



Relatório de Atividades

2016

Aventura Social - Associação

Lisboa, 29 de março de 2017

Índice

1. Introdução	pág. 3
2. Apresentação da Instituição	pág. 4
3. Constituição dos Órgãos Sociais	pág. 4
4. Área de Intervenção Geográfica	pág. 5
5. Atividades Realizadas	pág. 6
5.1 Reuniões	pág. 6
5.2 Formações	pág. 6
5.3 Congressos	pág. 7
5.4 Eventos	pág. 7
5.5 Projetos	pág. 8
5.5.1 Projeto Gerações	pág. 8
5.5.2 Programas de Promoção de Competências	pág. 9
5.5.3 Gabinete de Apoio Psicológico e Promoção da Saúde (GAPPS)..	pág. 11
5.5.4 Supervisão e Consultoria	pág. 12
5.5.5 Investigação	pág. 12
5.5.6 Projetos Financiados	pág. 12
5.5.6.1 Aventura da Parentalidade	
5.5.6.2 Escol	
5.5.7 Projetos não Financiados	pág. 15
5.5.7.1 E-Particip@	
5.6 Apoio ao Estudo e Aprendizagem	pág. 15
5.7 Investigação	pág. 16
6. Parcerias	pág. 16

7. Visibilidade da Intituição	pág. 17
8. Conclusão	pág. 18
9. Anexos	pág. 19

1. Introdução

O presente relatório pretende descrever a atividade desenvolvida pela Aventura Social – Associação (ASA) no decorrer do ano civil de 2016. Serão descritos os principais desafios abraçados pela associação e pela equipa que a constitui, sempre com o intuito de promover a saúde e o bem-estar da comunidade.

Tendo em consideração a realidade atual, e a preocupação com o bem-estar da comunidade, a ASA desenvolveu atividades que foram ao encontro das necessidades, características e particularidades do contexto em que se insere e realidade dos parceiros com os quais desenvolveu um trabalho conjunto.

Estando o país a atravessar uma conjuntura económica frágil, a ASA coloca ao dispor dos clientes uma vasta gama de serviços e especialidades a preços sociais, e por isso mais baixos, comparativamente com a oferta do mercado equiparado.

A Equipa Aventura Social, uma equipa multidisciplinar, com profissionais que desenvolvem o seu trabalho há vários anos e em áreas distintas, permite que o apoio prestado seja realizado com a garantia de qualidade e profissionalismo, indo ao encontro das reais necessidades dos utentes que usufruem dos serviços da associação.

Para facilitar o enquadramento, este documento foi realizado de forma estruturada, dividindo-se em oito partes:

- 1) Apresentação da Aventura Social – Associação
- 2) Constituição dos órgãos sociais e sócios isentos de cota
- 3) Descrição da área geográfica alvo de intervenção
- 4) Reuniões e atividades realizadas
- 5) Projetos realizados e em realização
- 6) Parcerias e acordos de colaboração – enumeração das entidades com as quais foi estabelecido um protocolo de colaboração.
- 7) Visibilidade da instituição – enumeração dos meios de comunicação pelos quais se promoveu a divulgação da associação.
- 8) Conclusão – breve balanço das atividades realizadas e principais conclusões retiradas.

2. Apresentação da Instituição

Designação: Aventura Social – Associação

NIPC: 507 471 490

Sede: Rua da Penha de França, nº 123, 3º esq. 1170-302- Lisboa

Delegação1: Rua Rodrigues Sampaio, nº 19, 6º B – Lisboa

Delegação 2: Avenida 25 de Abril, nº 21, S/l esq. – Pontinha (Odivelas)

Telefone: 213 871 019

Telemóvel: 963 276 649

Email: aventurasocialassociacao@gmail.com

Site: <http://www.aventurasocial-associacao.com/>

Facebook: <https://www.facebook.com/aventurasocialassociacao/>

Missão:

A Aventura Social Associação é uma instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), que tem como missão a Promoção da saúde integral (física, psicológica e social) e desenvolvimento saudável ao longo da vida, assente em três grandes pilares: 1) promoção de competências cognitivas, comportamentais, emocionais e de motivação; 2) promoção de suporte social através do envolvimento de famílias, comunidade e interagida; 3) cidadania ativa do indivíduo, no fomento de um maior envolvimento na comunidade e na promoção do seu bem-estar e dos que o rodeiam. Dinamização de atividades para a comunidade, abrangendo várias faixas etárias e estatuto socioeconómico.

3. Constituição dos Órgãos Sociais

Mesa da Assembleia Geral

Presidente - Maria Margarida Nunes Gaspar de Matos

Vice-presidente - João Frederico de Sousa Costa

Vogal – Maria de Lourdes Nunes Marques

Direção

Presidente - Tânia Gaspar Sintra dos Santos

Vice-presidente - Jorge Miguel da Silva Esteves Viana Barra

Secretário – Catarina Seco Matos

Tesoureiro - Teresa Cristina da Cruz Fatela dos Santos

Vogal – Marta Sena Brito

Conselho Fiscal

Presidente - Maria Celeste Rocha Simões

Vice-presidente - Gina Maria Quinas Tomé

Vogal – Marta Sofia Pereira dos Reis

Outros associados fundadores isentos de cota:

Inês camacho

Pedro Gamito

Paula Lebre

Marta Reis

Lúcia Ramiro

Teresa Paiva

Melissa Ramos

André Ribeiro

Lidia Santos

Cátia Branquinho

Diana Frasquilho

Jaqueline da Cruz

Paulo Gomes

Cristiana de Brito

4. Área de Intervenção Geográfica

A Aventura Social – Associação encontra-se sediada no Distrito de Lisboa e conta com duas delegações onde realiza atividade: delegação 1- Rua Rodrigues Sampaio, nº 19, 6º B – Lisboa e delegação 2- Avenida 25 de Abril, nº 21, S/l esq. – Pontinha (Odivelas). Na delegação 1 são levadas a cabo atividades direcionadas para a prática clínica. Na delegação 2, por ser um contexto de intervenção mais social, para além do atendimento clínico individualizado, são também realizadas atividades de cariz social, formações e intervenção na comunidade local no distrito de Odivelas.

