



Identificação

BRASOAR - Associação Prevenção e Ação em Rede

Rua Dom Jerónimo de Azevedo, torre 4, loja 574, 4250-238 Porto

NIF: 513275037

A associação tem como fim impulsionar a prevenção e intervenção social numa perspetiva de trabalho em rede com as seguintes linhas de atuação:

- a) Impulsionar a intervenção em Rede e partilha de conhecimento entre instituições nacionais e internacionais, baseada no respeito dos direitos humanos e orientada para o desenvolvimento das comunidades locais;
- b) Fomentar atividades que promovam a Igualdade de Género;
- c) Implementar a Igualdade de Oportunidades e a Inclusão Social;
- d) Desenvolver ações de Responsabilidade e Empreendedorismo Social;
- e) Promover ações de sensibilização e formação nas áreas de intervenção da associação;
- f) Monitorizar as políticas sociais e económicas aplicadas em contextos de exclusão social e outros;
- g) Apoiar outras entidades no desenvolvimento de projetos no âmbito da intervenção da associação;
- h) Atendimento a vítimas de crime, a quem prestamos apoio psicológico, social e/ou jurídico, de forma gratuita.

No âmbito do trabalho realizado desde 2014, a BRASOAR tem desenvolvido projetos que assentam nos dois pilares de ação, ou seja, fundamentalmente na área da prevenção apostado na sensibilização de crianças e jovens, assim como os principais intervenientes sociais (como formação para públicos estratégicos), como na intervenção direta através do Gabinete de Apoio a Vítimas de crime.

Neste sentido, a associação realiza campanhas de prevenção e ações de sensibilização para crianças e jovens sobre as temáticas do Bullying, Violência no Namoro e Discriminação em função do Sexo em Escolas e/ou Agrupamentos do concelho do Porto (Agrupamento de Escolas Carolina Michaëlis; Agrupamento de Escolas do Cerco; Agrupamento de Escolas Alexandre Herculano) e Vila Nova de Gaia (EB 1 do Magarão; Escola EB 2/3 de Vila D'Este; Agrupamento de Escolas D. Pedro I; Escola EB 2/3 da Madalena).

Até ao momento, foram realizadas 7 ações de sensibilização, com a duração de 4 horas para alun@s dos 6 aos 12 anos. No total estiveram presentes 156 jovens. Também participamos em campanhas de prevenção com crianças mais pequenas (entre o 4 e os 6 anos) em parceria com alguns infantários e pré-escolas da cidade do Porto. No total participaram 45 crianças.

Ministramos ações de sensibilização/informação sobre as temáticas da área de intervenção da associação que têm como destinatários colaboradores de empresas que nos apoiam ao nível da responsabilidade



social, agentes de OPC's e sociedade em geral. Foram realizadas 4 ações de 14 horas cada, abrangendo um total de 52 pessoas nestas sessões.

Nos anos de 2017/2018 a atividade foi dinamizada em parceria com 6 Agrupamentos de escolas do concelho do Porto realizaram-se 25 ações num total de 476 participantes (crianças e jovens).

Em 2016, começou a ser dinamizado o programa piloto denominado "Maria Rapaz ou Rapaz Maria", que assenta na dinamização de diversas dinâmicas com o objetivo de implementar boas práticas na comunidade educativa. As temáticas abordadas enquadram e integram os respetivos programas e referenciais escolares de modo coerente com as Metas Curriculares, já aprovadas e atualmente em vigor nas escolas. Paralelamente, a associação dinamizou um projeto piloto denominado por "BH-Biblioteca Humana" que consiste na apresentação de histórias/ Storytelling na primeira pessoa (testemunhos), sendo uma metodologia concebida para promover o diálogo, reduzir preconceitos e estimular a compreensão. Numa biblioteca humana, as pessoas 'tornam-se' livros que são 'emprestados' para uma conversa. (<http://humanlibrary.org/index.html>).

