Realização de AIVDs resultantes num almoço convívio Atividade de Verão	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

ESTADO DO RIO DE JANEIRO - SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO - SECRETARIA DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE SÃO FILIPE - RUA DO COMENDADOR JOSÉ DE ALMEIDA, 100 - JARDIM SÃO JOSÉ - SÃO FILIPE - RJ - CEP: 24.240-000

		Estimular a socialização e coesão grupal.							
Julho	Festa de Verão Praia Colônia de Férias	Estimular a motricidade global; Estimular a atenção, concentração e memória; Estimular a socialização e coesão grupal. Promover as competências de relacionamento interpessoal, autodeterminação, autonomia, bem-	Participação na festa verão;	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Espaço da Comunidade

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

		estar, cidadania e participação social Estimular a socialização e coesão grupal.						
Setembro	Festa da Flor	Estimular a socialização e coesão grupal	Divulgar junto da comunidade o trabalho desenvolvido no centro	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa	Equipa Técnica e equipa de Apoio	Equipa	
Outubro	Ida a Fátima	Estimular a socialização e coesão grupal; Celebração do aniversário do CAO5 – CACI SÃO FILIPE	Promover as competências de relacionamento interpessoal, autodeterminação, autonomia, bem-estar, cidadania e participação social	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa técnica Equipa de Apoio	Equipa técnica Equipa de Apoio	Santuário de Fátima	
	Halloween	Promover a participação nas	Realização de trabalhos alusivos aos temas;	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição	Equipa Monitor/a Auxiliar	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade	

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

COORDENADORIA DE ATIVIDADES CACI SÃO FILIPE 2026

Novembro	FNAC	dinâmicas	Elaboração de presépios e trabalhos do âmbito Natalício com recurso à utilização de materiais reciclados. Participação em Campanha de angariação institucional	de novas competências		FNAC
Dezembro	Comemoração do Dia Internacional da pessoa com deficiência	Promover o conhecimento sobre a data comemorativa; Estimular a motricidade global; Estimular a atenção, concentração e memória;	Elaboração de trabalhos e materiais alusivos ao tema; Realização de uma festa alusiva ao tema;	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa Monitor/a Auxiliar	Centro Espaços da comunidade FNAC
	Natal	Estimular a atenção, concentração e memória;	Participação em Campanha de angariação institucional			
	FNAC					

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE | 2026

	Quiosque INComun	Estimular a socialização e coesão grupal.					
--	---------------------	---	--	--	--	--	--

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

Este plano de atividades foi elaborado com o objetivo de planejar e organizar as atividades a serem realizadas durante o período de férias da Colônia de Férias CACI São Filipe, visando proporcionar aos participantes uma experiência enriquecedora e educativa.

Colônia de Férias

Objetivos	Desenvolvimento	Recursos Internos	Recursos Externos	Custos	Responsáveis	Calendarização	Indicadores
- Proporcionar as famílias um período de descanso do cuidador; - Promover as competências de relacionamento interpessoal, autodeterminação, autonomia, bem-estar, cidadania e participação social dos nossos - Manter o equilíbrio emocional e social. - Promover a socialização e a coesão grupal;	- Proporcionar aos Utentes uns dias de férias com um grupo de pares; - Participação em várias atividades de carácter recreativo, nomeadamente ir à piscina, à discoteca, passear/visitar em cidades e locais diferentes, almoçar fora, etc.	Equipa Técnica e equipa de apoio	Estrutura Hoteleira da comunidade	Participação familiar Participação da resposta no valor global, com as receitas das ASUs dinamizadas nos transportes e encargos com pessoal	Direção técnica CACI	Mês de Julho	- N.º de atividades realizadas por utente 70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências

Plano de Atividades CACI SÃO FILIPE 2026

Equipa

Direção Técnica - Sara Cravo

Psicóloga - Paula Coimbra

Paula Coimbra

TSEER - Maria Santos

Maria Santos

TSSS - Marta Simões

Marta Simões

TO - Joana lança

Joana lança

Monitora - Irene Brito

Irene Brito

Monitora - Sandra Fernandes

Sandra Fernandes

Monitora - Carina Escumalha

Carina Escumalha

Ajudante - Cátia Nunes

Cátia Nunes

Ajudante - Maria Emília Pereira

Maria Emília Pereira

Ajudante - Leonilde Ramson

Leonilde Ramson

Serviços Gerais - Flávia Patinha

Flávia Patinha

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Fialho de Almeida Nº 6
2809 - 485-SE FUBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

26-11-2025

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES

Centro de Atividades de Capacitação para a Inclusão
CACI Portinho
2026

NOVEMBRO DE 2025

Índice

Introdução.....	2
Definição.....	3
Localização.....	3
Destinatários	4
Âmbito Geográfico	4
Capacidade.....	4
Princípios orientadores	4
Objetivos estratégicos.....	6
Áreas de Intervenção	7
Serviços	8
Organização	8
Recursos Humanos.....	9
Tipologia de atividades.....	10
Quadro resumo das atividades	14
Áreas de intervenção e apoios especializados.....	14
Identificação de Necessidades	23
Calendarização de Atividades	28

Introdução

Neste documento é apresentada a organização da resposta social do CACI Portinho. Inclui a definição das linhas orientadores e propõe o conjunto de atividades esquematicamente organizadas que consideramos desenvolver. A sua elaboração tem por base as necessidades, expectativas e motivações dos utentes e os objetivos estratégicos da APPACDM de Setúbal. Apesar de ser norteador da nossa prática de intervenção técnica e ação diária em contexto de atividades a executar, permite flexibilidade e introdução de novos projetos internos ou propostas de parceiros da Comunidade. Para além disso, em prol de uma prática centrada nos utentes e seus representantes legais e famílias, assumimos esse carácter adaptativo e reestruturante sempre que se justifiquem adequações para o benefício próprio dos nossos utentes e bom funcionamento do CACI Portinho.

Assentamos na premissa “Ser mais”, mais capaz, mais autónomo, mais funcional e mais participativo. E, assim, surge o Projeto “Ser da Terra” que norteia muito do trabalho desenvolvido no CACI Portinho. É um espaço de vida onde a inclusão social e cultural acontece. Partindo do desenvolvimento de uma conexão positiva com a natureza, possibilita a cada utente uma exploração sensorial vivenciada de acordo com a sua forma singular de ser e sentir. Com raízes sólidas, sustentamos valores que acolhem todos no respeito pela essência singular de cada ser. Somos Ser da Terra. Este Projeto tem por base a construção de uma horta biológica, que pretendemos que cresça para o exterior. Desejamos andar pela nossa Terra, pelo nosso bairro, pela nossa gente em pontos de venda itinerante, marcando presença, uma vez por mês, em vários Mercados da cidade. Levaremos produtos diversificados da nossa horta, na sua forma pura ou transformados, sendo neste último o nosso grande investimento.

Pretendemos também, acolher no nosso Centro a comunidade, abrindo as portas deste nosso espaço, partilhando conhecimento e criando um ponto de encontro. Perspetivamos contacto próximo como a Empresa Flores da Arrábida e com os formadores e formandos do Curso de Jardinagem do Centro de Formação Profissional da nossa Instituição, criando momentos de partilha e enriquecimento de relações e conhecimento. Lançaremos também o convite a Jardins de Infância, Escolas ou Lares de Terceira Idade vizinhos para dinamização de atividades relacionadas com a essência do nosso Projeto.

Desejamos Ser mais funcionais, mais autónomos, mais felizes, mais participativos e mais incluídos na Comunidade.

Sensibilizamos a Sociedade para as competências e para o potencial das pessoas com deficiência, afirmando a importância da sua valorização e inclusão social.

Definição

O Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão – CACI é a resposta social destinada a desenvolver atividades ocupacionais para pessoas com deficiência, visando a promoção da sua qualidade de vida, possibilitando um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades. Constitui um meio de capacitação para a Inclusão, em função das respetivas necessidades, capacidades e funcionalidade dos seus utentes.

Localização

O CACI Portinho situa-se na Rua de São Joaquim, n.10, 2900-621 na cidade de Setúbal e é uma das valências da APPACDM de Setúbal – Associação Portuguesa de Pais e Amigos do Cidadão Deficiente Mental de Setúbal.

Destinatários

O CACI Portinho destina-se a pessoas com deficiência, com idade igual ou superior a 18 anos, que não possuam por si só, temporária ou permanentemente, capacidade de dar continuidade ao seu percurso formativo ou exercer uma atividade profissional, ou ainda que se encontrem em processo de inclusão socioprofissional, designadamente entre experiências laborais.

Âmbito Geográfico

Os nossos destinatários, população-alvo, são provenientes dos concelhos de Setúbal.

Capacidade

O CACI Portinho tem capacidade para 19 utentes, sendo o número de utentes abrangidos pelo acordo de 18, acordo este estabelecido com o Instituto de Segurança Social, IP/Centro Distrital de Setúbal a 1 de dezembro de 2015. Atualmente o Centro tem 19 utentes, dando assim resposta a um em extra acordo.

Princípios orientadores



É missão da APPACDM de Setúbal apoiar os utentes e as suas famílias na conquista de uma cidadania de pleno direito bem como contribuir direta e indiretamente para a melhoria da sua qualidade de vida. A pessoa com deficiência intelectual é conceptualizada na sua globalidade, como ser total e indivisível, gerador de aprendizagens, descobertas e sonhos, potenciador de crescimento; artífice de um projeto de vida pessoal único e legitimado pela sua condição de pessoa humana. A relação da Instituição com a comunidade envolvente assume-se como fator-chave na concretização da missão devendo ser objeto de sistemático empenho e reflexão. Assumimos, assim, os seguintes princípios orientadores:

- a) Singularidade - a abordagem à pessoa com deficiência deve ser feita de modo diferenciado, tendo em consideração as suas circunstâncias pessoais e o seu contexto de vida;
- b) Não discriminação – nenhuma pessoa pode ser discriminada com base na deficiência, direta ou indiretamente, ou deixar de beneficiar de medidas de ação positiva que garantam o exercício dos seus direitos e deveres de participação social;
- c) Autodeterminação – preconiza o direito da pessoa com deficiência a decidir sobre a definição e a condução da sua própria vida;
- d) Autonomia – que determina que a pessoa com deficiência tem o direito de decisão pessoal na definição e condução autónoma da sua vida;
- e) Participação – direito da pessoa com deficiência em participar de forma plena e efetiva na sociedade em condições de igualdade aos demais cidadãos e cidadãs;
- f) Informação – a pessoa com deficiência tem direito a ter acesso a toda a informação que lhe diga respeito e a ser informado sobre os seus direitos e deveres;
- g) Qualidade – as pessoas com deficiência têm o direito a bens e serviços de qualidade que respondam às suas necessidades;



- h) Cidadania – as pessoas com deficiência têm o direito a usufruir das condições necessárias e suficientes para aceder a todos os bens, serviços e contextos de vida, em condições de equidade, bem como o direito e o dever de desempenhar um papel ativo no desenvolvimento da sociedade;
- i) Inclusão – a sociedade deve organizar-se de modo a acolher todas e todos os cidadãos e cidadãs independentemente das suas características e da sua funcionalidade, de modo a que possam viver integrados na comunidade usufruindo de todos os recursos disponíveis em equidade com os demais cidadãos e cidadãs.

Objetivos estratégicos

O CACI Portinho promove o desenvolvimento, a valorização e a dignificação das pessoas com deficiência mental assegurando a prestação de cuidados e serviços, adequados às necessidades e expectativas dos utentes e seus responsáveis legais.

Os objetivos gerais de intervenção do CACI Portinho incidem sobre:

- 1) Criar condições que visem a valorização pessoal e a inclusão social de pessoas com deficiência;
- 2) Desenvolver estratégias de promoção da autoestima e da autonomia pessoal e social, através do envolvimento e participação ativa dos/as próprios/as na definição das atividades a desenvolver;
- 3) Promover o desenvolvimento de competências pessoais, sociais e afetivas, com vista a capacitar e maximizar as suas oportunidades de participação social e económica;

- 4) Contribuir para o bem-estar emocional e social, através da qualificação das atividades desenvolvidas, no que diz respeito ao número, variedade e natureza, privilegiando as atividades focadas na singularidade de cada pessoa com deficiência, promovendo o seu bem-estar e qualidade de vida;
- 5) Articular os processos de transição para programas de inclusão socioprofissional ou de reabilitação profissional;
- 6) Desenvolver atividades e serviços centrados em facilitar/mediar percursos de aprendizagem e de inclusão, que permitam um maior acesso à comunidade, aos seus recursos e atividades;
- 7) Fomentar a participação ativa das pessoas com deficiência, da respetiva família e/ou representante legal na definição do projeto de vida da pessoa com deficiência, que se consubstancia na celebração do Plano Individual de Inclusão (PII);
- 8) Promover medidas e ações de capacitação e de aprendizagem ao longo da vida, potenciando sempre a autonomia e inclusão de cada destinatário;
- 9) Dinamizar ações de inclusão na comunidade, que promovam a alteração das representações, valores e das atitudes da sociedade face às pessoas com deficiência e a melhoria da qualidade de vida.

Consideramos ainda pertinente corresponder aos objetivos de desenvolvimento sustentável, com particular enfoque nos ODS – Igualdade de género, ODS9 – Indústria, Inovação e Infraestruturas, ODS10 – Reduzir as Desigualdades e ODS13 – Ação Climática, ODS16 – Promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar o acesso à justiça para todos e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas a todos os níveis e ODS 17 – Reforçar os meios de implementação e revitalizar a parceria global para o desenvolvimento sustentável.

Áreas de Intervenção

O CACI prossegue os seus objetivos nas seguintes áreas de intervenção:

- a) Desenvolvimento de competências relacionais, pessoais, sociais e cognitivas;
- b) Promoção do bem-estar, da qualidade de vida, da ocupação e da interação com o meio;
- c) Capacitação para a inclusão social e profissional.

