

Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão  
(C.A.C.I.)

# Plano Anual de Atividades 2024



## **Introdução**

O Plano Anual de Atividades consiste num documento orientador da resposta social C.A.C.I (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão) que reflete o parecer sobre o que será a ação da Fundação João e Fernanda Garcia no ano de 2024. Desta forma, este documento baseia-se na necessidade de responder aos desafios e na ambição de ir ao encontro dos interesses dos clientes. É de salientar que, o cliente é a principal razão da existência da instituição, assim sendo, todas as atividades são idealizadas e realizadas em função da satisfação e desenvolvimento pessoal do cliente.

O presente plano tem como finalidade, o estímulo permanente da vida mental, física e afetiva dos clientes, valorizando e potencializando as aptidões, conhecimentos, vivências e experiências dos mesmos. Este estímulo é crucial para fortalecer diversas capacidades, designadamente, memória, concentração, coordenação e atenção.

A concretização das atividades poderá ser influenciada por fatores externos e/ou internos, suscetíveis de condicionar o seu desenvolvimento, pelo que, ao longo do ano, poderão ser adotadas algumas alterações que venham a revelar-se necessárias, de acordo com os acontecimentos não programados e com novas atividades. É ainda de destacar que as atividades que se pretendem desenvolver, inserem-se na estratégia definida para o cumprimento da missão e objetivos da instituição e organiza-se em torno dos seguintes Eixos e Objetivos:

- 1- Garantir a qualidade e abrangência dos serviços prestados;
- 2- Reforçar o papel social da organização;
- 3- Assegurar a melhoria contínua dos processos de trabalho e a orientação para os resultados;
- 4- Consolidar a autossustentabilidade financeira da organização;
- 5- Privilegiar o diálogo com os clientes, famílias, Centro Distrital da Segurança Social de Castelo Branco, Autarquia e IPSS's do Concelho;
- 6- Partilhar com as famílias/cliente o dia-a-dia da instituição para garantir a continuidade da mesma.

## Contextualização

A Fundação João e Fernanda Garcia é uma Instituição Particular de Solidariedade Social e compreende duas respostas sociais, nomeadamente, o Lar Residencial e o C.A.C.I. (Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão).

Segundo o artigo 1º da Portaria nº71/2021, a resposta social C.A.C.I consta no desenvolvimento de atividades ocupacionais para pessoas com deficiência, visando a promoção da sua qualidade de vida, proporcionando um maior acesso ao meio envolvente, aos seus recursos e atividades e que se constituam como um meio de capacitação para a inclusão, em função das respetivas necessidades, capacidades e nível de funcionalidade. Conforme o artigo 4.º, a resposta supracitada tem como 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; 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) 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; F) 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; G) 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.

Tendo em conta os objetivos apresentados, torna-se crucial apresentar e explicitar as atividades a desenvolver no próximo ano:

- I: Atividades ocupacionais;
- II: Atividades terapêuticas;

- III: Atividades de desenvolvimento pessoal-social.

### **I - Atividades ocupacionais**

A atividade ocupacional tem como finalidade assegurar o conforto e bem-estar dos clientes, mantendo-os ativos e motivados na realização das suas atividades de vida diária, tendo sempre em conta, as potencialidades do cliente, emancipação, equilíbrio físico, emocional e relacional.

O trabalho com os clientes em instituição tem um caráter contínuo sendo atribuída aos clientes várias tarefas diárias, no domínio das AVD'S (atividades da vida diária), nomeadamente: na cozinha, como ajudantes na preparação dos alimentos para as refeições; no refeitório, responsabilizando-se pelas tarefas rotineiras (colocação dos talhares, levantamento de loiças, limpeza, etc.); manutenção geral dos espaços interiores e exteriores; e higienização e limpeza dos equipamentos.

Estes tipos de atividades são cruciais, uma vez que, melhoram a autonomia, o sentido de responsabilidade, e a adequação comportamental às diversas situações.

### **II - Atividades terapêuticas**

As atividades terapêuticas têm como objetivo habilitar os clientes para diversas competências fundamentais à autonomia diária, nomeadamente, aptidões físicas, intelectuais e emocionais. Desta forma, as atividades referidas, promovem o desenvolvimento de intervenções de reabilitação psicossocial, através de estímulo e da preservação das capacidades cognitivas, sensoriais e motoras. As atividades terapêuticas desenvolvidas na Fundação João e Fernanda Garcia são:

#### **A) Escolinha**

**Local de realização:** Salas de atelier

**Período de realização:** Segunda-feira (10h – 11h / 11h – 12h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores internos

Esta atividade tem como principal objetivo, o estímulo cognitivo dos clientes sendo também de caráter lúdico-terapêutico. Procura-se manter presentes as aprendizagens que os nossos clientes foram adquirindo ao longo da vida. Assim, pretende-se trabalhar: A) Reconhecimento de letras, números, palavras e frases; B) Identificação de imagens; e, C) Estimulação de raciocínio, a concentração, a memória e a organização.