Desde 2014 que a BRASOAR possui um gabinete de apoio a vítimas, a funcionar na Rua Dom Jerónimo de Azevedo, torre 4, loja 574. Apoiamos Crianças e Jovens, Homens e Mulheres, vítimas de maus-tratos, negligência, violência doméstica e discriminação (racial e de género). Possuímos protocolo com a PSP e GNR no sentido de conseguirmos oferecer um acompanhamento personalizado e individualizado desde o primeiro momento (apresentação da queixa) até ao finalizar do processo. Fazemos acompanhamento, social, clínico e jurídico. Até ao momento (outubro de 2014 a dezembro de 2022) registamos 450 atendimentos de vítimas de violência doméstica, 45 atendimentos para apoio a legalização e 65 atendimentos no âmbito de processos de regulação de responsabilidades parentais, apoiamos ainda duas vítimas do crime de violação.



Introdução ao Projeto

A **Terapia da Fala** atua na prevenção, avaliação, intervenção e estudo científico das perturbações da comunicação humana, englobando não só todas as funções associadas à compreensão e expressão da linguagem oral e escrita, mas também outras formas de comunicação não verbal. Para além destas áreas, intervém, ainda, ao nível da deglutição (passagem segura de alimentos e bebidas através da orofaringe de forma a garantir uma nutrição adequada).

A Terapia da Fala pode ser indicada em indivíduos de todas as idades – recém-nascidos, crianças, jovens, adultos ou idosos – com ou sem patologias diagnosticadas, tendo por objetivo geral otimizar as capacidades de comunicação e/ou deglutição do indivíduo, melhorando, assim, a sua qualidade de vida (ASHA, 2007).

Quando procurar a prestação de cuidados de saúde na área de Terapia da Fala?

Se o seu filho:

- tem mais de 2 anos e ainda não fala
- tem dificuldade em interagir com os outros
- tem dificuldade em se fazer perceber - troca sons (na fala) ou letras (na escrita)
- tem dificuldade em compreender os outros - fala muito alto e fica rouco com frequência - gagueja ou faz esforço para falar
- tem problemas de audição e na fala
- tem/teve uma alteração craniofacial (p.e. fenda labiopalatina) que trouxe consequências ao nível da fala e/ou deglutição
- está a fazer tratamento ortodôntico e precisa de treinar a fala e/ou a motricidade oral
- está impedido de falar e precisa de outra forma de comunicação temporária ou definitiva.

Se é jovem, adulto ou idoso:

- gostaria de melhorar a forma como comunica
- gagueja e considera isso um problema
- fica rouco ou tem dificuldades em projetar a sua voz
- teve um problema de saúde (p.e. AVC) e não consegue falar corretamente ou compreender bem o que lhe dizem
- fez uma cirurgia (ou teve um acidente) que trouxe consequências ao nível a fala ou da deglutição
- tem uma doença degenerativa e quer encontrar soluções para o futuro ao nível da comunicação e deglutição
- quer fazer um rastreio e/ou prevenir problemas de comunicação e/ou deglutição-

A **Terapia Ocupacional** é uma área da saúde que atua no tratamento e reabilitação de pessoas de todas as idades. O seu objetivo é facilitar e capacitar a realização das atividades do dia-a-dia que as mesmas deixaram de poder fazer por força de alguma condição clínica (motora, cognitiva, emocional ou social).

Essas condições podem estar presentes desde o nascimento, serem desenvolvidas com a idade ou resultarem de acidente, doença ou lesão.



O Terapeuta Ocupacional pode aplicar a sua abordagem em diversas áreas, como:

- Pediatria (casos de atraso global do desenvolvimento, síndrome de down, paralisia cerebral, autismo...)
- Medicina física e reabilitação (casos de AVC, quadros neurológicos e ortopédicos...)
- Geriatria (problemáticas específicas do envelhecimento, alzheimer e outros quadros demenciais, Parkinson...)
- Psiquiatria (esquizofrenia, doença bipolar, depressão...).

O objetivo da terapia ocupacional desenvolvida por estes profissionais de saúde passa por encontrar meios para que as pessoas alcancem a sua autonomia e independência e possam utilizar ao máximo as suas potencialidades.

Nesse sentido, o Terapeuta avalia as atividades que a pessoa não consegue realizar, olhando para todos os aspetos da sua vida diária (casa, escola, trabalho, lazer). O intuito é encontrar soluções para que possa aumentar a autonomia e independência.