Serviços

O CACI presta os seguintes serviços:

- a) Alimentação e cuidados pessoais;
- b) Apoio terapêutico;
- c) Promoção e desenvolvimento do bem-estar físico, emocional, psíquico e social;
- d) Transporte;
- e) Apoio na capacitação dos cuidadores informais

Organização

- 1 sala de Direção Técnica
- 2 Salas de Atividades

- 1 Sala Polivalente
- 1 Sala de Acolhimento
- 1 Sala de Intervenção Terapêutica
- 1 Refeitório
- 1 Cozinha
- 4 Wc's

Recursos Humanos

Para o ano de 2026, o CACI Portinho terá os seguintes funcionários:

- 1 Direção Técnica e Psicóloga (50%+50%);
- 1 Técnica Superior de Serviço Social (20%);
- 1 Terapeuta Ocupacional (18%)
- 2 Monitores;
- 2 Ajudantes de Ação Educativa;
- 1 Ajudante de Serviços Gerais;
- 1 Professora de Educação Física (1h30 /2 x por semana)

- 1 Professor de Equitação Adaptada (1 hora/semana)

Tipologia de atividades

No CACI Portinho são consideradas as capacidades, funcionalidades, interesses e necessidades dos utentes, sendo as atividades planeadas e organizadas de forma individualizada, valorizando as escolhas, necessidades, interesses e vontades de cada uma das pessoas com deficiência com quem intervimos.

Tipo de atividades:

a) Atividades Ocupacionais – visam garantir a ocupação em atividades socialmente úteis, mantendo os utentes motivados na realização das suas atividades de vida diária, com vista ao desenvolvimento das suas potencialidades, autonomia, equilíbrio físico, emocional e relacional, proporcionando, sempre que possível, a transição para programas de inclusão socioprofissional. A metodologia de intervenção do CACI Portinho assenta em atividades ocupacionais que estão inseridas em ateliers funcionais, no âmbito do Projeto Ser da Terra e que vão sendo desenvolvidos em sala: Ateliers de Jardinagem, Ateliers de Culinária e Ateliers de Artesanato. Para o desenvolver destas atividades ocupacionais recorreremos à reciclagem e reutilização de materiais. Para além destas actividades permitimos ainda actividades recreativas/ocupacionais que acontecem no período de pausa após almoço ou são desenvolvidas em épocas festivas. Consideramos também

atividades de apoio organizacional que são desenvolvidas de acordo com um mapa pré-definido de forma a que o máximo de utentes possível, de acordo com as características individuais de cada um, possa participar em várias tarefas da rotina diária do CACI Portinho.

b) Atividades Terapêuticas – visam o desenvolvimento de intervenções de reabilitação psicossocial, através do estímulo e preservação das competências cognitivas, sensoriais e motoras, com o objetivo de capacitar as pessoas com deficiência para o desenvolvimento das suas aptidões físicas, intelectuais e emocionais, necessárias à sua vida autónoma;

c) Atividades de Interação com o meio – têm por objetivo desenvolver as competências pessoais, sociais e relacionais das pessoas com deficiência, estimulando a sua capacitação cognitiva e a sua socialização, mediante a realização e o envolvimento em experiências diversificadas na comunidade; O CACI deve cooperar e articular com outras entidades e serviços da comunidade, designadamente da área da educação, saúde, segurança social, emprego e formação profissional, promovendo igualmente iniciativas de trabalho em rede para identificação e sensibilização das estruturas existentes na comunidade, entidades externas. Neste âmbito, salientamos a visão inclusiva do Projeto Ser da Terra através do qual se pretende a participação, uma vez por mês, em várias mercados e espaços de venda da cidade assim como, o acolhimento, no nosso Centro de turmas de pré-escolar e Lares de Terceira Idade para partilha de saberes relacionados com a produção de horta biológica e cultivo. Pretendemos ainda, a ligação estreita à empresa Flores da Arrábida e ao Curso de Jardinagem do Centro de Formação Profissional da APPACDM de Setúbal para desenvolvimento conjunto de encontros e partilha de conhecimento.

Nas atividades de interação com o meio, partilho a adesão ao Programa de segurança pública “Estou aqui adultos” que foram solicitadas para cada um dos utentes do CACI e têm validade até 6 de Junho de 2026.

d) Atividades socialmente úteis – visam o treino de competências sociais e profissionais em contexto real de trabalho, devendo ser privilegiado o seu desenvolvimento em entidade externa ao CACI. Estas atividades enquadram-se em dinâmicas de treino de competências funcionais do CACI Portinho como metodologia de intervenção quotidiana, com recurso a parceiros da comunidade. Aqui está incluída a parceria com o Banco Alimentar na reutilização de sacos; a parceria com a empresa Motherson SAS na confeção de doces típicos de São Martinho; a parceria com a Loja Setúbal souv na venda de sabonetes artesanais confeccionados pelo Centro; a parceria prevista com a empresa McDonalds no desenvolvimento dos Ateliers McDonalds

e) Atividades de qualificação para a inclusão social e profissional – visam o desenvolvimento das competências pessoais, profissionais e de participação social da pessoa com deficiência, com vista à sua autonomia e vida independente, mediante o cumprimento de um Plano Individual de Transição (PIT) para programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades com os demais cidadãos. Estas atividades permitem, nomeadamente, a articulação entre o CACI, o CRI da APPACDM de Setúbal e escolas secundárias que beneficiam deste último serviço. Auxiliamos na divulgação do serviço dos CACI no universo escolar e no âmbito familiar, enquanto resposta social adequada e possível na transição escolar dos alunos, promovendo a sua adaptação a este novo contexto. Neste âmbito recebemos a presença de 2 alunos PIT no CACI Portinho. Contamos ainda com o Protocolo de inclusão comunitária estabelecido com a empresa ITAU, que permite a inclusão comunitária de uma utente e com quem regularmente articulamos, na partilha de informações que auxiliem a adaptação e aprendizagem da utente.

Relativamente à estrutura funcional, no CACI Portinho a rotina é um ponto crucial. São os momentos estruturados que possibilitam prever o que vai acontecer. São estas rotinas pré-estabelecidas que norteiam, organizam e orientam o grupo, diminuindo a ansiedade a respeito do que

é imprevisível ou desconhecido, dando segurança ao grupo e permitindo otimizar o tempo disponível. De forma geral, as rotinas do CACI

Portinho organizam-se do seguinte modo:

08:30-10:00 – Transportes /Receção dos utentes

10.00-12.00 – Atividades de Sala /Apoios

12:00-13:30 – Almoço/Tempo de repouso

13:30-15:30 – Atividades de Sala /Apoios

15:30-17:00 – Lanche da tarde /Saída dos utentes/Transportes/Alguns apoios técnicos para os utentes que não seguem em transporte

Institucional

Este horário apenas sofre alterações em dinâmicas/atividades pontuais necessárias e justificadas. A higiene dos utentes, para além dos tempos estipulados, é efetuada naturalmente sempre que haja necessidade.

Os utentes encontram-se distribuídos por duas salas de atividades, uma com 9 utentes, um Monitor e uma Ajudante de Ação Educativa; outra com 9 utentes, uma Monitora e uma Ajudante de Ação Educativa. Os dois alunos PIT são distribuídos por cada uma das salas. Para a organização dos utentes por sala consideraram-se as especificidades do seu perfil, valorizando a satisfação das suas necessidades básicas, as suas expectativas, as motivações e a promoção de autonomia de cada um, maximizando o seu máximo potencial e atendendo ao estabelecido no seu Plano de Desenvolvimento Individual.

Quadro resumo das atividades

	Atividades/Ações	Objetivos	Indicador(es) de avaliação		Recursos (Humanos, Materiais; internos ou externos à Instituição)
			Definição	Instrumentos	
Atividades ocupacionais	Atividades recreativas/ocupacionais -Ver televisão; -ouvir música; -dançar; -ver/ler livros, revistas e jornais; -convívio entre utentes e equipa; -estar no pátio; -desenvolver jogos variados. Estas actividades acontecem no período de pausa após almoço.	Garantir o conforto e bem-estar, mantendo a motivação na realização das atividades de vida diária, com vista ao desenvolvimento das suas potencialidades, autonomia e equilíbrio físico, psicológico e emocional; promover a socialização e a coesão grupal; estimular cognitiva e sensorialmente; promover a atenção e concentração;	Nível em que o cliente participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades 70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas	Registo de sala; Registo de cuidados prestados (presenças).	Monitores e Ajudantes do CACI, materiais disponíveis no CACI



		competências			
		Promover a autonomia e equilíbrio físico, psicológico e emocional dos destinatários colaborando na execução de tarefas incluídas na rotina diária do Centro.	Nível em que o participante participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de sala; Registo de cuidados prestados (presenças).	Monitores e Ajudantes do CACI, demateriais disponíveis no CACI
	Atividades de apoio organizacional -Colaborar na manutenção dos espaços; -Pôr a mesa; -Ir buscar o almoço; -Distribuir as refeições; -Limpar o refeitório (mesas e chão); -Limpar a loiça; -Ajudar na preparação de lanches; -Tratar das tartarugas;		70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências		
	Projeto Ser da Terra Atelier de Artesanato -Costura; -Sabonetes artesanais; -Pintura; -Recorte; -entre outras técnicas.	Promover a aprendizagem de técnicas de artesanato; Promover a modelagem de diferentes tipos de materiais; estimular a motricidade fina e a destreza manual; promover a expressão artística como forma de comunicação; fomentar a criatividade; manter o equilíbrio emocional e social; promover a valorização dos Utentes.	Nível em que o participante participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de sala; Registo de cuidados prestados (presenças).	Monitores e Ajudantes do CACI, demateriais disponíveis no CACI
			70% de concretização dos		

			objectivos propostos e aquisição de novas competências		Registo de Colaboradores do CACI.
		Desenvolver a potencialidade e autonomia dos utentes; adquirir competências de culinária (churrasco no nosso espaço exterior; fazer pequenas refeições com os produtos da horta); manter o equilíbrio emocional e relacional; promover a valorização dos Utentes	Nível em que o cliente participa nas interações e atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de Colaboradores do CACI.	
	Projeto Ser da Terra Atelier de Culinária -Ajuda na confecção de Compotas; Biscoitos; Bolos; -Ajuda na realização de churrascos;		70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências		
	Projeto Ser da Terra Atelier de Jardinagem -Plantação de chás; -Plantação de ervas aromáticas; -Plantação de Legumes; -Plantação de plantas; -Plantação de frutos (ex.morangos, laranja, limoeiro)	Adquirir conhecimento sobre plantas, flores, legumes, frutas e ervas aromáticas; promover a aprendizagem de técnicas de agricultura; promover o gosto pela jardinagem; promover a entreeajuda; manter o equilíbrio emocional e social; promover a valorização dos Utentes;	Nível em que o cliente participa nas interações e atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de Colaboradores do CACI.	



			objectivos propostos e aquisição de novas competências		
Atividades de Interação com o meio	Atividades sociais saídas periódicas (ex.: caminhadas, idas às compras) saídas pontuais (participação em eventos na comunidade ex. exposições; workshop temáticos)	Desenvolver competências pessoais e sociais e relacionais, estimulando a sua capacidade cognitiva e socialização; Valorização das pessoas com deficiência, por parte das demais, pelo acesso nomeadamente aplanificado de transportes e espaços públicos a formas de lazer e partilhadas;	Nível em que o participante participa e interage nas atividades	Registos de atividades	Colaboradores do CACI. Transportes da instituição e transporte público
			70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências		
	Divulgação de ações nas redes sociais -Facebook -Instagram -WhatsApp	Valorização e partilha do trabalho desenvolvido. Desenvolver competências pessoais e sociais e relacionais, estimulando a sua capacidade cognitiva e socialização	70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências	Partilha semanal de evidências do trabalho desenvolvido	Direção Técnica e colaboradores do CACI
	Programa "Estou Aqui Adultos"	Zelar pela segurança dos utentes na possibilidade de articulação com a Polícia de Segurança Pública.	Cumprimento dos Objetivos do Programa.	Pulseiras do Programa	Direção Técnica, colaboradores do CACI, Polícia de

Atividades socialmente úteis	Atividades sazonais -Piqueniques, -Praia -Piscina, -Passeio de Verão -Almoço de Natal -Vendas de Natal -Venda do Pirlampo Mágico -Festa da Flor -Participação em concursos e programas de entidades parceiras	Desenvolver competências pessoais e sociais e relacionais, estimulando a sua capacidade cognitiva e a socialização; promover a socialização e a coesão grupal; perceber elementos do meio ambiente; estimular sensorialmente; Valorização das pessoas com deficiência, por parte dos demais, pelo acesso nomeadamente a transportes e espaços públicos a formas de lazer partilhadas;	Nivel em que o cliente participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registos de atividades	de Colaboradores do CACI. Transportes da instituição e transporte público Orçamento será enviado à direção	Segurança Pública
	Parceria com o Banco Alimentar -Reutilização de sacos;	Estreitar articulação entre várias respostas sociais da Instituição, nomeadamente, o transporte dos sacos realizado pela Empresa Flores da Arrábida. Estimular competências cognitivas como a atenção, concentração, memória e motricidade fina.	Nivel em que o cliente participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de atividades	de Colaboradores do CACI. Instalações e materiais disponíveis	



		70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências	Nível em que o cliente participa nas actividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	o Registo de esala; nas Registos cuidados de prestados (presenças).	de Colaboradores do CACI. das instalações e materiais disponíveis
Parceria com a Atlantic Ferries -Oferta de bilhetes para travessia Setúbal-Tróia	Desenvolver competências pessoais e sociais e relacionais, estimulando a sua capacidade cognitiva e a socialização; promover a socialização e a coesão grupal;				
			70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências		
Parceria com Passos e Compassos -Festival Expressarte - Mostra da Casa	Desenvolver competências pessoais e sociais e relacionais, estimulando a sua capacidade cognitiva, a criatividade, expressão artística e corporal; promover a socialização e a coesão grupal;			o Registo de esala; Registos de evidência do trabalho desenvolvido	de Colaboradores do CACI, utentes

		70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências	Nível em que o cliente participa nasde evidências dos produtos desenvolvidos.	de Colaboradores do CACI, utentes.
	Desenvolver competências cognitivas, a criatividade, a socialização e a coesão grupal através da realização de um produto artístico com recurso a materiais Mackdonalds, assinalando várias épocas festivas.			
Parceria com o MacDonald's -Ateliers Mackdonalds (a iniciar em Janeiro de 2026)				
Parceria com a empresa Motherhood SAS -Confecção de doces típicos de São Martinho	Desenvolver competências cognitivas, a criatividade, a socialização e a coesão grupal através da realização de um doce típico de São Martinho, participando em todas as fases da confecção do produto: compra de produtos/artigos, confecção, embalagem e entrega na empresa.	Nível em que o cliente participa nasde evidências dos produtos desenvolvidos.	de Colaboradores do CACI, utentes.	