## **B) Piscina**

**Local de realização:** Piscina Municipal de Vila de Rei

**Período de realização:** Terça-feira (10h30m – 11h30m)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Professor de natação (Município de Vila de Rei)

A atividade em meio aquático tem como objetivo proporcionar um ambiente facilitador e lúdico de modo a promover competências psico-motoras, desenvolvimento da coordenação motora, equilíbrio e orientação espacial. A natação adaptada é uma atividade física desenvolvida com o intuito de aumentar o potencial e as capacidades dos clientes, quer ao nível psicomotor, como na aquisição das competências do nado e adaptação ao meio aquático. A natação adaptada tem como objetivo a promoção da autonomia dos clientes no meio aquático, aumento da resistência e aprendizagem dos vários estilos de natação.

## **C) Biblioteca**

**Local de realização:** Biblioteca Municipal José Cardoso Pires

**Período de realização:** Quarta-feira (10h-11h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores do Município de Vila de Rei

Nesta atividade, os clientes deslocam-se à Biblioteca Municipal de Vila de Rei com o objetivo de realizar tarefas planificadas pela mesma. Realizam-se atividades de caráter lúdico-terapêutico trabalhando-se várias competências: cognitivas (atenção, concentração e memória); sensoriais (ouvir e identificar histórias); motricidade (através do contacto com diferentes materiais); e sociais (participação em atividades coletivas e intergeracionais).

## **D) Informática**

**Local de realização:** Biblioteca Municipal José Cardoso Pires

**Período de realização:** Quinta-feira (10h – 11h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores do Município de Vila de Rei

Esta atividade irá permitir aos clientes contactarem com a tecnologia, nomeadamente, com o computador (acesso à internet e softwares educativo). Ora, através desta atividade será possível adquirem novas competências, nomeadamente, aquisição e desenvolvimento tecnológico.

### **E) Ginásio**

**Local de realização:** Sede

**Período de realização:** Sexta-feira (10h – 11h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores internos

A atividade física é desenvolvida com o intuito de promover a coordenação motora, consciência corporal, orientação espacial, através de exercícios adequados aos interesses e necessidades dos clientes. A razão da prática de exercícios inclui o reforço da musculatura e do sistema cardiovascular, bem como, a perda de peso e o combate ao sedentarismo.

### **F) Atelier de Pontos e Bordados**

**Local de realização:** Sede

**Período de realização:** Segunda-feira a Sexta-Feira (14h – 15h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores internos

Neste atelier procura-se desenvolver trabalhos de costura, aproveitando os conhecimentos e as vivências de alguns clientes. São desenvolvidas algumas técnicas de bordados estimulando a motricidade fina e a destreza manual, mantendo o equilíbrio emocional e social. Desenvolvem-se competências relacionadas com a distinção de matérias e a utilização correta dos instrumentos de costura. Fomenta-se a valorização pessoal e social dos clientes.

### **G) Atelier de Artes Plásticas**

**Local de realização:** Sede

**Período de realização:** Segunda-feira a Sexta-Feira (14h – 15h)

**Técnico responsável pela orientação e dinamização:** Técnicos/trabalhadores internos

São realizadas as atividades de estimulação sensorial, trabalhos manuais/expressão plástica, e espaço temático. Neste atelier, procura-se adequar as atividades realizadas às necessidades específicas dos clientes. Trabalham-se várias técnicas e vários materiais como: pintura em tela; pintura em madeira; trabalho em madeira (pirogravura); corte e colagem de materiais; modelagem; pintura em gesso; técnica do guardanapo entre outras.

Promove-se a expressão artística como forma de comunicação, fomenta-se a criatividade, mantém-se o equilíbrio emocional e social sempre com o intuito de valorizar o cliente enquanto cidadão.