Resultante da intervenção da zona da Pontinha, foi elaborada uma proposta de parceria entre a ASA e a Junta de Freguesia, a qual se encontra em anexo neste

documento (ANEXO I) e que sistematizxa a oforta que a associação pode disponibilizar.

5. Atividades Realizadas

5.1 Reuniões

No decorrer do ano de 2016 foram realizadas reuniões com autarquias, Juntas de Freguesia, e outras instituições, com o intuito de estabelecer parcerias de colaboração cujo principal objetivo seria a união de esforços para o desenvolvimento de trabalho conjunto.

De entre as reuniões realizadas, destacamos: Câmara Municipal de Lisboa; Câmara Municipal de Odivelas; Junta de Freguesia da União de Freguesias de Pontinha-Famões; Agrupamento de Escolas Braamcamp Freire (Pontinha); GNR (Pontinha); Cpcj Oriental e Cpcj Ocidental;

5.2 Formações

No decorrer do ano de 2016, a Equipa Aventura Social – Associação, em parceria com diversas entidades, realizou formações, subordinadas aos mais variados temas. Abaixo é apresentado um breve resumo da atividade formativa

Título: “Neurociências e Saúde Pública”

Data: Semana de 16 a 20 de Maio

Local: Serviços Sociais da Administração Pública (SSAP)

Técnico (a): Dr^a Melissa Ramos

Título: “Como Mudar Comportamentos em Saúde”

Data: 20 a 24 de Junho

Local: Serviços Sociais da Administração Pública (SSAP)

Técnico (a):Dr^a Melissa Ramos

5.3 Congressos

Evento: III Congresso Nacional de Psicogerontologia

A Aventura Social – Associação, participou o 3º Congresso Nacional de Psicogerontologia com uma comunicação realizada pelas colaboradoras da Associação: Dr^a Ana Martins e Dr^a Rita Santos.

Data: 24 de Fevereiro de 2016

Local: Universidade Lusíada de Lisboa

Evento: 8º Congresso Internacional de Psicologia da Criança e do Adolescente

A Aventura Social – Associação, participou e colaborou no evento enquanto parceira da Universidade Lusíada de Lisboa. Este ano o Congresso Internacional foi subordinado ao tema Risco Psicossocial: Investigação e Boas Práticas

Representada pela Dr^a Lídia Santos, a Aventura Social apresentou uma comunicação no âmbito do Projeto “Aventura da Parentalidade”.

Data: 13 e 14 de Abril de 2016

Local: Universidade Lusíada de Lisboa

5.4 Eventos

Evento: E-Partici@ - final do primeiro ano de projeto

Data: 2 e 3 de Junho

Local: Escola Secundária da Ramada e Escola Secundária Pedro Alexandrino (Odivelas)

Evento: “Acção de Sensibilização para as Candidaturas a Apoios ao 3º Sector”

Data: 2 de Julho 2016

Local: Casa dos Direitos Sociais – Câmara Municipal de Lisboa

Técnico (a): Dr^a Ana Martins; Dr^a Melissa Ramos; Dr^a Rita Santos

Evento: 26ª Reunião Plenária do CLAS – LX

Data: 14 de Julho 2016

Local: Casa dos Direitos Sociais – Câmara Municipal de Lisboa

Técnico (a): Dr^a Melissa Ramos

Evento: “Encontro de Saúde Juvenil”

Data 27 de Setembro de 2016

Local: IPDJ – Instituto Português do Desporto e da Juventude – Parque das Nações

Técnico (a): Prof.^a Dr^a. Margarida Gaspar de Matos; Prof.^a Dr^a Marta Reis e Dr^a Melissa Ramos;

5.5 Projetos

5.5.1 Projeto Gerações

Promoção da saúde integral (física, psicológica e social) e desenvolvimento saudável ao longo da vida, assente em três grandes pilares: 1) promoção de competências cognitivas, comportamentais, emocionais e de motivação; 2) promoção de suporte social através do envolvimento de famílias, comunidade e interajuda; 3) cidadania ativa no fomento de um maior envolvimento na comunidade e na promoção do seu bem-estar e dos que o rodeiam.

Contextos de intervenção: Avenida 25 de Abril, nº 21, s/l esq. – Pontinha, instituições parceiras, comunidade e domicílios.

5.5.2. Programas de Promoção de Competências

CuidarCriança

No âmbito ao apoio de crianças em situação de risco psicossocial, que envolve junto das comunidades mais desfavorecidas, após identificação das situações de crianças (dos 0 aos 15 anos de idade) em risco ou perigo ao nível do insucesso escolar, violência doméstica, negligência ou maus tratos, saúde mental. A equipa avalia a criança, a família, articula com a escola e com a equipa da CPCJ (se for o caso da família já ter sido sinalizada para esta entidade) e acompanha a crianças e família desenvolvendo em conjunto o projeto de reabilitação que passa pela promoção de competências parentais, competências na crianças e articulação com a escola. O que distingue a nossa intervenção é por um lado o sentido de missão e por outro a intervenção por proximidade. Cada caso tem um técnico mentor que acompanha o caso com grande proximidade. Este acompanhamento é no mínimo semanal, podendo ser diário em caso de necessidade.

FuturoJovem

Contempla jovens dos 15 aos 21 anos que se encontram em abandono escolar e sem atividade profissional. Este programa passa pelo acompanhamento e encaminhamento para soluções escolares, de formação profissional e estágios. Os jovens são identificadas por entidades parceiras, pelos municípios ou juntas de freguesia, a equipa faz um diagnóstico inicial ao nível da orientação vocacional, das competências (cognitivas, comportamentais, emocionais e motivacionais) e recursos familiares de cada jovem. De seguida elabora com cada jovem um projecto de desenvolvimento pessoal e académico/formativo/profissional. O projeto individual envolve a família, e tem diversas componentes (1) programa de competências pessoais, emocionais e sociais em grupo durante pelo menos 1 ano; (2) acompanhamento durante pelo menos 1 ano por um mentor da Associação; (3) articulação com os centros de qualificação e ensino profissional da zona; (3) ensino e emprego apoiado - articulação no mínimo semanal com o estabelecimento de ensino, formação ou estágio; (4) desenvolvimento de atividades de ocupação de tempos livres - desporto, cultura, entre outras porque diminui o risco de recaída; (5) acompanhamento psicológico ou psicopedagógico aos jovens e/ou famílias quando necessário.