Simultaneamente compreende e analisa quais são as estruturas e/ou funções que estão a limitar o desempenho do paciente. Assim, procede-se à construção de um plano de intervenção adequado, individualizado e verdadeiramente personalizado.

A intervenção do Terapeuta Ocupacional assenta principalmente no recurso a atividades/ocupações significativas com o intuito de restaurar ou manter funções.

Através dessa abordagem é possível estimular e desenvolver competências. Simultaneamente desperta o interesse e participação do paciente para ter parte ativa no seu próprio processo de reabilitação.

Quando procurar a prestação de cuidados de saúde na área de Terapia Ocupacional?

- Se apresentar dificuldades na realização de atividades diárias (ao nível do auto-cuidado, trabalho ou lazer) devido a problemas físicos ou mentais.
- Se deseja promover a sua saúde física, mental e social através da participação em atividades que permitam desenvolver competências, adquirir novos conhecimentos, relaxar, prevenir quedas, etc.
- Se cuida de uma criança que apresenta uma perturbação de desenvolvimento e/ou dificuldades de aprendizagem.
- Se deseja obter recomendações sobre tecnologias de apoio e adaptação de ambientes.
- Se necessita de uma ortótese.
- Se deseja obter um relatório pormenorizado sobre as suas competências ou do seu familiar.
- Se deseja aprender a cuidar melhor de uma pessoa dependente e a lidar melhor com essa tarefa.
- Se deseja definir um plano ocupacional que lhe permita preparar-se para a altura da sua reforma.
- Se deseja envelhecer com maior saúde, participação e segurança.

A **hipoterapia** tem como principal objetivo promover o desenvolvimento do estado psicológico, físico e social do indivíduo, atualmente é muito utilizada para pessoas com necessidades especiais, como por exemplo deficientes físicos, atraso mental, autismo, etc. A hipoterapia usa os movimentos do cavalo para desenvolver a capacidade do psicossocial, consistindo num método educacional que favorece a aprendizagem, socialização e o desenvolvimento global da pessoa.



Os efeitos terapêuticos com o cavalo têm sido descritos desde a época de Hipócrates (458-370 a.C.), que indicava a equitação como forma de regenerar a saúde. Os destinos do cavalo e do homem são inseparáveis. O cavalo foi utilizado como meio de conquista, de imigração, de transporte, de trabalho, de veneração e de crença, na mitologia, na fabricação de soro e vacina, no lazer e no desporto. Nos dias de hoje é dado um grande destaque como instrumento de reabilitação e educação.

A hipoterapia é muito benéfica para o desenvolvimento do indivíduo uma vez o cavalo origina movimentos tridimensionais (para cima e para baixo, para a esquerda e para a direita e para a frente e para trás) parecidos movimentos humanos, e este paralelismo favorece a construção da percepção destes movimentos. Traduzindo-se desta forma em benefícios do sistema vestibular, controlo de movimento, consciência do espaço, entre outros.

Objetivos da Hipoterapia

Proporcionar às pessoas com necessidades especiais físicas, mentais, visuais, auditivas e múltiplas, o seu desenvolvimento biopsicossocial, estimulando suas potencialidades, respeitando os seus limites e visando a integração e inserção social. Tem ainda como objetivo mais específico:

- Proporcionar um bom equilíbrio emocional e corporal;
- Facilitar a organização de esquema corporal do praticante e da sua orientação espacial;
- Desenvolver a estruturação temporal e o equilíbrio psico-emocional;
- Desenvolver e fortalecer funções psicomotoras e força muscular;
- Introduzir e reforçar aprendizagens pedagógicas;
- Estimular a capacidade de atenção, concentração;
- Desenvolver a autoconfiança e auto-estima;
- Estimular a autonomia, independência na condução e na interação com o cavalo;
- Integrar as famílias, possibilitando a troca de experiências, inclusão social e fortalecimento dos vínculos familiares;
- Introduzir as noções básicas de equitação.