### III - Atividades desenvolvimento pessoal-social

As atividades de desenvolvimento pessoal-social com o meio têm como finalidade desenvolver as aptidões pessoais, sociais e relacionais, estimulando a aptidão cognitiva e a interação, mediante a execução e o envolvimento em experiências diversificadas. As atividades abaixo descritas são previstas que se pretendem realizar:

<b>Data</b>	<b>Celebração</b>	<b>Atividade</b>
<b>5 de janeiro</b>	Dia de Reis	Cantar quadras no jardim de infância
<b>11 de janeiro</b>	Dia do Obrigado	Valorização do ato cuidados na Fundação João Fernanda Garcia
<b>05 de fevereiro</b>	Dia da Nutella	Atividade culinária
<b>11 de fevereiro</b>	Carnaval	Desfile promovido pelo Município de Vila de Rei

<b>13 de fevereiro</b>	Dia Mundial da Rádio	Visita a uma rádio
<b>14 de fevereiro</b>	Dia dos Namorados	Realização de lembranças alusivas ao dia
<b>8 de março</b>	Dia da Mulher	Realização de lembranças alusivas ao dia / valorização pessoal da mulher
<b>19 de março</b>	Dia do Pai	Realização de lembranças alusivas ao dia
<b>21 de março</b>	Dia da Árvore	Plantação de uma árvore
<b>28 de março</b>		Celebração da Páscoa através de trabalhos alusivos
<b>29 de abril</b>	Dia da Dança	Aula de zumba
<b>08 de abril</b>	Dia da Atividade Física	Passeio pedestre
<b>18 de abril</b>	Dia Internacional dos Monumentos	Visita a um monumento
<b>25 de abril</b>	Dia da Liberdade	Elaboração de cravos
<b>6 de maio</b>	Dia Internacional do Bombeiro	Elaboração de um quadro para oferecer aos bombeiros



## Instituição Particular de Solidariedade Social

<b>09 de maio</b>	Dia da Espiga	Passeio pedestre com o intuito apanhar um ramo de espiga
<b>13 de maio</b>	Dia do Cocktail	Elaboração de um cocktail
<b>17 de maio</b>	Dia da Pastelaria	Confeção de pasteis de nata
<b>28 de maio</b>	Dia Internacional do Hambúrguer	Confeção de comida de fast food
<b>05 de junho</b>	Dia do Ambiente	Ação de recolha de lixo na floresta
<b>13 de junho</b>	Santos Populares	Celebração dos Santos Populares
<b>junho a setembro</b>	Época balnear	Ida à praia fluvial/piscina
<b>18 de junho</b>	Dia Internacional de Piquenique	Passeio pedestre com piquenique numa praia fluvial
<b>21 de junho</b>	Início de Verão	Ida a uma esplanada comer um gelado

<b>22 de julho</b>	Dia Mundial do Cérebro	Jogos de estimulação cognitiva com a empresa Puzzleeduc (férias desportivas de Vila de Rei)
<b>setembro</b>	Visita de Estudo	
<b>25 de setembro</b>	Dia Mundial do Sonho	Levantamento e realização de sonhos
<b>27 de setembro</b>	Dia Mundial do Turismo	Andar de comboio
<b>1 de outubro</b>	Dia da Música	Karaoke
<b>04 de outubro</b>	Dia do Sorriso	Espalhar sorrisos pela comunidade
<b>09 de outubro</b>	Dia dos Correios	Elaboração de uma carta e colocar no posto dos correios
<b>10 de outubro</b>	Dia da Saúde Mental	Fazer uma tela com os alunos da EBI
<b>31 de outubro</b>	Halloween	Celebração de Halloween
<b>05 de novembro</b>	Dia do Cinema	Ida ao cinema
<b>11 de novembro</b>	Dia de São Martinho	Magusto

## Instituição Particular de Solidariedade Social

<b>03 de dezembro</b>	Dia da Deficiência	Valorização dos clientes
<b>19 de dezembro</b>	Festa de Natal	Apresentação de um vídeo

Face ao exposto, é de salientar que, as atividades expostas serão centradas nas especificidades de cada cliente. O presente plano reflete o envolvimento da instituição em dar continuidade ao trabalho efetuado em anos anteriores, elevando o seu compromisso com a melhoria contínua dos serviços prestados.

A Fundação João e Fernanda Garcia conta com o empenho, partilha e dedicação dos colaboradores e Direção para o pleno cumprimento dos seus objetivos, tentando dar a melhor resposta às necessidades identificadas pelos clientes, proporcionando assim, satisfação, valorização pessoal e mais qualidade de vida.

Vila de Rei, 28 de novembro de 2023.

Aprovado pelo Conselho de Administração

---

---

---

---

---