Find Your Own Style

No âmbito do apoio e promoção da saúde global das crianças e jovens, este programa pretende com o apoio de entidades parceiras, municípios, juntas de freguesia, escolas, a identificação de jovens com fracas competências pessoais, sociais. Com o objetivo de desenvolvimento de competências em crianças e adolescentes, este programa com duração de um ano envolve a família e engloba: (1) diagnóstico psicossocial e de saúde; (2) elaboração de plano de intervenção em grupo; (3) intervenção em grupo no desenvolvimento das competências pessoais, sociais e emocionais dos jovens e intervenção individual no âmbito da promoção ou reabilitação cognitiva e mnésica nos casos em que se verifiquem problemáticas ao nível das dificuldades de aprendizagem e problemas de comportamento. Ao longo do desenvolvimento do programa os jovens serão integrados em atividades de ocupação de tempos livres no âmbito do desporto, cultura e dança.

Trim Your Style Up

Dirigido a desempregados, este programa de promoção de competências pessoais, sociais, técnicas e motivacionais conta com o apoio de entidades parceiras, municípios ou juntas de freguesia na identificação de indivíduos que se encontrem desempregados. Este programa com a duração aconselhada de um ano conta com três grandes etapas: (1) avaliação e diagnóstico psicossocial e de saúde; (2) elaboração de plano de intervenção; (3) intervenção grupal no âmbito da promoção das competências pessoais, sociais, técnicas e motivacionais de procura ativa de emprego e intervenção individual no caso de verificadas necessidades de acompanhamento psicológico. A par deste plano serão desenvolvidas atividades de ocupação de tempos livres (desporto, cultura, etc.) e apoio na procura de emprego.

Find Your Own Age

Envolvendo os adultos e séniores, este programa anual passa pela estimulação e reabilitação cognitiva e mnésica como forma de manter/aumentar as capacidades cognitivas das pessoas com mais de 50 anos. Os adultos e séniores são identificados pelas entidades parceiras, municípios, juntas de freguesia, centros paroquiais, lares, realizando a equipa um diagnóstico psicossocial inicial e posterior plano de intervenção e se necessário, reencaminhamento para outras especialidades ou respostas. O projeto em grupo envolve a família, e engloba (1) um programa de competências pessoais,

emocionais e sociais em grupo durante pelo menos 1 ano; (2) atividades de ocupação de tempos livres (desportivas, cultura, dança). No plano individual, caso o problema se relacione com questões cognitivas e executivas, será implementado um programa de promoção ou reabilitação de competências e das capacidades físicas comprometidas. Este programa inclui ainda a vertente comunitária, no âmbito da formação de professores, voluntários e estagiários.

Dream Yold

Este projeto gratuito pretende envolver a população com 55 ou mais anos, residente na região da Grande Lisboa, a nível individual ou que se integre numa entidade/instituição (Câmara Municipal, Junta de Freguesia, Associação, Universidade Sénior, Centro Paroquial, Lar, etc.) do distrito. Durante sessões semanais em grupo a desenvolver nas instituições, as pessoas com +55 anos poderão identificar as suas reais necessidades ao nível individual, comunitário e político, debatê-las e procurar soluções para os seus problemas. Podendo os representantes de cada instituição, num debate mensal em grupo promovido pela equipa do projeto no espaço da Aventura Social - Associação, partilhar as necessidades identificadas e estratégias de resolução com os restantes representantes de cada uma das instituições envolvidas. A metodologia do projeto Dream Yold implica o acompanhamento no diagnóstico psicossocial da população envolvida, apoio inicial na primeira sessão debate a desenvolver na entidade/instituição/freguesia, reunião intermédia, entrevistas de avaliação de processo e reunião final do projeto. Os resultados obtidos através do projeto serão apresentados pelos grupos de trabalho nas respetivas entidades/freguesias, e será produzida uma carta de consenso com apoio da equipa para apresentar ao poder político. Os resultados serão também apresentados pela equipa da Aventura Social num congresso nacional e em dois artigos de carácter científico.

5.5.3. Gabinete de Apoio Psicológico e Promoção da Saúde (GAPPS)

No âmbito da promoção da saúde global da população, o GAPPS pretende ser um espaço de saúde mental, prestando serviços: (1) Avaliação Psicológica na utilização de meios e técnicas que avaliam e descrevem o funcionamento psíquico da pessoa; (2) Acompanhamento Psicológico com vista à melhoria da sensação de bem-estar, alívio de sintomas ou resolução de crises; (3) Psicoterapia de Apoio no estabelecimento de um

processo que permite à pessoa chegar a uma compreensão mais profunda de si; (4) Neurodesenvolvimento e Neuroreabilitação na promoção e/ou reabilitação de competências mnésicas (memória) e cognitivas (exercício mental) em crianças com necessidades educativas especiais ou com problemas de comportamento e em séniores com declínio cognitivo; (5) Aconselhamento Parental e Familiar com vista ao aconselhamento no contexto relacional da família, fornece estratégias e métodos facilitadores; e um espaço de saúde física na promoção de atividades desportivas.

5.5.4. Supervisão e Consultoria

Supervisão clínica - serviço de orientação a técnicos na sua prática profissional;

Consultoria - serviço de diagnóstico, apoio e intervenção a instituições/entidades.

5.5.5. Investigação

Prestação de serviços de investigação com vista à promoção de desenvolvimento de novos conhecimentos e de serviços de diagnóstico psicossocial em municípios e freguesias. Para conhecer os nossos trabalhos visite a nossa página web www.aventurasocial.com.

