



Relatório de Atividades e Contas

2025



Índice



1 - Introdução	2
2 - Atuação na Área da Administração Geral	2
3 - Atuação na Área da Economia e Finanças	2
4 - Atuação nas Áreas de Intervenção	4
4.1 - Atividades Realizadas	4
4.2. Programas	4
4.2.1 Atividades meio aquático	4
4.2.2 Atividades em meio terrestre	5
4.2.2.2 Intervenção Intensiva Precoce	5
4.2.2.3 Terapia da Fala	5
4.2.2.4 Intervenção escolar e domiciliária	6
4.2.2.5 Artes marciais adaptadas	6
4.2.2.6 Actividade Motora Adaptada	6
4.2.2.7 Comportamento adaptativo	7
4.2.3 Campos de férias	7
4.2.4 IntegrarTE - Integração no mercado de trabalho	13
4.2.5 IncluirTE - Integração no mercado de trabalho	14
4.2.6 Transporte	14
4.2.7 Protocolo com a Câmara Municipal de Lisboa no âmbito do Programa de Apoio à Actividade Física Curricular	14
5 - Apoios concedidos pelo Instituto Nacional para a Reabilitação	15
6 - Atuação na Área da Investigação e Formação	17
7 - Representação	17
8 - Relações Públicas, Comunicação e Marketing	17
9 - Nota Final	18

Relatório de Atividades e Contas AAMA – 2025



1 - Introdução

A Associação de Actividade Motora Adaptada (AAMA) é uma associação sem fins lucrativos, com o estatuto de IPSS, de apoio a populações com **deficiência** e outras **necessidades especiais**, no âmbito desportivo, terapêutico, recreativo, educacional e formativo.

A AAMA tem criado espaços de cultura e lazer para as crianças e jovens com necessidades especiais, centrados essencialmente na promoção da atividade desportiva e expressão artística. A atividade física favorece a aprendizagem do movimento, da destreza e do comportamento.

É com esta perspetiva que todos os programas da AAMA procuram desenvolver e otimizar as características individuais de cada pessoa, não só a nível das suas estruturas motoras, mas também das emocionais, cognitivas e até sociais.

O horizonte temporal do presente Relatório de Atividades e Contas é o período compreendido entre 1 de janeiro e 31 de dezembro de 2025.

Assim, alerta-se para o facto de nele se incluírem actividades e iniciativas maioritariamente correspondentes ao ano letivo de 2024/2025, mas também, algumas já respeitantes ao ano letivo de 2025/2026.

Alerta-se, igualmente, que relativamente a este relatório de atividades e contas, a execução dos programas foi, por vezes, condicionada por fatores não controláveis pela AAMA.

2 - Atuação na Área da Administração Geral

A Direção da AAMA continuou a desenvolver todas as iniciativas tendentes à completa organização dos serviços, de todas as delegações e assegurou os recursos necessários para o adequado funcionamento das mesmas.

3 - Atuação na Área da Economia e Finanças

Destacaram-se, neste passo, os objetivos prioritários de:

a) Manutenção do equilíbrio financeiro da AAMA, assegurando desse modo a sua viabilidade financeira;

b) Garantir o financiamento regular e sustentado dos seus propósitos e actividades, assegurando assim a sua pertinência social.

Reafirmou-se que a estratégia a seguir radica, essencialmente, em:

a) Providenciar o financiamento de projetos específicos através do recurso a financiamento público e privado.

As contas da AAMA de 2025 então descritas nos anexos relativos ao Balancete Analítico da AAMA de 2025 e no Relatório de Gestão da AAMA de 2025. Em termos de receitas salientam-se os seguintes valores:

- 651,774.38€ de receita com clientes;
- 69,440.96€ de receita de mecenato social;
- 21,188.82€ - consignação IRS
- 120,405.44€ de receita da Câmara Municipal de Lisboa;
 - ADR 2025 – 8,000.00€
 - Apoio RAAML IntegrarTE 2024 2ª tranche – 6,626.88€
 - Apoio RAAML IntegrarTE 2025 1ª tranche – 10,393.68€
 - Protocolo PAEFC 2025/2026 1º tranche – 45,127.15€
 - Protocolo PAEFC 2024/2025 2º tranche – 29,893.73€
 - Apoio extraordinário PMAD – Eixo A Medida 1 – 2,868.00€
 - Apoio extraordinário PMAD – Eixo A Medida 2 – 7,560.00€
 - Apoio RAAML Tutoria e Formação 1ª tranche – 9,936.00€
- 7,239€ de receita da Junta de Freguesia de Carnide
- 23,723.62€ de receita do Instituto Nacional para a Reabilitação;
 - Projeto 115 (Colónia Interna 2.5) – 5,527.19€
 - Projeto 114 (ATL Colónia Intensiva 2.5) – 6,001.28€
 - Projeto 166 (Formação Parental 2.5) – 12,195.15€

4 - Atuação nas Áreas de Intervenção

4.1 - Atividades Realizadas

A AAMA assegurou, nas diversas instâncias nacionais e internacionais em que interveio, a representação dos interesses dos seus filiados; promoveu, organizou e dirigiu a prática desportiva entre pessoas com deficiência e com outras necessidades especiais; cooperou com autarquias, juntas de freguesia, organizações nacionais e internacionais, em actividades de carácter científico que visaram a formação e a promoção do desporto para deficientes; e por último colaborou com outras organizações representativas de agentes desportivos intervenientes na área da deficiência e outras necessidades especiais.