		70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências	Nível em que o cliente participa nas actividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências	Registo de evidência de participação;	Colaboradores do CACI; utentes.
		Desenvolver competências ao nível de comportamentos adequados a desenvolver em espaços públicos; Promover competências cognitivas, a criatividade e a socialização.				
	Parceria com a Fnac -Realização de embrulhos - Natal					
	Parceria com a Loja Setúbal souv -Ponto de venda de sabonetes artesanais confeccionados pelo Centro.	Promover competências cognitivas, a criatividade e a socialização. Pretende-se a valorização dos produtos realizados pelos utentes.	Nível em que o cliente participa e interage nas actividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo do número de produtos vendidos	Nível em que o cliente participa e interage nas actividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	



			70% de concretização dos objectivos propostos e aquisição de novas competências		
	Projeto Ser da Terra – Participação em Venda itinerante	Promover competências funcionais, cognitivas, afetivas de socialização. Valorização do trabalho desenvolvido	Nível em que o cliente participa e interage nas vendas.	Registo do número de produtos vendidos; Registo de participações	Colaboradores do CACI, Utentes
	Participação no Programa Bairro Feliz	Divulgação de Projetos; possibilidade de angariação de fundos monetários para o CACI.	Nível em que o cliente participa e interage nas dinâmicas de divulgação do Programa	Resultado do emprenho e votação	Colaboradores do CACI, utentes
Atividades de Qualificação para a Inclusão Social e Profissional	Planos Individuais de Transição (PIT) - 2 alunos da Escola Secundária de Palmela (cada um frequenta o CACI uma vez por semana). Protocolo de Inclusão Comunitária - Empresa ITAU	Auxiliamos na divulgação do serviço dos CACI no universo escolar e no âmbito familiar; Permitir a articulação entre o CACI, o CRI da APPACDM de Setúbal e escolas secundárias; promover a adaptação dos alunos a este novo contexto Articulação com a empresa ITAU na definição de tarefas a desenvolver e objectivos a atingir; Partilha regular de informação relativa a adaptação e aprendizagens realizadas.	Nível em que o cliente participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades	Registo de sala; Registo de cuidados prestados (presenças). Registos do Protocolo de Inclusão Comunitária	Nível em que o cliente participa e interage nas atividades planificadas de acordo com as suas capacidades e necessidades

Áreas de intervenção e apoios especializados

Serviço Social

A área de Serviço Social tem como objetivo Geral Promover a Qualidade de Vida dos Utentes e suas Famílias. Através da análise das necessidades sociais e económicas do agregado familiar o Serviço Social elabora o diagnóstico de intervenção social e de acordo com os resultados encontrar as respostas mais adequadas à satisfação das necessidades das diferentes famílias. Ao longo do ano o técnico desenvolve algumas ações, nomeadamente: Participação na elaboração, acompanhamento e avaliação dos Planos de Desenvolvimento Individual, atendimento e trabalho direto com as famílias, elaboração de Programas de Intervenção Social, cálculo das mensalidades, visitas domiciliárias, articulação/encaminhamento com e para os Serviços Comunitários, acompanhamento a consultas médicas, atualização dos registos no processo individual, elaboração de relatórios, participação nas atividades da Valência, participação nas atividades do Serviço Social da Instituição avaliação dos Programas de Intervenção Social.

Psicologia

No CACI Portinho, o psicólogo tem um campo de ação alargado, procurando sempre desenvolver um trabalho em colaboração com a equipa e com a família/responsáveis. Entre as atividades que realiza encontram-se as seguintes:

- Avaliação Psicológica: para diagnóstico; análise compreensiva do funcionamento atual da pessoa; planeamento da intervenção e/ou ainda para avaliação da eficácia das intervenções;



- Acompanhamento Psicológico: quando se verifica a presença de uma perturbação, problema ou queixa, sendo o tipo de intervenção ajustado às especificidades de cada caso; procura favorecer o autoconhecimento e promover o bem-estar psicológico e emocional;
- Atendimento às famílias/responsáveis e utentes: no sentido de auscultar preocupações, orientar, aconselhar e apoiar;
- Sensibilização, Formação e Habilitação: através de Grupos de Pais; ações dirigidas aos utentes, família, equipa e comunidade ou ainda projeto dirigidos à equipa técnica;
- Intervenção na área cognitiva e socio afetiva: programas de promoção de competências pessoais, sociais e afetivas; programas de educação para a sexualidade e os afetos; programas de estimulação cognitiva; programas de treino funcional, programas de enriquecimento social e cultural, entre outros;
- Atividades Ocupacionais em Estruturas de Atendimento (AOEA): integração e acompanhamento dos utentes;
- Colaboração na admissão de candidatos: reunião de avaliação dos requisitos; elaboração do Plano de Integração e do Plano Individual de Competências e apoio na adaptação ao CACI;
- Elaboração de pareceres técnicos;
- Colaboração na programação e dinamização de atividades planeadas pela equipa.

Toda a intervenção do psicólogo rege-se pelos princípios e orientações subjacentes ao Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses, no qual sobressaem, o

respeito pela dignidade e direitos da pessoa, a competência, a confidencialidade, a responsabilidade e a integridade.

Técnico de Educação Física Adaptada

A intervenção em educação adaptada tem uma base preventiva, educativa, reeducativa e/ou terapêutica fomenta o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional, tendo em conta o indivíduo como um todo. Atua sobre a regulação do comportamento e promove processos de aprendizagem e autonomia através da relação corpo/movimento.

Tem uma visão unificada do indivíduo englobando interações sensoriomotoras, cognitivas e psíquicas para compreender as suas capacidades de ser e se expressar, tendo como referência o movimento e o contexto psicossocial.

Terapia Ocupacional

As ocupações são centrais para a identidade e para noção de competência do cliente e têm um valor e significado particular para o mesmo.

À atuação da Terapia Ocupacional centra-se nos clientes (pessoas, organização e/ou população) e na sua envolvimento em atividades do dia a dia ou ocupações que queiram e necessitem, de forma a apoiar a sua saúde e a sua participação na vida.

O Domínio da atuação da Teoria Ocupacional abrange:

- Áreas de ocupação (sono/descanso: atividades de vida diária básicas; atividades de Vida diária instrumentais; Jogar/brincar; Participação Social; Lazer; Educação; Trabalho);
- Fatores do Cliente (Valores, crenças e espiritualidade; Funções e Estruturas do Corpo);



- Competências de Desempenho Ocupacional (Competências Práticas e motoras; Preceptivo-sensoriais; Regulação Emocional; Cognitivas; Sociais e de Comunicação);

- Padrões de Desempenho Ocupacional (Hábitos; rotinas; papéis; rituais);

- Contexto e Ambiente (Pessoal; Cultural; Físico; Social; Espiritual; Virtual);

- Requisitos das atividades (relevância e importância para o cliente; objetos usados e suas propriedades; Espaço; Social; Sequência e Tempo; Ações; Funções e Estruturas).

O Processo da Terapia Ocupacional contempla a avaliação:

- Perfil Ocupacional; Análise do Desempenho Ocupacional.

O Processo da Terapia Ocupacional inclui diferentes tipos de intervenção:

- Uso terapêutico de eu; Uso terapêutico de ocupações e atividades (métodos preparatórios; atividades com propósito; atividades baseadas na ocupação); Processo de Consultadoria; Processo de Educação; Advocacia.

O Processo da Terapia Ocupacional assenta em diferentes abordagens de intervenção:

- Criar/Promover; Estabelecer/Restaurar; Manter; Modificar/adaptar; Prevenir/impedir.

O Processo da Terapia Ocupacional procura como resultados (diferentes tipos):

- Desempenho Ocupacional; Adaptação; Saúde e bem-estar; Participação; Prevenção; Qualidade de Vida; Competência de Papéis; Auto advocacia; Justiça Ocupacional,

“Ocupação é usada para significar tudo que as pessoas querem, precisam ou devem fazer, seja de natureza física, mental, social, sexual, política e/ou espiritual, incluindo sono e descanso. Também refere-se a todos os aspetos reais do fazer, ser e tornar-se humano e também ao de pertencer. Meio prático e do dia-a-dia de auto-expressão, de fazer ou experimentar sentido, a ocupação é o elemento ativista da existência humana, sejam as ocupações contemplativas, reflexoras e meditativas ou baseadas em ações” (Wilcock & Townsend, 2014).

Equitação Adaptada

Estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental social e emocional, através do contacto com os cavalos, no montar e no seu cuidado.

Objetivos Gerais:

Proporcionar aos utentes uma aproximação gradual ao cavalo e às diversas atividades a si inerentes. Desta forma pretende-se estimular o seu próprio desenvolvimento físico, mental, social e emocional, estimulando as suas potencialidades e respeitando os seus limites.

Objetivos Específicos:

- Desenvolver o equilíbrio corporal e emocional;
- Estimular a independência na condução e na interação com o cavalo;

- Despertar a autoconfiança e autoestima;
- Estimular a capacidade de atenção e concentração;
- Desenvolver as suas capacidades de sociabilização;
- Estímulo de sensações e percepções que promover o afeto;
- Atribuir a noção de espaço e postura;
- Proporcionar uma respiração correta;
- Aumentar a acuidade visual, tátil, auditiva e odorífera: - Diminuir a agressividade e a intolerância à frustração.
- Melhorar a coordenação motora, flexibilidade e força muscular;
- Introduzir as noções básicas de equitação.

Identificação de Necessidades

Refletindo sobre todo o trabalho desenvolvido considero essencial a integração na equipa de um Técnico de Psicomotricidade e o aumento de tempo de intervenção da Terapeuta Ocupacional de forma a haver um enriquecimento do trabalho desenvolvido.

Considero que pudesse haver uma verba mensal, à semelhança da verba que temos disponível para os lanches, para a gestão dos recursos materiais de desgaste da valência (exemplo: material de papelaria, escritório, didático). Embora recorramos muitas vezes a material reciclável, há necessidade de material de desgaste que só temos conseguido por termos verbas de vendas realizadas. A colaboração com a empresa



Motherson SAS é um bom exemplo disso, sendo que o investimento realizado para o bicoito de castanha só foi possível por termos dinheiro em caixa por colaboração com a mesma empresa no ano anterior.

Relativamente a obras de conservação e restauro, por desgaste é necessária a manutenção da rampa de acesso ao edifício (tem o piso antiderrapante a sair o que torna a utilização da rampa perigosa, sobretudo em tempo húmido); os muros exteriores e o portão de entrada necessitam de pintura.

Calendarização de atividades

Janeiro • Projeto Ser da Terra • Resoluções de Ano Novo • Aniversário do Centro • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades.	Fevereiro • Projeto Ser da Terra • Atelier MacDonalds - Dia dos Afetos • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Março • Projeto Ser da Terra • Dia da Mulher - Dia da Beleza Feminina • Comemoração do início da Primavera com churrasco • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Abril • Projeto Ser da Terra • Páscoa (confeção de Folar) • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Maio • Projeto Ser da Terra • Venda Pirlampo Mágico • Expressarte - Mostra da Casa • Celebração do Dia da Pessoa com Deficiência Intelectual • Sanonete artesanal - Dia da Mãe • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Junho • Projeto Ser da Terra • Atelier MacDonalds - Santos Populares • Praia • Piscina no Centro • Sabonete Artesanal - Temática Verão • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Julho • Projeto Ser da Terra • Praia • Piscina no Centro • Passeio de Verão • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Agosto • Férias • Participação de alguns utentes nas atividades de Verão na Quinta da Serralheira	Setembro • Projeto Ser da Terra • Participação na Festa da Flor - sabonete artesanal Temática Flor • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Outubro • Projeto Ser da Terra • Atelier MacDonalds - Halloween • Sabonete artesanal - Temática Outono • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Novembro • Projeto Ser da Terra • Vendas de Natal • Cabaz de Natal • Embrulhos Fnac • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades	Dezembro • Projeto Ser da Terra • Atelier MacDonalds - Natal • Vendas de Natal - Cabaz de Natal • Embrulhos Fanc • Comemoração do Dia Inter. da Pessoa com Deficiência • Todas as atividades incluídas, neste documento, em quadro resumo de atividades
--	---	---	---	--	--	--	--	---	--	--	--

APPACDM DE SETÚBAL

PLANO DE ATIVIDADES
CENTRO DE APOIO À VIDA INDEPENDENTE
2026



CENTRO DE APOIO
VIDA INDEPENDENTE

ÍNDICE

Nota Introdutória

Introdução Geral

1. Enquadramento

- 1.1. Enquadramento Legal
- 1.2. Missão do CAVI
- 1.3. Princípios Orientadores

2. Objetivos Estratégicos 2026

3. Eixos de Intervenção

Eixo 1 – Gestão e Operacionalização do Serviço de Assistência Pessoal

- Objetivos Específicos
- Atividades 2026

Eixo 2 – Qualidade, Monitorização e Avaliação

- Objetivos Específicos
- Atividades 2026

Eixo 3 – Participação, Capacitação e Empowerment dos Destinatários

- Objetivos Específicos
- Atividades 2026

Eixo 4 – Sensibilização Comunitária e Articulação em Rede

- Objetivos Específicos
- Atividades 2026

Eixo 5 – Formação e Desenvolvimento de Competências

- 5.1. Formação para Assistentes Pessoais
- 5.2. Formação para Equipa Técnica e Coordenação
- 5.3. Formação/Capacitação para Destinatários e Famílias

4. Calendário 2026

5. Indicadores e Metas

Anexos

Anexo I – Tabela do Plano de Atividades 2026

Anexo II – Tabela do Plano de Formação 2026

NOTA INTRODUTÓRIA

O presente documento apresenta o **Plano de Atividades 2026** do Centro de Apoio à Vida Independente (CAVI) da **APPACDM de Setúbal**, estruturado de acordo com os princípios, objetivos e orientações definidos no **Modelo de Apoio à Vida Independente (MAVI)** e no regime jurídico do **Serviço de Assistência Pessoal (SAVI)**. Este plano constitui um instrumento de planeamento, gestão e monitorização da intervenção desenvolvida, garantindo que a atuação do CAVI se mantém alinhada com os direitos fundamentais das pessoas com deficiência, em particular o direito à autodeterminação, à inclusão comunitária e à igualdade de oportunidades.