5.5.8 Projetos Financiados

Título: Es'cool

Âmbito – ES'COOL - Promoção da Saúde Mental nas Escolas

Objetivos do Projeto: O objetivo da formação “ES’COOL” é desenvolver um ambiente escolar promotor de bem-estar e estilos de vida saudáveis entre os adolescentes, através da capacitação de professores e profissionais da educação. Esta formação visa o desenvolvimento de um programa de competências pessoais e sociais, que incluirá a prevenção dos sintomas das perturbações de ansiedade, perturbações do humor, a promoção do bem-estar, da resiliência e autorregulação dos adolescentes, da saúde mental em contexto escolar. Irá ainda permitir um eficaz encaminhamento que permita uma intervenção precoce e com maior eficácia em situações complexas. Por

último, permitirá promover o diálogo com pais e outros agentes educativos sobre estas temáticas e desenvolver um contexto escolar promotor de bem-estar e saúde mental entre os jovens.

Portanto, este projeto enquadra-se num modelo teórico que visa abordar a promoção da saúde mental em crianças e adolescentes, onde existe uma grande necessidade de incluir os professores como colaboradores. O modelo considera o desenvolvimento de adolescentes ativos como a melhor maneira de promover a sua saúde, considera a importância do seu contexto de vida ecológico e considera adolescentes como parceiros neste processo, modelo que já tem vindo a ser utilizado pela equipa em outros projetos.

Programa – eea Grants

Título: Aventura da Parentalidade

Âmbito - É objetivo geral a promoção de competências pessoais e sociais, através de dinâmicas de educação formal e não formal, junto de famílias do Bairro do Condado.

Programa – BIPZIP (Câmara Municipal de Lisboa)

Parceria – Nuclisol Jean Piaget

A Aventura Social – Associação foi parte responsável pela organização, realização e implementação do projeto, levando a cabo diversas atividades nas instalações das instituições parceiras.

No âmbito do Projeto Aventura da Parentalidade foram realizadas pela Equipa da Aventura Social – Associação algumas ações de formação:

Data: 26 de Fevereiro de 2016

Tema: Seminário “Aventura da Parentalidade”

Técnico (a): Prof.ª. Dr.ª. Tânia Gaspar (Presidente da Aventura Social – Associação)

Data: 19 de Abril de 2016

Tema: “Alimentação Saudável” – Formação destinada a pais

Técnico (a): Dr.ª. Rita Santos

Data: 25 de Abril de 2016

Tema: Comemoração do 25 de Abril

No âmbito das comemorações do 25 de Abril organizadas pela Câmara Municipal de Lisboa, a Equipa da Aventura Social esteve presente numa manhã marcada pelas atividades com crianças e famílias.

Técnico (a): Dr^a. Rita Santos; Dr^a Ana Martins

Data: 10 e 13 de Maio de 2016

Tema: “Comunicação, Assertividade e Resolução de Problemas através da Negociação”

Locais: Centro de Acolhimento Vale Fundão I e Centro de Promoção Social da Prodac

Técnico (a): Dr^a. Rita Santos; Dr^a Ana Martins

Data: 15 de Julho de 2016

Tema: “Conceitos de Família, Novas Famílias, Sistemas Familiares (elementos e dinâmicas)”

Locais: Centro Social Comunitário do Bairro da Flamenga

Técnico (a): Dr^a. Rita Santos; Dr^a Ana Martins

Data: 27 de Outubro de 2016

Tema: Seminário Aventura da Parentalidade – Apresentação dos resultados obtidos e do trabalho desenvolvido ao longo de um ano de projeto.

Locais: Auditório da Casa dos Direitos Sociais – Marvila

5.5.7 Projetos não Financiados

5.5.7.1 E-Particip@

O Projeto E-participa resulta da parceria formal entre o Gabinete de Saúde, Igualdade e Cidadania e a Equipa Aventura Social, tendo sido inicialmente inspirado nos fundamentos e metodologia do Projeto Dream Teens da Aventura Social.

Este é um projeto orientado para a reflexão, discussão de ideias e acção, que visa fomentar a cidadania ativa dos jovens, incidindo sobretudo nas áreas da alimentação saudável e da prática de atividade física.

Tem como destinatários 50 jovens a frequentar o 9º ano e o ensino secundário na Escola Secundária de Pedro Alexandrino e Escola Secundária da Ramada.

Conta como objetivos iniciais:

- Dotar os jovens de competências enquanto consumidores, com capacidades para fazerem escolhas informadas e responsáveis em matéria de alimentação;
- Proporcionar as condições para participação em debates focados em causas, consequências e soluções para opções alimentares desequilibradas.
- Reconhecer o jovem enquanto ator e não enquanto sujeito passivo de ações de sensibilização, reconhecendo-lhe a capacidade e o poder para intervir e transformar, numa lógica de educação pelos pares.

5.6 Apoio ao Estudo e Aprendizagem

Foi realizado apoio ao estudo e aprendizagem no decorrer do ano de 2015 nas instalações da Aventura Social – Associação. Este serviço tem como objetivo proporcionar aos alunos do 1.º, 2.º, 3.º ciclos e ensino secundário um espaço que lhes permita melhorar os conhecimentos, facilitar as aprendizagens e desenvolver métodos, técnicas e hábitos de estudo. No decorrer de 2016, este serviço foi prestado, especialmente em alunos do 1º ciclo, que apresentação Necessidades Educativas Especiais.

5.7 Investigação

A Equipa Aventura Social tem vindo ao longo dos anos a afirmar-se como uma equipa de investigadores, como tal, é a vasta a lista de estudos e publicações científicas publicadas. Essa informação é publicada e disponibilizada nas plataformas para o efeito, podendo no entanto ser disponibilizadas sempre que requerido junto dos seus autores.

6. Parcerias

Lista dos Parceiros da ASA

No decorrer do ano civil de 2016, a Aventura Social – Associação continuou a promover o trabalho em parceria e rede, continuando a assinar protocolos de colaboração.

O principal objetivo destes protocolos prende-se com a possibilidade de chegar a um maior número de pessoas, oferecendo-lhes serviços com uma percentagem de desconto, a qual é acordada entre ambas as partes.