Principais benefícios:

Psicológicos

- Aumento da auto-estima, confiança e autonomia;
- Desenvolvimento da sociabilidade;
- Diminuição da agressividade e intolerância à frustração.

Cognitivos

- Aumento da capacidade de comunicação e interação das crianças, sobretudo no que se refere ao desenvolvimento das várias formas de comunicação sobretudo da verbal;
- Contribui para a estimulação da concentração.

Físicos

- Facilita o desenvolvimento do equilíbrio, da noção de espaço e postura;



- Favorece a tonificação da musculatura;
- Melhora o tom de voz, o que facilita a pronúncia de palavras devido a uma respiração correta.

A quem de destina?

A Equitação Terapêutica revela-se um complemento terapêutico eficaz no tratamento de portadores das seguintes condições:

- Atrasos gerais no desenvolvimento neuropsicomotor.
- Atrasos mentais.
- Autismo.
- Síndrome de Down.
- Espinha bífida.
- Esclerose múltipla.
- Paralisias, hemiplegias e amputações.
- Distrofia muscular.
- Traumas craneo-encefálicos.
- Perda de mobilidade pela ocorrência de um AVC.
- Distúrbios visuais e/ou auditivos.
- Epilepsia.
- Reabilitação de acidentes.
- Distúrbios emocionais, que podem englobar, perturbações alimentares, toxicomanias, sociopatias e psicomancias.
- Dificuldades de concentração, da fala, de aprendizagem e de comunicação.
- Hiperatividade.
- Problemas de adaptação social.
- Reabilitação de estados de ansiedade, stress, e doenças psicossomáticas associadas tais como, a depressão e o luto.



O Projeto

Sala para Terapias Pedagógicas

Descrição e Objetivos:

Este projeto tem como objetivo equipar uma sala para promover terapias pedagógicas complementares para a população em geral, com enfoque nas comunidades mais carenciadas/vulneráveis. Este foi idealizado como uma resposta benéfica face à escassez de respostas existentes e ao aumento crescente de procura por este tipo de terapias sem resposta atempada e sistemática por parte do Sistema Nacional de Saúde.

Este projeto pretende:

- 1) promover sessões de terapia da fala a indivíduos com fracos recursos, a um valor mais acessível;
- 2) oferecer serviços de terapia ocupacional com custos mais acessíveis;
- 3) dar a conhecer a Hipoterapia e promover sessões com valor reduzido. Para este serviço iremos contar com a parceria do Sport Club Porto - Centro Hípico, situado na Rua de Monte dos Burgos em Ramalde.

Público-Alvo

Este projeto pretende beneficiar toda a população, desde crianças e jovens/adultos e idosos que necessitem de apoio e/ou acompanhamento especializado, que de outra forma não terá acesso facilitado.

Impacto

Com a criação desta sala de terapias pedagógicas prevemos criar valor através da criação de uma resposta relevante para a população envolvente, que já é nossa beneficiária no âmbito de outros projetos que a associação promove e à qual reconhecemos a necessidade deste espaço. Contudo, é nossa ambição chegar ainda a mais pessoas e, portanto, este projeto está pensado para ser mais uma resposta que complementa a nossa ação e que se apresente à comunidade como uma alternativa aos serviços públicos assoberbados e incapazes de dar resposta em tempo útil às problemáticas de saúde, quer na intervenção, quer na prevenção.

Efetivamente este projeto surge para colmatar esta lacuna, mas também para replicar boas práticas dinamizadas por outras entidades, onde a sua existência permite generalizar o acesso a cuidados de saúde especializados que, por questões económicas e também pelo estigma associado, não são facilmente procuradas nem entendidas como uma resposta de saúde que promove o bem-estar.

Quando idealizado, este serviço surge em regime de complementaridade e de crescimento, com as respostas já existentes. Na verdade, pretendemos alargar o âmbito de atuação, o que representa mudanças organizacionais para que este incremento seja concertado e bem estruturado quer na sua construção quer na dinâmica dos projetos em curso.