A APPACDM de Setúbal, enquanto entidade gestora do CAVI, assume a missão de promover condições que permitam às pessoas destinatárias viver de forma independente e participativa na comunidade, assegurando que o apoio disponibilizado responde às necessidades individuais identificadas nos Planos Individuais de Assistência Pessoal (PIAP). O ano de 2026 será, por isso, dedicado ao reforço da qualidade dos serviços prestados, ao aumento da participação das pessoas destinatárias nos processos de decisão e à consolidação das práticas de assistência pessoal num modelo centrado na pessoa.

Este plano integra cinco eixos estratégicos — **Gestão e Operacionalização do Serviço, Qualidade e Avaliação, Participação e Capacitação, Articulação em Rede e Sensibilização Comunitária e Formação** — detalhados em atividades concretas, metas e indicadores de monitorização. Inclui igualmente o **Plano de Formação 2026**, destinado a Assistentes Pessoais, equipa técnica, destinatários e famílias, reforçando o compromisso da instituição com a qualificação contínua e com a melhoria permanente do serviço.

A elaboração deste Plano de Atividades pretende, assim, assegurar uma intervenção estruturada, transparente e coerente, que permita ao CAVI da APPACDM de Setúbal continuar a promover a autonomia, a participação ativa e o exercício pleno de direitos das pessoas destinatárias, contribuindo para uma sociedade mais inclusiva e equitativa.

INTRODUÇÃO GERAL

O Plano de Atividades 2026 do CAVI da APPACDM de Setúbal apresenta a organização das ações previstas para o próximo ano, orientando a intervenção da equipa técnica e das pessoas Assistentes Pessoais no âmbito do Modelo de Apoio à Vida Independente. O documento sintetiza os principais objetivos, eixos de atuação e atividades que irão estruturar o acompanhamento das pessoas destinatárias, bem como o reforço da qualidade, formação e articulação comunitária.

Este plano pretende assegurar uma intervenção coerente, centrada na pessoa e alinhada com os princípios da vida independente, promovendo a continuidade do trabalho desenvolvido e a melhoria contínua dos serviços de assistência pessoal ao longo de 2026.

ENQUADRAMENTO

O Plano de Atividades é elaborado em alinhamento com o MAVI e o SAVI, assegurando a conformidade da intervenção do CAVI com as políticas nacionais de vida independente.

1.1. Enquadramento legal

O CAVI da APPACDM de Setúbal desenvolve a sua ação no quadro de:

- **Programa “Modelo de Apoio à Vida Independente” (MAVI)** – DL n.º 129/2017, de 9 de outubro (regras da assistência pessoal e criação/organização/funcionamento dos CAVI).
- **Primeira alteração ao MAVI** – DL n.º 27/2019, de 14 de fevereiro (clarifica elegibilidades, acumulação de apoios, prazos de transição, etc.)
- **Regime da resposta social SAVI** – Portaria n.º 415/2023, de 7 de dezembro, que define condições de criação, organização e funcionamento do serviço de assistência pessoal, assente no MAVI.
- **Primeira alteração à Portaria 415/2023** – Portaria n.º 79/2024/1, de 4 de março (ajusta regras sobre destinatários, horas máximas de apoio – 240h/mês –, equipa técnica e funcionamento).
- **Convenção das Nações Unidas sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência**, Constituição da República Portuguesa e demais legislação de proteção de direitos, igualdade e não discriminação.

1.2. Missão do CAVI

Assegurar a **gestão, coordenação e apoio aos serviços de assistência pessoal**, garantindo que pessoas com deficiência/incapacidade possam viver de forma independente, em igualdade de oportunidades e com autodeterminação, no seu contexto comunitário.

1.3. Princípios orientadores

- Autodeterminação e escolha
- Igualdade e não discriminação
- Vida independente e inclusão comunitária
- Participação ativa dos destinatários em todas as decisões
- Proximidade e flexibilidade
- Confidencialidade e respeito pela privacidade
- Articulação em rede

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS 2026

- 2.1 Consolidar a operacionalização do SAVI/CAVI** enquanto resposta integrada da APPACDM de Setúbal, alinhada com o MAVI
- 2.2 Aumentar a autonomia e participação** das pessoas destinatárias, assegurando PIAPs ajustados às suas metas de vida.
- 2.3 Reforçar competências da equipa técnica e dos Assistentes Pessoais** através de um plano anual de formação estruturado.
- 2.4 Melhorar a qualidade, monitorização e avaliação do serviço**, com indicadores claros e participação dos destinatários.
- 2.5 Aprofundar o trabalho em rede** com serviços da comunidade, entidades de direitos humanos, saúde, emprego e educação.
- 2.6 Promover cultura de direitos humanos e vida independente** junto da comunidade local.

EIXOS DE INTERVENÇÃO

Eixo 1 – Gestão e operacionalização do serviço de assistência pessoal

Objetivos específicos:

- Garantir uma gestão eficiente das horas de assistência pessoal, respeitando o limite máximo de 240h/mês por destinatário, salvo exceções.
- Assegurar que todos os destinatários têm **Plano Individual de Assistência Pessoal (PIAP)** atualizado e participado.

Atividades 2026:

1. Atualização e/ou elaboração de PIAPs

- Revisão anual de todos os PIAPs e atualização sempre que necessário (alteração de situação familiar, escolar/profissional, saúde).
- Entrevistas de planeamento com cada destinatário (e, se aplicável, família/cuidador informal).

2. Gestão de horários e escalas de Assistentes Pessoais

- Organização trimestral de escalas e revisão mensal de adequação.
- Ajuste de horários face a períodos de maior necessidade (escola, emprego, cuidados de saúde, lazer).

3. Procedimentos internos

- Revisão anual do **Regulamento Interno do CAVI** para garantir conformidade com alterações legais e orientações do ISSS/INR.
- Atualização de procedimentos sobre seleção, contratação, substituição e avaliação de Assistentes Pessoais, em conformidade com a Portaria 415/2023 e 79/2024.

Eixo 2 – Qualidade, monitorização e avaliação

Objetivos específicos:

- Monitorizar a execução do serviço e o grau de satisfação dos destinatários.
- Implementar mecanismos de avaliação interna e externa.

Atividades 2026:

1. Sistema de indicadores

- Definir e acompanhar indicadores trimestrais.

2. Reuniões de monitorização

- Reuniões mensais da equipa CAVI (coordenação + técnicos + representação de Assistentes Pessoais) para análise de casos, dificuldades e boas práticas.
- Reunião semestral de balanço com a direção da APPACDM de Setúbal.

3. Avaliação da satisfação

- Inquérito de satisfação anual às pessoas destinatárias e/ou representantes legais.
- Focus group anual com destinatários e assistentes pessoais para recolha qualitativa de perceções e sugestões.

4. Relatório anual do CAVI

- Elaboração de relatório de atividades do CAVI (a anexar ao Relatório de Atividades da APPACDM), com análise crítica, dificuldades e propostas de melhoria.

Eixo 3 – Participação, capacitação e empowerment dos destinatários

Objetivos específicos:

- Garantir que as pessoas destinatárias participam ativamente no planeamento e avaliação do serviço.
- Reforçar competências pessoais e sociais para vida independente.

Atividades 2026:

1. Sessões de capacitação em direitos e vida independente

- Ciclo de sessões (mínimo 4 por ano), com temas como:
 - Direitos humanos e Convenção sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência.
 - Autodeterminação e tomada de decisão apoiada.
 - Gestão do tempo e organização da rotina com assistência pessoal.

2. Promoção da participação comunitária

- Apoio, através da assistência pessoal, à participação em:
 - Atividades culturais, desportivas e recreativas.
 - Associações locais, associações de pessoas com deficiência, movimentos cívicos.
 - Eventos da comunidade (feiras, encontros, fóruns locais).

Eixo 4 – Sensibilização comunitária e articulação em rede

Objetivos específicos:

- Tornar o CAVI/SAVI visível na comunidade.
- Estreitar parcerias com serviços relevantes (saúde, educação, emprego, autarquias).

Atividades 2026:

1. Ações de sensibilização

- 2 a 3 ações por ano em escolas, juntas de freguesia ou outros equipamentos, sobre:
 - Vida independente.
 - Papel da assistência pessoal.
 - Combate ao estigma e à discriminação.

2. Trabalho em rede

- Participação em plataformas locais.
- Protocolos de colaboração.

3. Comunicação

- Atualização periódica de informação em site/redes sociais da APPACDM.

Eixo 5 – Formação e desenvolvimento de competências

5.1. Formação para Assistentes Pessoais

Objetivos:

- Assegurar que todos os Assistentes Pessoais cumprem os requisitos de formação definidos na legislação do MAVI/SAVI e regulamento interno.
- Reforçar competências técnicas, relacionais e éticas.

Plano formativo 2026:

1. Formação inicial obrigatória para novos Assistentes Pessoais

- Conteúdos:
 - Enquadramento legal do MAVI/CAVI/SAVI.
 - Funções, direitos e deveres do Assistente Pessoal.
 - Princípios de vida independente e autodeterminação.
 - Confidencialidade, proteção de dados e ética no SAVI.
- Periodicidade: sempre que houver novos AP (mínimo 2 edições/ano).

2. Formação contínua temática

- 3 a 4 ações ao longo de 2026:
 - Comunicação e relação de ajuda com pessoas com deficiência intelectual, multideficiência e perturbação do espectro do autismo.
 - Prevenção de abuso, negligência e violência contra pessoas com deficiência.
 - Ergonomia e segurança no trabalho do Assistente Pessoal.
 - Gestão de stress e autocuidado para Assistentes Pessoais.

5.2. Formação para equipa técnica e coordenação CAVI

Objetivos:

- Atualizar a equipa sobre alterações legislativas, metodologias de avaliação e boas práticas.

Atividades:

1. Participação em **ações de formação promovidas pelo INR, ISS ou outras entidades especializadas.**
2. Sessões internas de **estudo de casos** e supervisão técnica (bimensais).
3. Workshop anual interno sobre:
 - Monitorização e avaliação de PIAPs.
 - Gestão de conflitos e mediação entre destinatários, famílias e Assistentes Pessoais.

5.3. Formação/capacitação para destinatários e famílias

Objetivos:

- Apoiar destinatários e famílias/cuidadores na compreensão do papel do SAVI/CAVI e na gestão da assistência pessoal.

Atividades:

1. Sessões anuais para destinatários:
 - “Como tirar o máximo partido do meu PIAP”
 - “Direitos e deveres na assistência pessoal”
2. Sessões para famílias/cuidadores:
 - Diferença entre apoio familiar e assistência pessoal.
 - Como apoiar sem substituir a autodeterminação da pessoa.

CALENDÁRIO 2026

Trimestre Atividades-chave

1.º T	Atualização de PIAPs; formação inicial de novos AP; 1ª reunião do Grupo Consultivo; 1ª ação de sensibilização externa; inquérito de necessidades formativas.
2.º T	Formação contínua AP (tema 1); sessão de capacitação de destinatários; reunião de rede local; supervisão de casos; atualização regulamento interno (se necessário).
3.º T	Formação contínua AP (tema 2); ação com famílias; participação em formação externa do INR/ISS; ação de sensibilização em escola ou autarquia.
4.º T	Avaliação anual (indicadores + satisfação); focus group com destinatários; planeamento 2027; workshop interno de balanço; fecho de relatório de atividades.

INDICADORES E METAS

- **Cobertura:** X destinatários apoiados até final de 2026.
 - **PIAPs atualizados:** 100% com revisão pelo menos anual.
 - **Formação AP:**
 - 100% dos AP com formação inicial concluída.
 - ≥ 80% dos AP com pelo menos 2 ações de formação contínua/ano.
 - **Satisfação dos destinatários:** ≥ 80% referem estar “satisfeitos” ou “muito satisfeitos”.
 - **Participação:** ≥ 60% dos destinatários participam em pelo menos 1 sessão de capacitação anual.
 - **Sensibilização comunitária:** pelo menos 3 ações externas/ano.
1. **Modelo de Tabela do Plano de Atividades 2026** (atividade / objetivo / responsável / periodicidade / indicador)
 2. **Plano de Formação 2026** totalmente estruturado com carga horária, destinatários, modalidade e sugestão de entidade formadora.