Até à data, a Aventura Social – Associação contra com os seguintes parceiros: Universidade Lusíada de Lisboa; Ordem dos Psicólogos Portugueses; Nuclisol Jean Piaget; Casa Pia de Lisboa; Fundação Inatel; Centro de Dia de S. Sebastião da Pedreira; Serviços Sociais GNR; Gulliver; Força Aérea; EDP; Câmara de Loures; Câmara de Odivelas; Caixa Geral de Depósitos; ACA – Associação Conversa Amiga; Fundação PT; Freguesia de Alvalade; Associação Filadélfia; AID Global; Freguesia de Misericórdia ; Maçã de Alcobaça; acp – automóvel clube de Portugal; Areal editores; Associação de Proteção dos Diabéticos de Portugal; APER2 – Associação de Pais e Encarregados de Educação da EB1 da Amoreira.

Os protocolos são redigidos e assinados por ambas as partes interessadas, e atividades sempre que considerado uma mais valia.

Futuramente, a Aventura Social – Associação pretende continuar com o estabelecimento de parcerias com as mais diversas entidades, pois considera-se uma mais valia para os utentes e associados.

7. Visibilidade da Intuição

No ano civil de 2016 a Aventura Social – Associação abraçou um novo desafio e abriu uma nova delegação situada no Concelho de Odivelas, União de Freguesias Pontinha-Famões. Com este novo desafio no decorrer do ano, e principalmente nos primeiros seis meses, foi necessária a realização de uma divulgação porta-a-porta na zona geográfica circundante. Para além desta prática, a ASA procurou realizar um levantamento das necessidades da freguesia e também o contacto com instituições da zona, Autarquia, Agrupamento de Escolas e Junta de Freguesia.

Para além do contato direto e presencial com os possíveis beneficiários e parceiros com recurso a novas tecnologias, ao longo do ano civil, foi dinamizada e atualizada a página da internet criada no ano transacto (<http://www.aventurasocial-associacao.com/>) onde são disponibilizadas informações: constituição da equipa, serviços disponíveis, divulgação de atividades e atualização de notícias relativas à Equipa Aventura Social. À semelhança do que acontece com a página, também o Facebook da Aventura Social é atualizado regularmente com o intuito de chegar a um maior número possível de pessoas (<https://www.facebook.com/aventurasocialassociacao/>). É também utilizado e atualizado periodicamente o LinkedIn da ASA, sendo utilizado igualmente como forma de divulgação e dinamização.

Mensalmente é realizada e difundida uma Newsletter que dá a conhecer as atividades levadas a cabo pela equipa, divulga os próximos eventos em realização e realça as parcerias estabelecidas. Esta Newsletter é divulgada pelos parceiros, contactos de email, LinkedIn Aventura Social – Associação e Redes Sociais.

A Equipa Aventura Social foi ao longo do ano 2016 notícia e esteve presente nos meios de comunicação por inúmeras vezes, com comunicações alusivas a diversos temas da atualidade, apresentando assim o trabalho desenvolvido quer a nível da investigação, quer a nível da intervenção.

8. Conclusão

A Equipa Aventura Social – Associação, considera que foram alcançados a maior parte dos objetivos a que se propôs para o ano de 2016, assim como se verificou a realização de algumas atividades que não estavam planificadas no início do ano. Para 2017, será apresentado um Plano de Atividades devidamente estruturado, que conta com a continuação da divulgação dos serviços na comunidade, realização de projetos e formações, sempre com o objetivo de um contributo para a melhoria da qualidade de vida e bem-estar da comunidade.

Quanto à área geográfica de atuação da Aventura Social-Associação será também alargada, com um novo gabinete no Município de Odivelas, abrangendo uma maior área de atuação e um maior número de população. Prevê-se um trabalho de parceria com a Junta de Freguesia da União de Freguesias Pontinha-Famões, resultado da proposta apresentada (ANEXO I).

Prevê-se, à semelhança do que acontece em anos anteriores, a continuação da submissão de candidaturas a projetos financiados, nacionais e internacionais.

9. Anexos



Proposta de parceria



Índice

1 - Aventura Social, Associação.....	3
Enquadramento.....	3
Serviços Aventura Social, Associação – Pontinha.....	4
2 - Proposta de Serviços Aventura Social Associação- Junta Freguesia.....	7
Gabinete de Apoio à família – GAF Pontinha Famões.....	7
Diagnóstico Psicossocial da Freguesia.....	9
3 - Proposta de serviços em colaboração com a Esc. Sec. Braancamp Freire.....	11
Férias Escolares para jovens.....	11
Diagnóstico Psicossocial Séniores.....	14
4 - Minuta de Protocolo de parceria.....	17

1 - Aventura Social, Associação

Enquadramento

A **Aventura Social, Associação** é uma **Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS)** que tem como objeto de intervenção a promoção da saúde, educação para a Saúde, prevenção da doença, investigação, formação, intervenção comunitária, trabalho de parceria e em rede, elaboração de programas, supervisão e consultoria, entre outros (www.aventurasocial.com).

Iniciou-se em 1987, no âmbito do que então se chamou Núcleo de Estudos do Comportamento Social na FMH/ Universidade Técnica de Lisboa. Constituída por uma equipa multidisciplinar, tem vindo a desenvolver diversas investigações e intervenções no domínio da promoção da saúde e comportamento social.

Está integrada em vários **projetos** de investigação e monitorização, a nível nacional e internacional que pretendem ter **impacto nas políticas de promoção e educação para a saúde**. O objetivo é o conhecimento dos comportamentos ligados à saúde e respetivos contextos para que posteriormente seja possível a elaboração e implementação de programas baseados em evidências permitindo a execução de intervenções adequadas e fundamentadas.

O projeto **Aventura Social na Comunidade** foi desenvolvido a partir da necessidade de pensar um atendimento com base na ativação de recursos comunitários e participação das populações, abrangendo **crianças, jovens famílias e séniores**. Inclui também formação e supervisão de técnicos.

A **Aventura Social, Associação** pretende fazer chegar os seus serviços ao maior número de pessoas possível, abrangendo vários contextos, principalmente os **contextos mais desfavorecidos e minorias**, como tal , conta com a colaboração / **cooperação da instituições parceiras** (escolas, centros de dia, juntas de freguesia, etc), podendo também desenvolver a sua intervenção nos espaços das instituições parceiras, ou ao domicílio (no caso de utentes com mobilidade reduzida).