Replicabilidade

Considerando a necessidade de sustentabilidade por parte do projeto, consideramos que é importante adaptar o custo de cada sessão de terapia. Isto significa que quanto à sustentabilidade financeira pretendemos criar uma carteira de clientes, com possibilidade financeira para suportar o preço das consultas, mesmo que abaixo do preço de mercado. Desta forma, tornamos mais acessível o serviço, mas com o pagamento feito em função dos rendimentos do agregado familiar. Assim conseguimos equilibrar para que todos paguem apenas aquilo que conseguem para obter um serviço que, de outra forma, não está acessível. Os beneficiários que apresentem capacidade financeira terão um custo social para cada consulta. Caso o beneficiário integre um agregado carenciado deverá apresentar documentação que o ateste para que possa usufruir sem custos. Propomos que através da divulgação dos serviços consigamos atrair clientes que permitam um equilíbrio entre clientes que possam pagar e clientes carenciados. Dada a dificuldade que uma franja significativa da população tem em suportar consultas de especialidade com a regularidade exigida, a preços de mercado parece-nos exequível que a classe média da Freguesia de Ramalde seja um potencial alvo, com vista a promover a escalabilidade do projeto e com isso a sua sustentabilidade no futuro.

Este projeto pretende tornar acessíveis a toda a população os cuidados de saúde que, mesmo sendo essenciais para o bem-estar e desenvolvimento saudável, ainda são vedados no SNS aos cidadãos por falta de recursos suficientes e capazes de dar resposta em tempo útil.

Neste sentido, consideramos que a sua execução bem-sucedida pode reproduzir resultados favoráveis às comunidades. Desta forma, produzimos conhecimento que pode ser replicado por outras instituições de carácter social e/ou de saúde, complementando a intervenção de proximidade destas organizações.



Anexo 1 – Cronograma

Este projeto está previsto iniciar a 01 de junho de 2023, prevê-se a sua conclusão, ao abrigo deste financiamento, no dia 30 de junho de 2024.

Todas as valências deverão funcionar durante todo o ano com marcação prévia.

	Jun23	Jul23	Ago23	Set23	Out23	Nov23	Dez23	Jan24	Fev24	Mar24	Mai24	Jun24
Terapia da Fala	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Terapia Ocupacional	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Hipoterapia	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X



Anexo 2 - Orçamento

Custos:

Custo	Valor unitário	Quantidade	Valor Total
Material de Pintura e Tintas para pintar a sala	300€	1	300€
Testes e jogos pedagógicos	500€	1	500€
Cadeiras	38€	10	380€
Mesas	80€	4	240€
Rampa de parede de escalada	80€	1	80€
Kit de psicomotricidade	65€	2	130€
Conjunto de blocos de espuma	200€	1	200€
Almofadão Gigante para o chão	100€	2	200€
Puzzles	15€	20	300€
Material de pintura + telas	20€	100	2000€
Colchão de espuma	25€	4	100€
Trampolim	150€	1	150€
Escorrega	100€	1	100€
Brinquedos didáticos	500€	1	500€
Caixas/Armários de arrumação	1000€	1	1000€
Aquecedores	150€	2	300€
TOTAL			6.480€

Receitas:

Sessão de Terapia	Valor unitário	Quantidade	Valor Total
Terapia da Fala	25€	1000	25000€
Terapia Ocupacional	25€	1000	25000€
TOTAL			50.000€

Notas:

- Do valor das receitas sairá o valor a pagar aos terapeutas (70% desde valor).
- As sessões de Hipoterapia serão pagas diretamente ao Sport Club Porto - Centro Hípico.
- Apesar das despesas ascenderem a 6180€, a BRASOAR aceita qualquer tipo de ajuda/valor que possa vir desta candidatura ao Orçamento Colaborativo da Junta de Freguesia de Ramalde, sendo que o remanescente será assegurado pelo orçamento da própria associação.

Quanto à sustentabilidade financeira pretendemos criar uma carteira de clientes, com possibilidade financeira para suportar o preço das consultas, mesmo que abaixo do preço de mercado. Desta forma, tornamos mais acessível o serviço de consultas de especialidade, mas com o pagamento feito em função dos rendimentos do agregado familiar. Assim conseguimos equilibrar para que todos paguem apenas aquilo que conseguem para obter um serviço que, de outra forma, não está acessível.