ANEXOS

ANEXO I

TABELA PLANO DE ATIVIDADES 2026

Eixo 1 – Gestão e Operacionalização do Serviço de Assistência Pessoal

Atividade	Objetivo Específico	Responsável	Periodicidade	Indicador
Revisão e atualização anual dos PIAPs	Garantir PIAPs ajustados à vida e necessidades dos destinatários	Coordenação CAVI + Técnica responsável	Anual (1x/ano + sempre que necessário)	% de PIAPs revistos / total
Entrevistas de planeamento com destinatários	Reforçar autodeterminação e planeamento centrado na pessoa	Técnica responsável	Contínuo	Nº de entrevistas realizadas
Organização de escalas de Assistentes Pessoais	Garantir adequação das horas às necessidades	Coordenação CAVI	Mensal	Nº de escalas elaboradas sem necessidade de correção
Ajuste de horários e substituições	Garantir continuidade do serviço	Coordenação CAVI	Sempre que necessário	Tempo médio de resposta à substituição
Revisão do Regulamento Interno do CAVI	Atualizar normas internas conforme legislação	Coordenação + Direção	Anual	Regulamento atualizado (Sim/Não)

Eixo 2 – Qualidade, Monitorização e Avaliação

Atividade	Objetivo Específico	Responsável	Periodicidade	Indicador
Definição e acompanhamento de indicadores	Monitorizar resultados do serviço	Coordenação + Técnica	Trimestral	Nº de indicadores cumpridos
Reuniões internas da equipa técnica	Analisar casos, dificuldades e boas práticas	Equipa técnica	Mensal	Nº de reuniões realizadas
Reuniões com direção da APPACDM	Acompanhar funcionamento global	Coordenação + Direção	Semestral	Nº de reuniões realizadas
Inquérito anual de	Ouvir a perceção	Técnica	Anual	Taxa de

satisfação	dos destinatários	responsável		satisfação (%)
Focus group com destinatários	Avaliação qualitativa e propostas	Técnica responsável	Anual	Nº de propostas recolhidas
Relatório anual do CAVI	Avaliar desempenho e definir melhorias	Coordenação	Dezembro 2026	Relatório entregue (Sim/Não)

Eixo 3 – Participação, Capacitação e Empoderamento dos Destinatários

Atividade	Objetivo Específico	Responsável	Periodicidade	Indicador
Reuniões do Grupo Consultivo de Destinatários	Reforçar participação ativa	Técnica + Coordenação	Trimestral	Nº de participantes / reunião
Sessões de capacitação sobre direitos e vida independente	Promover autonomia e conhecimento	Técnica responsável	4 sessões/ano	Nº de sessões realizadas
Apoio à participação comunitária	Facilitar integração comunitária	Assistentes Pessoais + Técnica	Contínuo	Nº de participações registadas

Eixo 4 – Articulação em Rede e Sensibilização Comunitária

Atividade	Objetivo Específico	Responsável	Periodicidade	Indicador
Ações de sensibilização em escolas/autarquias	Combater estigma e divulgar o CAVI	Equipa técnica	2 a 3/ano	Nº de ações realizadas
Participação em reuniões de CLAS / redes locais	Reforçar articulação institucional	Coordenação	Contínuo	Nº de reuniões realizadas
Protocolos com serviços externos	Ampliar rede de suporte	Direção + Coordenação	Contínuo	Nº de protocolos ativos
Produção de materiais informativos acessíveis	Divulgar o serviço e princípios do SAVI	Técnica + Comunicação	Anual	Nº de materiais produzidos

Eixo 5 – Formação da Equipa, Assistentes Pessoais e Destinatários

Atividade	Objetivo Específico	Responsável	Periodicidade	Indicador
Formação inicial obrigatória para novos AP	Cumprir requisitos legais	Coordenação CAVI	≥ 2 edições/ano	% de AP formados
Formação contínua (3 a 4 ações/ano)	Reforçar competências técnicas	Coordenação + Entidade formadora	Trimestral	Nº de horas de formação/ano
Capacitação de destinatários	Reforçar autonomia	Técnica responsável	Semestral	Nº de sessões realizadas
Sessões para famílias	Melhorar cooperação e compreensão do modelo	Técnica responsável	2/ano	Nº de participantes

ANEXO II

TABELA PLANO DE FORMAÇÃO 2026

A) Formação para Assistentes Pessoais

1. Formação Inicial Obrigatória — Enquadramento do MAVI/SAVI

Tema	Carga Horária	Modalidade	Destinatários	Entidade Formadora Sugerida
Introdução ao MAVI, direitos, autodeterminação e papel do AP	6h	Presencial ou online	Novos AP	APPACDM ou entidade externa
Ética, confidencialidade e proteção de dados	4h	Presencial	Novos AP	CNPD / INR / Formador interno
Segurança, ergonomia e prevenção de riscos	4h	Presencial	Novos AP	Cruz Vermelha / Proteção Civil / empresa certificada

B) Formação Contínua dos Assistentes Pessoais (3–4 ações/ano)

Tema	Carga Horária	Modalidade	Destinatários	Entidade Formadora Sugerida
Comunicação e relação com pessoas com deficiência intelectual/autismo	6h	Presencial	AP e equipa técnica	APPACDM / formador especializado
Prevenção de abuso e negligência	4h	Presencial	AP	CPCJ / ONGPD / Segurança Social
Ergonomia avançada e técnicas de mobilização	4h	Presencial	AP	Fisioterapeutas / escolas de saúde
Autocuidado e gestão de stress para Assistentes Pessoais	3h	Online	AP	Psicólogo interno/externo

C) Formação para Equipa Técnica CAVI

Tema	Carga Horária	Modalidade	Entidade Sugerida
Atualizações legislativas sobre MAVI/SAVI e incapacidade	6h	Online/Presencial	INR / ISS / Jurista especializado
Supervisão técnica e estudo de casos	10h/ano	Interna	Coordenação + especialistas convidados
Mediação e gestão de conflitos	6h	Presencial	Mediador certificado
Avaliação e monitorização de PIAPs	3h	Interna	Coordenação / consultores externos

D) Capacitação de Destinatários

Tema	Carga Horária	Modalidade	Responsável
Conhecer e gerir o meu PIAP	2h	Presencial	Técnica responsável
Direitos humanos e vida independente	2h	Presencial	Técnica / convidado externo
Gestão do tempo e organização diária com apoio do AP	2h	Presencial	Técnica

E) Capacitação para Famílias / Cuidadores Informais

Tema	Carga Horária	Modalidade	Responsável
Diferença entre apoio familiar e assistência pessoal	2h	Presencial	Técnica
Como apoiar sem retirar autonomia	2h	Presencial	Psicólogo / terapeuta ocupacional

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
 PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
 CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
 - N.º I.P.C.: 504 646 869
 Rua Filipe de Almeida Nº 8 e 8A
 2910 - 403 SETÚBAL
 Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428
 26-11-2025

Plano de Atividades

**Equipa Local de Intervenção de
Setúbal**

INDICE

Introdução.....	3
Intervenção precoce na infância - a quem se destina?.....	3
Âmbito geográfico.....	3
Objetivos de intervenção.....	3
Operacionalização dos objetivos de intervenção	4
Avaliação	6
Calendarização	6

INTRODUÇÃO

A ELI funciona ao abrigo do decreto-lei n.º281/2009 de 6 de Outubro e é constituída por uma equipa multidisciplinar, com funcionamento transdisciplinar assente em parcerias institucionais através de um protocolo celebrado entre a APPACDM de Setúbal, o Instituto de Segurança Social/Centro Distrital de Setúbal, Unidade Local de Saúde Arrábida, a Direção Geral de Estabelecimentos Escolares.

O documento que se segue tem como objetivo principal estruturar e apresentar as linhas orientadoras de intervenção desta equipa para o novo ano.

INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA - A QUEM SE DESTINA?

Crianças com idades compreendidas entre os 0 e os 6 anos e suas famílias que apresentem:

- “alterações nas funções e estruturas do corpo” que limitam o crescimento pessoal, social e a sua participação nas atividades típicas para a idade;
- “risco grave de atraso de atraso no desenvolvimento pela existência de condições biológicas; psico-afetivas ou ambientais, que implicam uma alta probabilidade de atraso relevante no desenvolvimento da criança”.

ÂMBITO GEOGRÁFICO

- Residentes no Concelho de Setúbal.

OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO

- Identificar as crianças residentes no concelho de Setúbal com alterações nas funções e estruturas do corpo ou risco de atraso no desenvolvimento;
- Capacitar os principais cuidadores que intervêm com a criança;
- Garantir o acesso de forma igualitária a recursos comunitários e aos direitos básicos de cidadania necessários à inclusão das Crianças com necessidades educativas específicas e suas Famílias;
- Sensibilizar a comunidade para a importância da Intervenção Precoce na Infância;

- Assegurar a vigilância às crianças e famílias que, embora não imediatamente elegíveis, requerem avaliação periódica devido à natureza dos seus fatores de risco e probabilidades de evolução;
- Assegurar processos de transição das crianças e famílias apoiadas para outros programas, serviços ou contextos educativos.

OPERACIONALIZAÇÃO DOS OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização	Resultados (Avaliação)
Identificar as crianças residentes no concelho com alterações nas funções e estruturas do corpo ou risco de atraso no desenvolvimento.	- Rececionar ficha de referência; - Recolher informação junto da família e técnicos; - Apresentar o caso em reunião de equipa para análise do mesmo; - Articular com a consulta de pediatria ou outras especialidades em caso de dúvida em relação à elegibilidade; - Observar a criança nos seus contextos; - Avaliar formalmente o desenvolvimento da criança, sempre que for necessário; - Responder à entidade referenciadora; - Abertura de processo e atribuição de gestor e co-gestor;	- Equipa; - Famílias; - Outros técnicos; - Instrumentos de avaliação; - Materiais pedagógicos; - Brinquedos, jogos e livros; - Carro; - Computador; - Telefone; - Impressora; - Fotocopiadora; - Espaço físico para funcionamento da ELI; - Material de escritório.	De 1 de Janeiro de 2026 a 31 de dezembro de 2026	
Capacitar os principais cuidadores que intervêm com a Criança.	- Elaborar o Eco Mapa; - Realizar Entrevista Baseada nas Rotinas; - Elaborar os objetivos funcionais do PIIP; - Acompanhar as crianças/famílias em contexto de domicílio			

	ou educativo; - Reunir com todos os envolvidos para a avaliação/ reflexão dos objetivos funcionais do PIIP. - Consultoria colaborativa.		
Garantir o acesso de forma igualitária a recursos comunitários e aos direitos básicos de cidadania necessários à inclusão das Crianças com necessidades educativas específicas e suas Famílias.	- Articular com os serviços de saúde, segurança social, educação e outras respostas da comunidade; - Encaminhar e orientar a família para a resposta comunitária mais adequada à problemática identificada. - Receber e tratar dos pedidos de Subsídio por Frequência de Estabelecimento de Ensino Especial.		
Sensibilizar a comunidade para a importância da Intervenção Precoce.	- Divulgação do Serviço – sessões informativas; distribuição de documentação (folhetos, fichas de sinalização, entre outras). - Elaboração de artigos relacionados com o desenvolvimento infantil para integrar a página web da APPACDM. - Realização do Encontro da Equipa de Intervenção Precoce na Infância de Setúbal	- Equipa; - Famílias; - Outros técnicos; - Instrumentos de avaliação; - Materiais pedagógicos; - Brinquedos, jogos e livros; - Carro; - Computador; - Telefone; - Fax; - Impressora; - Fotocopiadora; - Espaço físico para funcionamento da ELI; - Material de escritório	De 1 de Janeiro de 2026 a 31 de dezembro de 2026
Assegurar a vigilância às crianças e famílias que, embora não imediatamente	-Monitorizar periodicamente as crianças e famílias que não são imediatamente		

elegíveis, requerem avaliação periódica devido à natureza dos seus fatores de risco e probabilidades de evolução.	elegíveis. -Monitorizar periodicamente as crianças e famílias em lista de espera para intervenção. -Monitorizar periodicamente as crianças e famílias após intervenção.			
Assegurar processos de transição das crianças e famílias apoiadas para outros programas, serviços ou contextos educativos.	- Reunir com a família e outros técnicos para a elaboração do relatório de transição. - Realizar avaliação formal do desenvolvimento, sempre que necessário. - Articular com o contexto para o qual a criança vai transitar.			
Atualizar conhecimentos de diferentes áreas profissionais dos Técnicos e promover a partilha de conhecimentos, numa perspectiva transdisciplinar	- Participar em acções de formação/seminários no sentido de fortalecer as competências profissionais da equipa. - Participar na reunião de equipa semanal. - Participar nas reuniões mensais de Formação/Ação com a Dr.ª Marina Fuertes.		De 1 de Janeiro de 2026 a 31 de dezembro de 2026	
Promover competências parentais e fortalecer redes de apoio entre famílias, através de momentos estruturados de partilha, reflexão e aprendizagem sobre estratégias que favoreçam o desenvolvimento das crianças.	- Realização de sessões mensais de grupos de pais, mediadas por três elementos da ELI Setúbal; - Criar um espaço seguro de partilha de experiências, esclarecimento de dúvidas e aprendizagens.	-Equipa; -Famílias; - Espaço físico para funcionamento do grupo de pais;	1 de janeiro de 2026 a 31 de dezembro de 2026	

AVALIAÇÃO

A avaliação do Plano de Atividades será concretizada através:

- Das famílias, de forma contínua e informal, através das reuniões regulares com as famílias e aferição do seu grau de envolvimento;
- Da equipa: de forma contínua e informal, através das reuniões de equipa de intervenção, nas quais é debatido também o funcionamento do serviço e sugestões para melhorar o mesmo; e de forma pontual e formal, aplicação de questionários acerca das necessidades sentidas pela equipa;
- Do Núcleo de Supervisão Técnica do SNIPI através de reuniões de acompanhamento.

CALENDARIZAÇÃO

De 1 de Janeiro de 2026 a 31 de dezembro de 2026.

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2910 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 411m: 960 176 428
26-11-2025

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES 2026

APPACDM de Setúbal

Departamento de Comunicação e Imagem – Cultura e Participação
DCI – CP

O Departamento de Comunicação e Imagem – Cultura e Participação (DCI-CP) da APPACDM de Setúbal desempenha um papel estruturante na afirmação pública da Instituição, na promoção da sua identidade, na valorização das suas atividades e na dinamização cultural e comunitária das pessoas que acompanha. É através deste Departamento que a APPACDM reforça a sua presença junto da comunidade, parceiros, entidades financiadoras e meios de comunicação, assegurando uma comunicação clara, atual, estratégica e humanizada.

Simultaneamente, o DCI-CP constitui um espaço de criação artística, participação ativa e cidadania, dando voz às pessoas com deficiência intelectual e promovendo a sua inclusão através da cultura, do teatro, da expressão artística e da intervenção cívica. Projetos como o ExpressArte, o grupo de teatro Puzzle, as rubricas de comunicação interna e externa, bem como o movimento “Deficiência & Democracia”, ilustram a importância de um departamento que articula comunicação institucional, cultura e participação ativa das pessoas apoiadas.

O presente Plano Anual de Atividades para 2026 estabelece a visão, os objetivos e a calendarização das ações que serão desenvolvidas ao longo do ano, garantindo organização, continuidade e impacto das iniciativas. Este documento reforça ainda o compromisso do DCI-CP com a transparência, a participação e a inovação, contribuindo para o desenvolvimento e fortalecimento da APPACDM de Setúbal enquanto instituição de referência na inclusão e defesa dos direitos das pessoas com deficiência intelectual.