Atualmente, a Aventura Social, Associação conta com um gabinete em Lisboa e um espaço na **Pontinha**, sendo que o seu foco de intervenção principal é dar resposta às principais necessidades da comunidade envolvente. Desta forma consideramos imprescindível a parceria com outras entidades do concelho de Odivelas, nomeadamente a junta de freguesia da Pontinha, aliando as potencialidades das várias instituições com um interesse comum – promover a saúde e bem estar da comunidade.

Serviços Aventura Social, Associação (ASA) - Pontinha

Neste espaço desenvolvem-se atividades que visam a **promoção de saúde integral** (Física, psicológica e social) e desenvolvimento saudável ao longo da vida, a modificação de comportamentos desadequados e ainda o trabalho em rede e parceria, do qual fazem parte as **candidaturas, com instituições parceiras, a projetos financiados.**

É através de três grandes pilares que a Aventura Social Associação desenvolve a sua intervenção:

1) Promoção de competências pessoais e sociais, nomeadamente competências cognitivas, comportamentais, emocionais e de motivação; 2) Promoção de suporte

social – envolvimento das famílias, comunidades e inter-ajuda; 3) Cidadania ativa – papel mais ativo na comunidade e na promoção do seu bem-estar e dos que o rodeiam.

Público Alvo: Crianças, adolescentes, adultos, séniores e famílias.

De entre os vários serviços prestados pela Aventura Social, Associação, destacam-se as seguintes **especialidades:** Psicologia Clínica; Avaliação Psicológica; Apoio Psicopedagógico; Avaliação Neuropsicológica; Orientação vocacional Aconselhamento Parental; Intervenção na Crise/Trauma; Terapia Familiar e de Casal

Algumas das **áreas de intervenção** da equipa Aventura Social são: Ansiedade, Depressão, Fobias e Ataques de pânico, Comportamentos aditivos, Desenvolvimento pessoal, Perturbações alimentares, Dificuldades de adaptação escolar, Perturbações do sono, Dificuldades de concentração e memória, Défice de atenção e Hiperatividade, Dificuldades de aprendizagem, dificuldades comportamentais, entre outras.

São ainda desenvolvidos **programas específicos para crianças e séniores**, de entre os quais: Programa de Hábitos e Métodos de Estudo; Programa DAE- dificuldades de aprendizagem

específicas; Programa de promoção de competências pessoais e sociais; Reabilitação e Estimulação Cognitiva

Neste espaço, são também realizados alguns **workshops** dirigidos à comunidade ou a grupos específicos, como por ex pais ou profissionais de entidades parceiras, de entre os quais: Inteligência emocional, Mudanças de comportamento em Saúde, Envelhecer com qualidade de vida, Eu e os Outros – Relações interpessoais, Gestão de Stress e Relaxamento, Trauma – do Problema ao Recurso.

Equipa Aventura Social, Associação

A Aventura Social Associação é constituída por uma equipa multidisciplinar de profissionais, de entre os quais, psicólogos clínicos inscritos na OPP, psicoterapeutas, psicólogos forenses, assistentes sociais, professores, terapeutas da fala, estagiários de Psicologia e Serviço Social e voluntários.

Presidente da Associação Aventura Social

Tânia Gaspar – Psicóloga Clínica, Mestre em Saúde Pública, PhD em Psicologia, Diretora do Instituto de Psicologia e de Ciências da Educação na Universidade Lusíada de Lisboa, diretora do Journal do Child and Adolescent Psychology/Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente. Coordenadora executiva nacional do Estudo Europeu TEMPEST/EC (comportamento alimentar/prevenção da obesidade em crianças e adolescentes) e do Estudo Europeu KIDSCREEN/EC (qualidade de vida relacionada com a saúde). Investigadora no Centro de Malária e Doenças Tropicais (CMDT/IHMT/UNL), membro do estudo international HBSC/OMS, membro da equipa Aventura Social e do Youth Engagement Program: Dream Teens (<http://dreamteens.aventurasocial.com/>).

2- Proposta de Serviços

Gabinete de Apoio à família – GAF Pontinha Famões

Enquadramento

Partindo do princípio que são atribuições das juntas de freguesia a promoção e salvaguarda dos interesses das populações no que concerne, entre outros, à educação e ação social, e que, deve ser mantida a necessidade constante de criar mecanismos de apoio que possam auxiliar as pessoas a ultrapassar problemas que, sozinhas, não são capazes e que, face ao cenário socioeconómico atual em Portugal é imprescindível a união de esforços e o trabalho de cooperação entre as várias instituições sociais de forma a ser possível traçar intervenções mais adequadas contribuindo para resultados mais eficazes.

Consideramos que as respostas sociais deverão seguir a lógica do serviço integrado ajustado à pessoa. Se uma pessoa/ família apresenta várias necessidades sociais as respostas poderão ser mais eficientes se forem prestadas de forma integrada. Só assim se podem começar por suprir as necessidades sociais primárias, sendo que a superação destas é uma condição indispensável para uma efetiva supressão de necessidades sociais de níveis superiores. Por exemplo, antes de arranjar um emprego a um sem-abrigo, tem de se lhe proporcionar alojamento temporário, trabalhar as suas competências e promover a sua autonomia.

Tendo em conta que a Aventura Social Associação é uma instituição particular de solidariedade social constituída por uma equipa multidisciplinar de técnicos com experiência, consideramos que a criação de **um Gabinete de Apoio a família da junta de freguesia de Pontinha Famões**, constituído através da parceria com a **Aventura Social Associação**, é uma mais valia como resposta às necessidades e problemas do foro psicológico e outras existentes na freguesia,

procurando funcionar numa perspetiva essencialmente preventiva e de apoio nas diferentes vertentes da sua atividade.

Beneficiários

Ex: Crianças a partir dos seis anos de idade, residentes ou que estejam frequentar um estabelecimento de ensino, bem como adolescentes, adultos/ séniores que residam ou trabalhem na freguesia.

Serviços

Rastreios psicológicos/ mnésicos; apoio psicológico individualizado; aconselhamento parental; programas específicos para dificuldades de aprendizagem; programas de intervenção dirigidos a famílias; avaliação psicológica; orientação vocacional estimulação/ reabilitação cognitiva a partir dos 55 anos; terapia da fala

Ações de sensibilização dirigidas á comunidadae ou a grupos específicos de acordo com o tema proposto (pais, seniores, adolescentes grávidas...) ex: violência no namoro; parentalidade positiva; envelhecer com qualidade de vida, etc.