Enquadramento Institucional e Missão do Departamento

O Departamento de Comunicação e Imagem – Cultura e Participação (DCI-CP) integra a estratégia global da APPACDM de Setúbal, assegurando a comunicação interna e externa, o fortalecimento da imagem institucional, a promoção cultural e o envolvimento das pessoas com deficiência intelectual em processos de expressão artística e cidadania ativa. A sua missão centra-se na promoção de uma comunicação clara, inclusiva e humanizada, no estímulo à participação cultural e na dinamização de projetos que reforcem a presença e a relevância social da Instituição.

Objetivos Estratégicos do DCI-CP para 2026

- Reforçar a identidade visual e comunicacional da APPACDM de Setúbal.
- Consolidar o ExpressArte como referência nacional em arte inclusiva.
- Ampliar a presença digital da instituição, promovendo conteúdos regulares, acessíveis e diversificados.
- Fomentar a participação cultural e artística das pessoas apoiadas.

- Dinamizar ações no âmbito do projeto Deficiência & Democracia.
- Potenciar parcerias culturais, mediáticas e comunitárias.
- Garantir uma comunicação eficaz entre as várias valências.
- Contribuir para a angariação de fundos através de campanhas e candidaturas.

Indicadores de Avaliação

- Número de publicações mensais nas redes sociais e respetivo alcance.
- Interações e crescimento das plataformas digitais.
- Número de eventos culturais acompanhados.
- Quantidade de materiais gráficos produzidos.
- Número de parcerias estabelecidas ou renovadas.
- Participação das pessoas apoiadas em projetos culturais.
- Grau de execução das atividades previstas no plano.

Metodologia de Construção do Plano

Este Plano Anual de Atividades foi construído com base nos projetos estruturantes do DCI-CP, na experiência acumulada dos anos anteriores e nas necessidades identificadas no contexto institucional. Contudo, devido à natureza transversal do Departamento, grande parte das suas ações depende das atividades das várias valências da Instituição. Por esse motivo, o plano apresenta uma estrutura aberta, com capacidade de adaptação a novas solicitações, eventos e projetos que venham a surgir ao longo do ano.

Riscos e Medidas de Mitigação

- Comunicação tardia de atividades das valências → Mitigação: criação de ponto de contacto regular e ajustamento contínuo do planeamento.
- Sobrecarga de pedidos simultâneos → Mitigação: definição de prioridades e gestão interna de tempos.
- Alterações de datas de eventos → Mitigação: manutenção de um plano flexível e articulação constante.

- Recursos materiais limitados → Mitigação: planeamento antecipado e reforço de pedidos de apoio.

Mapa de Responsabilidades

- Coordenação geral do departamento com melhoria na comunicação interna.
- Planeamento e gestão das redes sociais.
- Produção de materiais gráficos e audiovisuais.
- Cobertura fotográfica e documental de eventos.
- Gestão do Auditório CAPCI.
- Acompanhamento do grupo de teatro Puzzle.
- Desenvolvimento de candidaturas e pedidos de apoio.
- Articulação com as diversas valências da Instituição.

CALENDARIZAÇÃO

Calendarização	Atividades
Janeiro	• XXVII ExpressArte – Produção e Ensaios Mostra da Casa/Elaboração de materiais gráficos. • Campanha para regularização de quotas e angariação de novos sócios. • Projeto Deficiência & Democracia: Presidenciais 2026. • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Fevereiro	• XXVII ExpressArte – Produção e Ensaios Mostra da Casa /Elaboração de materiais gráficos. • Elaboração da Campanha de angariação (Consignação IRS). • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Março	• XXVII ExpressArte – Produção/continuação das formações nos centros. • Campanha de angariação (Consignação IRS). • Reuniões do grupo de pressão D&D. • Acompanhamento de Estagiário.
Abril	• XXVII edição do ExpressArte – Produção/continuação das formações nos centros/Lançamento do programa. • Campanha de angariação (Consignação IRS).

	• Reuniões do grupo de pressão D&D. • Acompanhamento de Estagiário.
Maio	• XXVII edição do ExpressArte (ensaios, produção e avaliação) - Eventos (de 13 a 20 de maio). • Campanha do Pirilampo Mágico 2026. • Campanha de angariação (Consignação IRS). • Comemoração do Dia Nacional da Pessoa com Deficiência Intelectual. • Reuniões do grupo de pressão D&D. • Acompanhamento de Estagiário.
Junho	• Campanha de angariação (Consignação IRS) – até ao fim do mês. • XXVII edição do ExpressArte - Avaliação do festival - até final de junho. • Elaboração da ideia e tema para a candidatura ao INR para o ExpressArte XXVIII. • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Julho	• Preparação da candidatura ao INR para o ExpressArte XXVIII. • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Agosto	• Preparação da candidatura ao INR para o ExpressArte XXVIII.
Setembro	• Entrega da candidatura ao INR para o ExpressArte XXVIII.

	• Reuniões do grupo de pressão D&D.
Outubro	• Envio de pedidos de apoio a empresas para XXVIII edição do ExpressArte. • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Novembro	• Aniversário APPACDM de Setúbal - 9 novembro. • Reuniões do grupo de pressão D&D.
Dezembro	• Atividades de Natal. • Organização de documentos do departamento para 2027. • Reuniões do grupo de pressão D&D.

Atividades regulares ao longo de todo o ano	• Programação das Redes Sociais. • Planeamento, preparação, agendamento e publicação nas redes sociais. • Gestão de agendamento e apoio técnico no Auditório do CAPCI. • Novo Centro, Miguel Simas - Ações e eventos para apoiar a construção. • Visitas regulares às várias valências da instituição. • Elaboração de matérias gráficos e divulgação de eventos da instituição. • Elaboração de Press-releases. • Manutenção do site. • Elaboração de pedidos de apoio. • Acompanhamento do grupo de teatro Puzzle. • Criação de conteúdos para as rubricas apresentadas ao longo do ano. • Criação de novas rubricas. • Acolhimento e criação de novos projetos.
--	--

ORÇAMENTO

Gastos

Tipo	Gastos	Valor (€)	Obs.
Transportes	Deslocações	250	Deslocações para reuniões, cobertura de eventos, etc...
Consumíveis	Diversos	500	Material de consumo rápido
Outros	Imprevistos	1000	Avárias de material e outros imprevistos
Materiais para Auditório do CAPCI	Material de som, luz, mobiliário, projetor, etc...	7000 €	Está a ser elaborada uma lista das várias necessidades para apetrechar o Auditório.
ExpressArte	Produção do festival	31615,04	Candidatura do ExpressArte com orçamento discriminado na candidatura. Nota: Esta candidatura contempla afetações de recursos Humanos (DCI-CP – 6 meses e Puzzle – 5 meses). No caso do DCI-CP estão incluídos também os respetivos duodécimos dos subsídios de Natal e Férias.
Recursos Humanos (Beatriz Nunes e Inês Mares)	Vencimentos	14 324,1	Foram calculados apenas 6 meses e respetivos duodécimos dos subsídios de Natal e Férias, uma vez que no orçamento do ExpressArte já conta o restante valor ficando assim completo todo o ano.
Prestação de Serviços (Puzzle)	Sofia Belchior	2700	Foram calculados 6 meses (junho, julho, setembro, outubro, novembro e dezembro).
TOTAL		€ 57 389,14	

Receitas diretas

Entidade	Projeto	Valor (€)	Obs.
Câmara Municipal de Setúbal	XXVII ExpressArte	5000	A confirmar. Valor solicitado à CMS.
Câmara Municipal de Palmela	XXVII ExpressArte	700	Confirmado
Câmara Municipal de Setúbal	Material para auditório	4000	Confirmado (transita do ano anterior)
REN	Material para auditório	3000	Confirmado (transita do ano anterior)
Instituto Nacional de Reabilitação	XXVI ExpressArte	21070,09	A confirmar. Valor solicitado na candidatura ao INR.

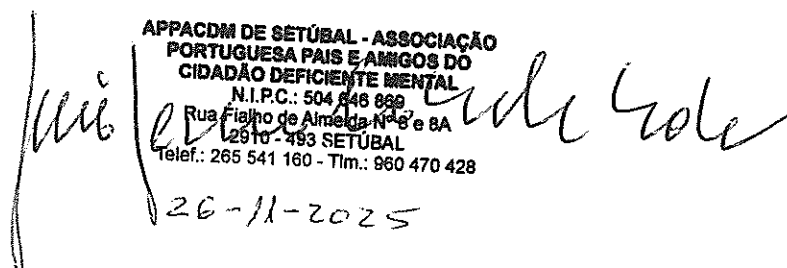
TOTAL	€ 33 770,09
--------------	--------------------

Além destas receitas diretas, o DCI-CP, através de campanhas como o Pirilampo, Consignação de IRS, angariações para a construção do Centro Miguel Simas, candidaturas, etc, contribui continuamente para a angariação de fundos para a Instituição.

O Plano Anual de Atividades 2026 evidencia a diversidade, consistência e impacto do trabalho desenvolvido pelo Departamento de Comunicação e Imagem – Cultura e Participação, demonstrando o seu papel fundamental na valorização da imagem pública da APPACDM de Setúbal, na promoção da cultura inclusiva e na participação ativa das pessoas apoiadas. No entanto, importa reforçar que este plano não se encontra completamente fechado, uma vez que grande parte das ações do DCI-CP depende diretamente da calendarização e das iniciativas desenvolvidas pelas várias respostas da Instituição.

Com frequência, a equipa de comunicação só tem conhecimento das atividades com reduzida antecedência, o que exige grande capacidade de adaptação, flexibilidade e resposta rápida. Esta realidade torna o trabalho do Departamento especialmente dinâmico, assegurando que, apesar das variáveis externas, a comunicação, a cobertura de eventos, a produção de materiais e o apoio técnico e cultural são garantidos com qualidade e profissionalismo ao longo de todo o ano.

Assim, este Plano deve ser entendido como uma base orientadora sólida, mas necessariamente aberta, que será ajustada e enriquecida em articulação contínua com as equipas das diferentes valências. O DCI-CP continuará, ao longo de 2026, a desempenhar um papel estratégico na Instituição, amplificando a sua missão, reforçando a sua presença pública, promovendo a participação das pessoas com deficiência intelectual e contribuindo para uma APPACDM de Setúbal cada vez mais visível, colaborativa e inclusiva.


APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2910 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428
26-11-2025



[2026]

Plano de Atividades CAARPD



PLANO DE ATIVIDADES

CENTRO DE ATENDIMENTO, ACOMPANHAMENTO E
REABILITAÇÃO SOCIAL PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E
INCAPACIDADE (CAARPD)

2026

Plano de Atividades CAARPD | [2026]

ÍNDICE

Introdução	3
Linhas Orientadoras	3
Objetivos Estratégicos	4
Área de Intervenção e Apoios especializados	6
Calendarização de Atividades	11

INTRODUÇÃO

Este documento tem como objetivo apresentar a organização da resposta social, definir as linhas orientadoras e propor um conjunto de atividades a desenvolver no Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para pessoas com deficiência e Incapacidade (CAARPD) da APPACDM Setúbal.

Para elaboração deste plano foi tido em conta as necessidades, expectativas/motivações dos Clientes e seus responsáveis e Cuidadores Informais e os objetivos estratégicos da Instituição, encontrando-se estruturado pela política da APPACDM de Setúbal, pela organização e objetivos operacionais do CAARPD.

Decerto que este plano não será estanque e estará sujeito a alterações em virtude de novos programas, atividades e eventos que possam surgir ao longo deste período, pelo que poderão surgir alterações quando a equipa o julgar conveniente e sempre que se justifique.

LINHAS ORIENTADORAS

É missão da APPACDM de Setúbal apoiar os utentes e suas famílias na conquista de uma cidadania de pleno direito bem como contribuir direta e indiretamente para a melhoria da sua qualidade de vida.

A pessoa com deficiência intelectual é conceptualizada na sua globalidade, como ser total e indivisível, gerador de aprendizagens, descobertas e sonhos, potenciador de crescimento; artífice de um projeto de vida pessoal único e legitimado pela sua condição de pessoa humana. Cabe a todos os agentes interventivos da comunidade institucional contribuir de todas as formas possíveis para a assunção dessa condição holística de Ser, criando condições para a minimização das diferenças, assumindo a luta pela igualdade de oportunidades.

A relação da Instituição com a comunidade envolvente e parcerias estabelecidas assume-se como fator-chave na concretização da missão devendo ser objeto de sistemático empenhamento e reflexão.

Todos os agentes de intervenção devem assumir a missão como exequível, conjugando esforços numa dinâmica de trabalho em equipa, de diálogo permanente, de flexibilidade e de corresponsabilização pelas opções de intervenção a implementar. A qualidade e eficácia da intervenção, pelo conjugar de esforços de cada uma das partes, tem que ser apanágio da equipa como um todo e nunca ter um carácter parcelar ou pontual.

Tendo com principais objetivos:

- 1) Promover a integração na sociedade da pessoa com deficiência intelectual, no respeito pelos princípios de normalização, personalização, individualização e bem-estar;

- 2) Promover o equilíbrio das famílias das pessoas com deficiência intelectual;
- 3) Sensibilizar e corresponsabilizar a sociedade e o estado, nas suas várias formas, no papel que lhes cabe na resolução dos problemas da pessoa com deficiência intelectual e respetiva família;
- 4) Defender e promover os reais interesses e satisfação das necessidades das pessoas com deficiência intelectual nas instituições, no trabalho, no lar e na sociedade, tendo como princípios básicos:
 - a) Partilhar lugares comuns;
 - b) Fazer escolhas;
 - c) Desenvolver capacidades;
 - d) Ser tratado com respeito e ter um papel socialmente valorizado;
 - e) Crescer nas relações
- 5) Sensibilizar os responsáveis/cuidadores não formais famílias, motivando-os para a defesa dos direitos dos seus familiares e apetrechando-os para a assunção das responsabilidades que lhes cabem na condução de uma perspectiva de educação permanente na escola e na família;
- 6) Humanizar e normalizar as estruturas de resposta de modo a desenvolverem meios não restritivos para a pessoa com deficiência intelectual;
- 7) Defender e promover a necessária adequação da legislação portuguesa e comunitária, no sentido de serem reconhecidos e respeitados os direitos e deveres da pessoa com deficiência intelectual;
- 8) Promover atividades socialmente úteis.

O funcionamento do CAARPD rege-se pelos princípios da humanização, respeito pela integridade, dignidade, privacidade e liberdade individual das pessoas com deficiência e incapacidade. Assegurando o atendimento, acompanhamento e o processo de reabilitação social a pessoas com deficiência e incapacidade e disponibiliza serviços de capacitação e suporte às suas famílias ou cuidadores informais.

OBJETIVOS ESTRATÉGICOS

O CAARPD promove o desenvolvimento, a valorização e a dignificação de pessoas com deficiência intelectual e/ou incapacidade assegurando a prestação serviços adequados às necessidades e expectativas dos clientes, através de atividades socialmente úteis, e de todo um conjunto de outras atividades de desenvolvimento pessoal e social adaptadas às suas características, capacidades e potencialidades.

São objetivos dos CAARPD:

- a) Informar, orientar e encaminhar para os serviços e equipamentos sociais adequados a cada situação;
- b) Promover programas de reabilitação inclusivos com vista ao desenvolvimento de competências pessoais e sociais;
- c) Assegurar o acompanhamento do percurso de reabilitação social com vista à autonomia e capacidade de representação;
- d) Capacitar e apoiar as famílias, bem como os seus cuidadores informais.

É ainda objetivo primordial do CAARPD corresponder aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, com particular enfoque nos ODS3 – Saúde e bem estar, ODS5 – Igualdade de Género, ODS9 – Indústria, Inovação e Infraestruturas, ODS10 – Reduzir as Desigualdades e ODS13 – Ação Climática, ODS 16 – Promover sociedades pacíficas e inclusivas para o desenvolvimento sustentável, proporcionar o acesso à justiça para todos e construir instituições eficazes, responsáveis e inclusivas a todos os níveis e ODS 17 – Reforçar os meios de implementação e revitalizar a parceria global para o desenvolvimento sustentável.

“Os 17 Objetivos de Desenvolvimento Sustentável são a nossa visão comum para a Humanidade e um contrato social entre os líderes mundiais e os povos. São uma lista das coisas a fazer em nome dos povos e do planeta e um plano para o sucesso”.

Ban Ki-moon (antigo Secretário-Geral das Nações Unidas)

Portugal teve um papel ativo na elaboração e na consequente implementação da Agenda 2030. Em 2017, reforçou o seu compromisso, ao ser um dos países que apresentou, de forma voluntária, um “Relatório nacional sobre a implementação da Agenda 2030 para o desenvolvimento sustentável”, no qual se podia comprovar as ações levadas a cabo a nível nacional relativamente a cada um dos ODS.

Segundo o relatório, Portugal materializa nos ODS 4, 5, 9, 10, 13 e 14 as suas prioridades estratégicas na implementação da Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável.

Com previsão de Acordo de Cooperação com o Centro Distrital da Segurança Social de Setúbal para 57 clientes.

Esta resposta social tem como equipa afeta:

▮ 1 Diretora Técnica (Psicóloga)

▮ 2 Psicólogos

▮ 1 Técnica Superior de Serviço Social

▮ 2 Técnica Superior de Educação Especial e Reabilitação, sendo que a contratação da terapia Ocupacional prevista não tem sido possível.

No planeamento e organização do Plano de Atividades, recorreu-se a estratégias transversais e multidisciplinares para que as atividades planeadas assumam um carácter de diversidade, indo igualmente ao encontro das expectativas, representações e interesses dos clientes. De sublinhar a importância assumida pelo ambiente no que diz respeito ao envolvimento da pessoa com deficiência e na sua interação com os diversos intervenientes responsáveis pela garantia do seu bem-estar, nomeadamente família e equipa de trabalho.

Relativamente à estrutura funcional, tendo como modalidade de funcionamento: Atendimento, acompanhamento e reabilitação sociais, são desenvolvidas as seguintes atividades:

- a) Elaboração do diagnóstico individual, social e familiar, sempre que possível com a participação dos próprios, familiares ou cuidadores informais;
- b) Planeamento, organização e acompanhamento na integração social, promovendo as atividades socialmente úteis e atividades de qualificação para a inclusão social e profissional com programas de inclusão socioprofissional ou para medidas de reabilitação profissional que possibilitem o exercício de uma cidadania plena, em igualdade de oportunidades, com os demais cidadãos.;
- c) Fortalecimento de fatores de resiliência, minimizando fatores de risco associados ao suporte social da família e dos cuidadores informais;
- d) Atividades da vida diária;
- e) Competências básicas de autonomia;

- f) Orientação e mobilidade;
- g) Estimulação sensorial;
- h) Formação comportamental;
- i) Apoio psicossocial para utilizadores e familiares.

ÁREAS DE INTERVENÇÃO E APOIOS ESPECIALIZADOS

No período de vigência deste Plano de Atividades, o CAARPD prevê o desenvolvimento de várias atividades que permitam aos clientes o desenvolvimento e manutenção das suas competências, assim como a vivência de novas experiências em diferentes contextos, atendendo aos conteúdos funcionais das diferentes áreas técnicas.

Serviço Social

Este Serviço tem como Objetivo Geral Promover a Qualidade de Vida dos Utentes e suas Famílias.

Através da análise das necessidades sociais e económicas do agregado familiar o Serviço Social elabora o diagnóstico de intervenção social e de acordo com os resultados encontrar as respostas mais adequadas à satisfação das necessidades das diferentes famílias.

Ao longo do ano o técnico desenvolve algumas ações, nomeadamente: Participação na elaboração, acompanhamento e avaliação dos Planos de Intervenção Individual, atendimentos e trabalho direto com as famílias, elaboração de Programas de Intervenção Social, visitas domiciliárias, articulação/encaminhamento com e para os Serviços Comunitários, acompanhamento a consultas médicas, atualização dos registos no processo individual, elaboração de relatórios, participação nas atividades da resposta, participação nas atividades do Serviço Social da Instituição avaliação dos Programas de Intervenção Social.

Psicologia

O psicólogo tem um campo de ação alargado, procurando sempre desenvolver um trabalho em colaboração com a equipa e com a família/responsáveis. Entre as atividades que realiza encontram-se as seguintes:

- Avaliação Psicológica: para diagnóstico; análise compreensiva do funcionamento atual da pessoa; planeamento da intervenção e/ou ainda para avaliação da eficácia das intervenções;

- Acompanhamento Psicológico: quando se verifica a presença de uma perturbação, problema ou queixa, sendo o tipo de intervenção ajustado às especificidades de cada caso; procura favorecer o autoconhecimento e promover o bem-estar psicológico e emocional;
- Atendimento às famílias/responsáveis e utentes: no sentido de auscultar preocupações, orientar, aconselhar e apoiar;
- Sensibilização, Formação e Habilitação: através de Grupos de Pais; ações dirigida aos utentes, família, equipa e comunidade ou ainda projeto dirigidos à equipa técnica;
- Intervenção na área cognitiva e socio afetiva: programas de promoção de competências pessoais, sociais e afetivas; programas de educação para a sexualidade e os afetos; programas de estimulação cognitiva; programas de enriquecimento social e cultural, entre outros;
- Colaboração na admissão de candidatos: reunião de avaliação dos requisitos; elaboração do Plano de Integração e do Plano Individual de Competências e apoio na adaptação ao CAARP;
- Elaboração de pareceres técnicos;
- Colaboração na programação e dinamização de atividades planeadas pela equipa. Toda a intervenção do psicólogo rege-se pelos princípios e orientações subjacentes ao Código Deontológico da Ordem dos Psicólogos Portugueses, no qual sobressaem, o respeito pela dignidade e direitos da pessoa, a competência, a responsabilidade e a integridade.

Técnico Superior de Educação Especial e Reabilitação

Na sua prática de intervenção o TSEER dinamiza diversas atividades de promoção de competências motoras e cognitivas, através de sessões de Estimulação Cognitiva, Atividades Instrumentais da Vida Diária, Psicomotricidade, Atividade Motora Adaptada (Boccia DI) e de Terapias Expressivas, de acordo com as necessidades, competências, motivações e expectativas dos clientes, promovendo, deste modo, o seu bem-estar Bio-psico-social.

A intervenção psicomotora tem uma base preventiva, educativa, reeducativa e/ou terapêutica fomenta o desenvolvimento motor, cognitivo e emocional, tendo em conta o indivíduo como um todo. Atua sobre a regulação do comportamento e promove processos de aprendizagem e autonomia através da relação corpo/movimento.

Tem uma visão unificada do indivíduo englobando interações sensoriomotoras, cognitivas e psíquicas para compreender as suas capacidades de ser e se expressar, tendo como referência o movimento e o contexto psicossocial.

A dinamização de sessões de Atividade Motora Adaptada no CAARPD, visam oferecer experiências desportivas em várias modalidades tendo como objetivo geral, a melhoria da condição física através de

exercícios físicos estruturados, promovendo o desenvolvimento motor e aquisição de competências básicas na área do desporto adaptado.

Pretende ainda sensibilizar para a importância da prática do exercício físico; desenvolver as capacidades físicas (força, agilidade, flexibilidade, equilíbrio, coordenação global, velocidade, potência e resistência), promover estratégias de autorregulação; promover hábitos de vida saudáveis e o bem-estar; diminuir o comportamento sedentário.

O TSEER tem ainda como funções:

- . Colaboração na admissão de candidatos: reunião de avaliação dos requisitos, elaboração do Plano de Integração e do Plano Individual de Competências e apoio na adaptação ao CAARP;
- . Avaliação Psicomotora, para diagnóstico, planeamento da intervenção e avaliação;
- . Orientação para a várias respostas técnicas disponíveis e da responsabilidade do TSSER;
- . Organização e implementação, de projetos e ações dirigida aos utentes, famílias e comunidade;
- . Elaboração de pareceres técnicos;
- . Colaboração na programação e dinamização de atividades planeadas pela equipa.

Calendarização de Atividades

Plano de Atividades CAARPD

Calendariza ção	Atividade Tipo/ Produto	Objetivos	Atividades Estratégicas	Indicadores	Responsáv el pela execução	Recursos	
						Internos	Externos
Janeiro a Dezembro	Atividades de Desenvolvimento Pessoal e Social	Promover as competências de relacionamento interpessoal, autodeterminação, autonomia, bem-estar, cidadania e participação social.	Participação em dinâmicas e eventos culturais e desportivos na comunidade (Campanha pirilampo mágico, FESTASSO, campanha NATAL FNAC);	Nº clientes envolvidos nas atividades	Psicólogo TSS TSEER	Equipa Materiais de Apoio	Centro Respostas Sociais da APPACDM
	a) Atividades da vida diária;	Promover a aprendizagem e conhecimento sobre diversas profissões; Promover a socialização;	Á conversa com ... (convidados de profissões diversas);	Nº de Atividades desenvolvidas			Setúbal Espaços da comunidade Fundação
	b) Competências básicas de autonomia;		Um dia sou ... (visita a diferentes contextos profissionais);	60% de concretização dos objetivos			Portuguesa luta contra a sida; PSP
	c) Orientação e mobilidade;	Promover a participação nas iniciativas dinamizadas pela instituição.	Participação no festival ExpressArte;	propostos e aquisição de novas competências			50 Cuts Atlantic Ferries
	d) Estimulação sensorial;		Colónias de férias/descanso do cuidador; Praia;				Município Setúbal; Resina Teatro; FNAC
	e) Formação comportamental;		Saídas funcionais e sócio culturais;				
	f) Apoio psicossocial para utilizadores e familiares.		Grupo Conversas Estranhas à				

Plano de Atividades CAARPD [2026]

			Séria; Dinâmicas no âmbito do projeto sexualidade para todos; Projeto Teatro Terapêutico – Cultura sem Barreiras Tecnologias de informática e Comunicação (TIC); Reforço/ Atualização de competências académicas (Matemática para a vida, Linguagem e comunicação, empregabilidade e cidadania); Apoio Psicossocial para utilizadores e familiares;					Fenacerci; União de Freguesias; Movimento associativo juvenil de Setúbal
Janeiro a Dezembro	Atividades Terapêuticas a) Atividades da vida diária; b) Competências básicas de autonomia; c) Orientação e mobilidade; d) Estimulação sensorial; e) Formação	Dinâmicas que implicam a ativação físico-funcional e a estimulação sensorial que visam promover o bem-estar, até ao máximo potencial do cliente	Atividades da Vida Diária, Treinos de autonomia pessoal (higiene, vestuário e alimentação), Orientação e mobilidade, Estimulação Sensorial Intervenção psicomotora e atividade motora adaptada (Boccia); AIVDs Cozinha; Atelier de Jardinagem.	N.º clientes envolvidos nas atividades 60% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de	Equipa técnica	Equipa Materiais de Apoio	Centro Espaços da comunidade; UDEP Clube Recreativo ULSF São Filipe	

Plano de Atividades CAARPD [2026]

	comportamental;		Atelier Recicl'arte Gestão do dinheiro Estimulação cognitiva Programas de promoção de competências pessoais, sociais e afetivas- formação comportamental; Apoios individuais nos diferentes domínios técnicos; Acompanhamentos a consultas de especialidade	novas competências			
Janeiro a Dezembro	Atividades Socialmente Úteis e de Qualificação Profissional	Desenvolvimento de competências pessoais, sociais e profissionais; Integração na vida profissional ativa; Treinar a capacidade de autonomia e desempenho de tarefas quotidianas; Fomentar a participação nas atividades de carácter profissional; Promover o sentido de responsabilidade; Manter o equilíbrio emocional e social; Fomentar as relações interpessoais e o sentido de pertença; Promover a valorização dos Utentes.	Atividades Socialmente úteis e de Qualificação social e profissional em contexto real; Construção e venda de objetos reciclados para venda em eventos e feiras da comunidade e no quiosque InComun; Participação no Projeto em parceria com a CM Setúbal "Cozinha Vizinha; Voluntariado na associação CASA Transição para programas de formação e reabilitação; Visita à Futurália – Oferta educativa formação e empregabilidade;	N.º clientes envolvidos nas atividades 60% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa	Equipa Materiais de Apoio	Centro IEFP CR e Centro de Formação APPACDM Setúbal Espaços da comunidade Quiosque InComun Parceiros comunidade Lauak Banco Alimentar