Localização

Aventura Social, Associação OU espaço cedido pela junta de freguesia.

Diagnóstico psicossocial da freguesia

Tendo em conta as desigualdades subjacentes à problemática da pobreza, do isolamento e da exclusão social, torna-se imprescindível dar particular atenção às questões de âmbito social, educativo, cultural e recreativo, com o compromisso de uma continuada e progressiva inclusão pela melhoria das condições de vida das pessoas e dos seus agregados familiares. **É fundamental a análise da realidade comunitária para projetar intervenções eficazes.**

Propomo-nos então efetuar um estudo aprofundado da freguesia, do qual farão parte as linhas de pesquisa que se seguem:

Dinâmicas demográficas (ex: Densidade populacional (N.º/ km²); População residente (N.º) por Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade; Taxa de analfabetismo (%); Proporção da população residente de nacionalidade estrangeira (%); Proporção da população residente com pelo menos uma dificuldade (%); Índice de dependência total (N.º); Índice de dependência dos jovens (N.º); Índice de dependência dos idosos (N.º); Índice de envelhecimento (N.º); Índice de longevidade

Famílias e Núcleos familiares (ex: Famílias (N.º); Dimensão média das famílias clássicas (N.º); Núcleos familiares monoparentais (N.º) por Local de residência (à data dos Censos 2011), Tipo de núcleo familiar (Monoparental), Grupo etário (Pai ou mãe) e Nível de escolaridade (Pai ou mãe); Proporção de famílias clássicas unipessoais de pessoas com 65 ou mais anos de idade (%); Proporção de núcleos familiares de casais com filhos (%));

Educação (ex: Taxa de abandono escolar (%); Proporção da população residente com pelo menos o 3º ciclo do ensino básico completo (%); Proporção da população residente com idade entre 30 e 34 anos de idade com pelo menos o ensino superior completo (%); Proporção da população residente com idade entre 20 e 24 anos de idade com pelo menos o ensino secundário completo (%); Proporção da população residente com idade entre 3 e 5 anos a frequentar a educação pré-escolar (%); oferta educativa e formativa);

Atividade Económica e Emprego (ex: População empregada (N.º) por Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade; População desempregada (N.º) por Sexo, Grupo etário e Nível de escolaridade; Taxa de desemprego (%); Proporção de profissionais socialmente mais valorizados (%); População desempregada à procura de novo emprego (N.º) por Sexo, última situação na profissão e Atividade económica;

Habitação (ex: Proporção de alojamentos sobrelotados (%); Proporção de edifícios com necessidade de grandes reparações ou muito degradados (%); Idade média dos edifícios (Ano); Encargos médios mensais por aquisição de habitação própria (€); Proporção de edifícios com acessibilidade através de cadeira de rodas (%); Valor médio mensal das rendas dos alojamentos familiares clássicos arrendados (€); Proporção de alojamentos familiares clássicos sem pelo menos uma infraestrutura básica (%); Densidade de alojamentos (N.º/ km²); Proporção de alojamentos familiares clássicos vagos (%); Alojamentos familiares clássicos arrendados de residência habitual (N.º) por Escalão de divisões, Grupo socioeconómico do titular do alojamento e Escalão do valor mensal da renda; Índice de envelhecimento (N.º) dos edifícios);

Saúde e Proteção social (ex: equipamentos e respostas de saúde, agregados abrangidos por

medidas de proteção social – rendimento social de inserção, subsídio de desemprego, subsídio social de desemprego, abono familiar, complemento solidário para idosos – equipamentos sociais existentes).

3 - Proposta de Serviços com a colaboração com a Escola Secundaria Braancamp Freire

Férias escolares para jovens

Objetivo:

As ações de férias planeadas visam promover a saúde psicológica e o bem-estar, através da prática lúdica de atividade física e de atividades de promoção de competências pessoais e psicoemocionais.

População-alvo: Jovens dos 13 aos 17 anos.

Duração: Férias natal, páscoa, verão

Parcerias:

Escola Secundária Braamcamp Freire e Junta de Freguesia da Pontinha.

Recursos Humanos:

- Equipa Aventura Social
- Auxiliares de Ação Educativa (apoio através da escola)
- Convidados Especiais (treinador de futebol, professora de dança, atleta)

Local:

Instalações da Escola Secundária Braamcamp Freire

- Ginásio /Pavilhão Desportivo
- Campo de jogos (campo de futebol)

- Auditório
- 2 Salas com recursos audiovisuais
- Sala de convívio dos alunos/bar

Estádio do Jamor (1 manha) - várias modadilades com o apoio da Fed Port Atletismo)

Formato:

As atividades irão ser desenvolvidas durante as datas/horários definidos no plano mensal descrito em baixo (exemplo de planificação ferais de verão). A inscrição dos jovens será feita para o período total mensal do Programa Geral de Férias.

A considerar: Co-pagamento por parte dos alunos.

Divulgação:

A escola (direção/professores) e ajunta de freguesia irão apoiar na divulgação do programa de férias e a Aventura Social irá distribuir e afixar folhetos informativos.

Atividades:

As atividades planeadas serão englobadas em atividades-constantas (“Pontinha Got Talent” e “Teatro”) e atividades-variáveis, ambas visando a prática de actividade física, bem como o treino de competências pessoais e socioemocionais.

O encerramento da ocupação de férias escolares será marcado pela realização de uma festa final onde os jovens apresentarão algumas das atividades realizadas, que seria aberta a familiares/amigos. Será também realizado um torneio de futebol e na última semana de atividades será apurada a equipa vencedora do torneio.

Seguidamente apresenta-se o exemplo de um plano mensal específico de atividades.