Plano de Atividades CAARPD [2026]

		Promover a manutenção e desenvolvimento de competências e a facilitação da possível transição para programas de integração socioprofissional	Dinamização de sessões psicopedagógicas em diferentes contextos escolares no âmbito das apresentações do grupo conversas estranhas à série;				FIL ESSE Biblioteca Municipal; Infantário Arco – Íris Serviços /divisões município Setúbal EB 2,3 Aranguês; CASA Escolas básicas e secundárias do concelho de Setúbal e Palmela
Janeiro a Dezembro	Participação em Formação	Formação contínua da equipa técnica	Participação em diferentes ações formativas nos diferentes domínios técnicos de intervenção; Acolhimento de voluntários e estagiários	Nº de horas de formação por técnico	Equipa	Equipa	Entidades parceiras e formadoras
Janeiro a Dezembro	Apartamentos de autonomização CASA CHAVE	estruturas residenciais de apoio a jovens e adultos com deficiência intelectual e/ou incapacidades, de	iniciar o processo de transição e adaptação dos jovens/adultos a um espaço habitacional, com vista à	Nº clientes integrados			

Plano de Atividades CAARPD [2026]

		ambos os sexos, que se encontram impedidos temporária ou definitivamente de residir no seu meio familiar, com necessidade de suporte psicosocial e estão em situação de integração no âmbito profissional ou frequência de formação profissional	integração, autonomia e qualidade de vida no que respeita à gestão doméstica da habitação própria.	70% de concretização dos objetivos propostos e aquisição de novas competências	Equipa	Equipa Materiais de Apoio	Técnicos instituições congéneres; Keyllop; Associação Sargantana Valência Visteon
Janeiro a Dezembro	Disseminação de metodologias e boas práticas	Difusão do conhecimento e de know-how designadamente a disseminação de "boas práticas", constitui, quando suportada em modelos estruturados, um instrumento de multiplicação pedagógica que contribui para uma gradual melhoria. Dinamização de ações de responsabilidade e economia social junto do tecido empresarial Participação em intercâmbios nacionais e internacionais	Participação em seminários e iniciativas de divulgação; Atualização página Facebook; Dinamização e participação em ações empresariais de team building	N.º participantes envolvidos na atividade	Equipa	Equipa Materiais de Apoio	Técnicos instituições congéneres; Keyllop; Associação Sargantana Valência Visteon

Plano de Atividades CAARPD [2026]

Centro de Atendimento e Acompanhamento Social e Reabilitação Social

Centro de Atendimento e acompanhamento social e Reabilitação Social				
Calendarização	Atividades	Destinatários	Meta Relativa ao objetivo específico	Indicador de Monitorização
Janeiro a Dezembro	Elaboração do diagnóstico individual, social e familiar	Utentes encaminhados para CAARPD (40)	Garantir a realização de 90% dos diagnósticos	Nº de diagnósticos/nº de Sinalizações x 100
Janeiro a Dezembro	Planeamento, organização e acompanhamento dos processos e Plano Individual de Intervenção	Utentes encaminhados para CAARPD (40)	Garantir o registo e evidências em 90% dos processos	Nº de atualizações /nº processos x 100
Janeiro a Dezembro	Reforçar a participação da família e/o cuidadores informais nos planos individuais de intervenção	Utentes/Famílias encaminhados para CAARPD (40)	Garantir que as famílias participem em 90% das atividades realizadas	Nº das famílias participam em pelo menos 90% das atividades realizadas/ N.º de famílias x 100%
Janeiro a Dezembro	Promover uma intervenção integrada com os parceiros das redes locais, facilitando a inclusão.	Utentes e Parceiros CAARPD (40)	Garantir a mobilização de 90% dos parceiros necessários à concretização das propostas de intervenção e inclusão	Nº de parceiros envolvidos / Nº de parceiros a envolver x 100%
Janeiro a Dezembro	Avaliação de Processos	Utentes encaminhados para CAARPD (40)	Garantir a avaliação de 90% das atividades e ações	Nº de avaliações /nº processos x 100

Plano de Atividades CAARPD [2026]

Setúbal, 25 de Novembro de 2025

A Equipa Técnica

Direção Técnica – Sara Cravo

Psicóloga Estagiária – Sofia Pereira

Sofia Pereira

Psicóloga - Paula Coimbra

Paula Coimbra

TSEER - Maria Santos

Maria Santos

TSEER – Vânia Veríssimo

Vânia Veríssimo

TSS – Alice Baia

Alice Baia

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 899
Rua Flávio de Almeida, Nº 8 e 8A
12810 - 493 SETÚBAL
Telef.: 265 541 160 - Tlm.: 960 470 428

[Signature]

26-11-2025

PLANO ANUAL DE ATIVIDADES CRI - CENTRO DE RECURSO PARA A INCLUSÃO

ÍNDICE

Introdução	Pág. 3
População Alvo	Pág. 3
Âmbito Geográfico	Pág. 3
Recurso Humanos	Pág. 4
Objetivos	Pág. 4
Operacionalização dos Objetivos	Pág. 6
Avaliação	Pág. 8
Calendarização	Pág. 8

INTRODUÇÃO

O Centro de Recursos para a Inclusão (CRI) é uma das respostas sociais da APPACDM de Setúbal, regulamentado pelo Dec. Lei 54/2018 de 6 de julho. Os CRI são serviços especializados, acreditados pelo Ministério da Educação, que intensificam a capacidade da escola na promoção do sucesso educativo de todos os alunos. O CRI da APPACDM de Setúbal é acreditado nos termos do Aviso n.º 6252/2024/2, publicados nos Diários da República, 2.ª série - n.º 59, de 22 de março de 2024 e n.º 157, de 14 de agosto.

Os CRI atuam numa lógica de trabalho de parceria pedagógica e de desenvolvimento com as escolas, prestando serviços especializados e facilitadores da implementação de políticas e de práticas de educação inclusiva.

O documento que se segue tem como objetivo principal estruturar e apresentar as linhas orientadoras de intervenção desta equipa para o novo ano.

POPULAÇÃO-ALVO

O CRI intervém com crianças e jovens com necessidade de mobilização de medidas adicionais de suporte à aprendizagem e à inclusão, ao abrigo do artigo 18º do DL 54/2018, dos Agrupamentos de Escolas e Escolas Secundárias parceiras.

O tipo de intervenção, bem como a frequência e intensidade dos apoios especializados e o contexto educativo onde são prestados, devem estar definidos no Relatório Técnico Pedagógico (RTP) ou Plano Educativo Individual (PEI).

ÂMBITO GEOGRÁFICO

O CRI atua nos concelhos de Setúbal e Palmela, estabelecendo parceria com 8 Agrupamentos de Escolas e 3 Escolas Secundárias.

RECURSOS HUMANOS

A equipa do CRI é uma equipa multidisciplinar, constituída por Terapeutas da Fala, Psicólogos, Técnicos Superiores de Educação Especial e Reabilitação/Psicomotricistas e Fisioterapeutas.

Os técnicos são distribuídos pelos agrupamentos de escolas com base nos Planos de Ação aprovados pelo Ministério da Educação.

Categoria	Número	Tempo/Semana
Psicomotricista/Psicóloga - Coordenação	2	20h
Fisioterapeuta	1	17h30
Psicólogos	5	128h
Terapeutas da Fala	5	149h
Psicomotricistas	5	99h30

OBJETIVOS DE INTERVENÇÃO

Os apoios especializados do CRI destinam-se a reduzir ou eliminar barreiras à aprendizagem e à participação dos alunos nos seus contextos educativos, bem como a apoiar os Planos Individuais de Transição (PIT) para a vida pós-escolar.

Os apoios em contexto escolar têm como finalidade contribuir para a melhoria da funcionalidade dos alunos, otimização das suas aprendizagens e o aumento dos seus níveis de participação, contribuindo para que alcancem os objetivos e competências estabelecidos no currículos, atendendo ao Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória.

A lógica de atuação do CRI apresenta como princípios estruturantes:

- **Trabalho colaborativo:** assume uma função eminentemente colaborativa, que presta consultoria e apoio aos professores, famílias, pares e outros profissionais, sendo

transversal às diferentes fases de intervenção educativa (avaliação, planeamento e intervenção) e assumindo uma visão holística das crianças e jovens.

- **Serviço de Proximidade:** recursos específicos existentes na comunidade que podem ser mobilizados para cumprir os objetivos da inclusão, cooperando com outras estruturas sempre que for necessário.
- **Serviço de Retaguarda:** pretende capacitar a escola/agentes educativos e a família/pessoas significativas para aumentar as oportunidades de participação das crianças e jovens nos seus contextos de vida.
- **Intervenção nas pessoas e nos contextos:** estabelece uma intervenção em grupo (quando o desenvolvimento de competências passar pelo contributo dos pares) ou individual (quando o objetivo for desenvolver competências específicas a serem posteriormente generalizadas), promovendo a funcionalidade e autonomia pessoal/social nos contextos naturais.
- **Habilitação de contextos:** centra-se nos diferentes ambientes nos quais é suposto o aluno participar, assim como na interação entre os alunos e esses ambientes, tendo como missão a eliminação de barreiras à aprendizagem que dificultam ou impedem o acesso ao currículo e à participação na vida escolar;

OPERACIONALIZAÇÃO DOS OBJETIVOS

Objetivos	Atividades	Recursos	Calendarização
Trabalho Colaborativo (consultoria e apoio aos professores, famílias, pares e outros profissionais, sendo transversal às diferentes fases de intervenção educativa avaliação, planeamento e intervenção)	Reuniões semanais de Equipa abertas à comunidade educativa	Equipa e Coordenação	outubro a julho 2024
	Participação em reuniões da Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva	Equipa e Coordenação	Sempre que convocados
	Observação Informal e Avaliação Formal de Alunos	Equipa	Sempre que solicitadas
	Reuniões com Encarregados de Educação	Equipa	Trimestral ou sempre que necessário
	Reuniões Gerais de Equipa	Equipa e Coordenação	Trimestral
	Reuniões com Agrupamentos de Escolas e Escolas Secundárias	Equipa e Coordenação	Semestral
	Desenvolvimento de objetivos e programas de intervenção	Equipa	Durante o ano letivo

	Grupo de Trabalho no âmbito da Educação Inclusiva Educação - Humanitas	Coordenação	Durante o ano Letivo
Serviço de Proximidade (cooperar e articular com outras estruturas da comunidade)	Reuniões Semestrais com a Equipa de Desenvolvimento e Pedopsiquiatria do Centro Hospitalar de Setúbal	Equipa e Coordenação	dezembro 2024 e junho 2025
	Articulação com serviços da comunidade para o desenvolvimento dos Planos Individuais de Transição	Coordenação, Equipa, CACI, UDI, Creche	Durante o ano letivo
	Desenvolvimento de Planos de Ação com os Agrupamentos e Escolas Secundárias	Coordenação, Direções e EMAEI's	Entre junho e julho de 2025
	Realização do processo de Acreditação do CRI ao Ministério da Educação	Coordenação, Direção da APPACDM, Agrupamentos de Escola	Quando solicitado pelo Ministério da Educação
	Avaliação dos Planos de Ação	Coordenação e Direções dos Agrupamentos	Julho 2026
Serviço de Retaguarda (capacitar a escola/agentes educativos e a família/pessoas significativas para aumentar as oportunidades de	Ação de Formação "Noções Básicas sobre Prestações Sociais para Crianças e Jovens"	Assistente Social da APPACDM-Setúbal	16/1/26 26/1/26
	Ação de Sensibilização "E depois da Escola" para esclarecimento da comunidade educativa sobre as respostas sociais para jovens com Deficiência após a escolaridade obrigatória	Coordenadores das Respostas Sociais da APPACDM Setúbal (CACI, CAARPD, CFP/CR,	1/4/26

participação das crianças e jovens nos seus contextos de vida)	Ação de Formação “Perturbação do Espeto do Autismo – da Teoria à Prática”	Coordenação do CRI	18/12/25
	Encaminhar e orientar as famílias para a resposta comunitária mais adequada à problemática identificada.	Equipa, Assistente Social, Banco Alimentar	Durante o ano letivo
Intervenção nas Pessoas e nos Contextos (intervenção individual ou em grupo para promover a funcionalidade e autonomia pessoal e social dos alunos)	Apoio Técnico Especializado	Equipa	Durante o ano letivo
	Desenvolvimento dos Planos Individuais de Transição	Equipa	Durante o ano letivo
	Intervenção individual	Equipa	Durante o ano letivo
	Intervenção em grupo	Equipa	Durante o ano letivo
	Saídas Funcionais	Equipa	Durante o ano letivo
Habilitação dos Contextos	Intervenção junto dos pares	Equipa	Durante o ano letivo
	Construção de material de comunicação aumentativa	Equipa	Durante o ano letivo

(eliminação de barreiras à aprendizagem que dificultam ou impedem o acesso ao currículo e à participação na vida escolar)	Adaptação dos espaços ou materiais	Equipa	Durante o ano letivo

AVALIAÇÃO

A avaliação do Plano de Atividades será concretizada através:

- Das escolas: de forma contínua, informal e formal – reuniões regulares entre técnicos, coordenação e agrupamentos, preenchimento pela escola de um documento que avalia o Plano de Ação e elaboração de um relatório pelos Agrupamentos sobre o trabalho desenvolvido pelo CRI;
- Da equipa: de forma contínua e informal, através das reuniões de equipa, nas quais é debatido o funcionamento do CRI e feitas sugestões para melhorar o mesmo.
- Do Ministério da Educação: que aprecia a continuidade da resposta através do processo de acreditação.

CALENDARIZAÇÃO

De setembro de 2025 a julho de 2026.

APPACDM DE SETÚBAL - ASSOCIAÇÃO
PORTUGUESA PAIS E AMIGOS DO
CIDADÃO DEFICIENTE MENTAL
N.I.P.C.: 504 646 869
Rua Fialho de Almeida Nº 8 e 8A
2910 - 493 SETÚBAL
Telef. 285 641 160 - Fax: 960 470 428

26-11-2025