Semana 04-08 Julho					
Horário	2ª F (04/07)	3ª F (05/07)	4ª F (06/07)	5ª F (07/07)	6ª F (08/07)
10.00-12.00	<ul style="list-style-type: none"> Apresentação e Regras Dinâmicas de Grupo: “Quebra-gelo” 	<ul style="list-style-type: none"> Gincana 	<ul style="list-style-type: none"> “Pontinha Got Talent” “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> Estafetas 	<ul style="list-style-type: none"> 1º Jogo do Torneio Futebol e “Braancamp Cheerleaders”
Almoço					
15.00-17.00	<ul style="list-style-type: none"> Inscrições nas actividades Macro Sugestões do Jovens e Discussão 	<ul style="list-style-type: none"> “Pontinha Got Talent” “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> Matiné Cinema 	<ul style="list-style-type: none"> Debate/ “Storytelling” 	<ul style="list-style-type: none"> “Pontinha Got Talent” “Teatro”
Semana 11-15 Julho					
Horário	2ª F (11/07)	3ª F (12/07)	4ª F (13/07)	5ª F (14/07)	6ª F (15/07)

10.00-12.00	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades “Party” (Mímica) 	KIDS ATHLETICS (estádio Jamor/ Fed Port Atletismo)	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Paddy Papper” ou Jogos Tradicionais 	<ul style="list-style-type: none"> • 2º Jogo do Torneio Futebol e “Braancamp Cheerleaders”
Almoço					
15.00-17.00	<ul style="list-style-type: none"> • Discoteca 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • Matiné Cinema 	<ul style="list-style-type: none"> • Debate/ “Storytelling” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro”
<i>Semana 18-22 Julho</i>					
Horário	2ª F (18/07)	3ª F (19/07)	4ª F (20/07)	5ª F (21/07)	6ª F (22/07)
10.00-12.00	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades “Party” (Desenho Palavra Proibida) 	Convidado Especial	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • Gincana 	<ul style="list-style-type: none"> • 3º Jogo do Torneio Futebol e “Braancamp Cheerleaders”
Almoço					
15.00-17.00	<ul style="list-style-type: none"> • Karaoke 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • Matiné Cinema 	<ul style="list-style-type: none"> • Debate/ “Storytelling” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro”
<i>Semana 25-29 Julho</i>					
Horário	2ª F (25/07)	3ª F (26/07)	4ª F (27/07)	5ª F (28/07)	6ª F (29/07)
10.00-12.00	<ul style="list-style-type: none"> • Actividades “Party” (Marcas) 	Convidado Especial	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • Jogo Final do Torneio Futebol e “Braancamp Cheerleaders”
Almoço					
15.00-17.00	<ul style="list-style-type: none"> • “Shark Tank” 	<ul style="list-style-type: none"> • “Pontinha Got Talent” • “Teatro” 	<ul style="list-style-type: none"> • Matiné Cinema 	<ul style="list-style-type: none"> • Preparação Festa Final 	<ul style="list-style-type: none"> • Festa Final

Diagnóstico Psicossocial Séniores

Após reunião com o diretor da escola Escola Secundária Braancamp Freire e com o professor responsável pelo curso profissional de técnico de apoio psicossocial, foi solicitada a colaboração da equipa Aventura Social, no que diz respeito á prossecução de alguns objetivos do curso relacionados com a interação entre os vários atores sociais da comunidade.

O curso de técnico de apoio psicossocial deve ser caracterizado por uma forte ligação com o mundo profissional e proporcionar experiências de carácter socioprofissional que facilitem a futura integração dos jovens no mundo do trabalho, desenvolvendo capacidades de relacionamento, iniciativa, adaptação, inovação e criatividade e promovendo valores de solidariedade social, justiça, dedicação e humanidade. Neste

sentido julgamos que o envolvimento dos alunos no diagnóstico sénior á freguesia da Pontinha seria muito importante.

O envelhecimento torna-se cada vez mais uma dificuldade política, social e comunitária. Dentro desta perspetiva a equipa Aventura Social, Associação considera imprescindível a intervenção com população sénior com o objetivo de dar respostas ao nível psicológico e social, crucial para o bem-estar e harmonia da comunidade.

Este projeto surge da necessidade de dar respostas específicas, direcionadas a um nível individual e posteriormente comunitário. Pretende-se inserir na comunidade da freguesia da Pontinha a população sénior mais isolada. Seguidamente é apresentada a caracterização da população em foco, os objetivos e a metodologia do projeto.

➤ Caraterização da população alvo e área geográfica

A população alvo do presente projeto corresponde à faixa etária acima dos 65 anos, residente na freguesia da Pontinha, concelho de Odivelas. A intervenção abrange séniores em situação de isolamento, com fraco suporte social e emocional, sinais de dependência física e psicológica, pouco ativa na comunidade, desmotivada para a realização de atividades de grupo e manutenção de relações interpessoais.

➤ Objetivos

1. Avaliação e levantamento das necessidades - Intervenção de proximidade na freguesia da Pontinha, concelho de Odivelas.

2. Sinalização de casos em que a componente psicológica e/ou social se encontrem em risco.

3. Encaminhamento de casos específicos para respetivas entidades de resposta mediante as necessidades encontradas na população.

4. Intervenção psicossocial junto da comunidade realizada pela equipa Aventura Social, Associação de acordo com as necessidades encontradas.

5. Realização de um registo dos resultados obtidos através da intervenção.

➤ Metodologia de Intervenção

Através da colaboração de técnicos, alunos e entidades na zona geográfica da freguesia da Pontinha pretende-se um projeto repartido em dois momentos de intervenção.

Numa primeira instância realiza-se a aproximação à população alvo de intervenção, através de uma metodologia de proximidade, no contato direto (porta-a-porta), de forma a avaliar e sinalizar necessidades imediatas. Posteriormente os casos sinalizados que apresentem necessidades específicas fora do alcance de resposta do projeto são encaminhados para as entidades com a resposta adequada a cada situação.

Numa segunda fase é efetuada a intervenção psicossocial, individual ou em grupo, por parte da equipa Aventura Social, Associação através de programas de promoção de competências, acompanhamento psicológico individual, aconselhamento, atividades temáticas pontuais e/ou prolongadas no tempo com o objetivo de corresponder às necessidades anteriormente encontradas.

Equipa:

Aventura Social Associação

Alunos do Curso Profissional de técnico de Apoio Psicossocial da Escola Braancamp
Freire

Lisboa, 29 de Março de 2017