4.2. Programas

Ao longo do ano de 2025, a AAMA contou com cerca de 290 utentes com Necessidades Especiais (crianças, adolescentes e adultos), 60 técnicos, e 15 programas que estão agrupados em 5 respostas sociais distintas: área aquática, área terrestre, área dos campos de férias, área da integração no mercado de trabalho e a área do transporte.

A AAMA desenvolveu os seguintes programas inseridos nas respostas sociais:

4.2.1 Atividades meio aquático

O programa de natação adaptada está dividido em três subprogramas: adaptação ao meio aquático, natação adaptada e pré-competição e competição.

Durante o presente ano de 2025, o programa de natação adaptada foi executado nos seguintes locais: Junta de Freguesia das Avenidas Novas (piscina Das Avenidas Novas), Junta de Freguesia de Benfica (Piscina da Boavista), Piscina do Externato João XXIII, Piscina do Complexo Desportivo Municipal do Casal Vistoso (Piscina do Casal Vistoso) e Piscina Municipal das Palmeiras. Todos estes locais têm piscinas e tanques com diferentes dimensões e profundidades.

Os alunos frequentaram as piscinas de acordo com as suas faixas etárias, localização e níveis de aprendizagem. As aulas foram ministradas por Técnicos Superiores de Educação Especial e Reabilitação, Técnicos Superiores de Reabilitação Psicomotora e Técnicos Superiores de Desporto.

4.2.2 Atividades em meio terrestre

Esta resposta social tem diversos programas entre os quais: programa de psicomotricidade, programa de intervenção intensiva precoce, programa de terapia da fala, programa de intervenção escolar e domiciliária, programa de artes marciais adaptadas, programa de actividade motora adaptada e o programa de comportamento adaptativo.



4.2.2.1 Psicomotricidade

A Psicomotricidade é um programa que tem como objetivo para a estimulação do desenvolvimento psicomotor e progressão de skill motores.

A prática de Psicomotricidade em crianças com deficiência exigiu que houvesse materiais muito diversificados, técnicas de ensino e aprendizagem específicas (por manipulação, demonstração, progressão faseada, etc.) tendo de existir um rácio de um professor para cada aluno.

As aulas foram lecionadas por técnicos superiores de Reabilitação psicomotora. Durante o ano de 2025 este programa foi executado no ginásio do Centro Comunitário do Bairro Padre Cruz, que é gerido pela Junta de Freguesia de Carnide, entidade parceira da AAMA.

4.2.2.2 Intervenção Intensiva Precoce

O Programa de Intervenção Intensiva Precoce e Integração no Ensino Regular, destina-se a crianças entre os 2 e os 6 anos, com Perturbações Globais do Desenvolvimento e surge da necessidade de dotar estas crianças com competências e ferramentas básicas fundamentais que lhes permitam adaptarem-se e integrarem-se em salas de ensino regular. As sessões foram lecionadas por técnicos superiores de Reabilitação psicomotora. Durante o ano de 2025 este programa foi executado no Externato Flôr do Campo.

4.2.2.3 Terapia da Fala

O programa de terapia da fala destina-se a crianças dos 2 aos 12 anos com anos com perturbações globais do desenvolvimento, espectro do autismo, qualquer outro tipo de deficiência ou necessidades especiais.

O objetivo deste programa é realizar uma intervenção terapêutica nas seguintes áreas: comunicação (dificuldades na interação), linguagem (dificuldades de expressão ou/e de compreensão), articulação verbal (troca/omissão de sons), deglutição (dificuldades em mastigar/engolir), motricidade oro-facial (movimentos alterados, dor e desconforto, maus hábitos orais), leitura e escrita. Este programa é realizado em sessões individuais, podendo os alunos ter 1 ou 2 sessões de 30 a 60 minutos por semana com uma terapeuta da fala. Durante o ano de 2025 este programa foi executado no Externato Flôr do Campo e numa sala do Centro Comunitário do Bairro Padre Cruz, que é gerido pela Junta de Freguesia de Carnide, entidade parceira da AAMA.



4.2.2.4 Intervenção escolar e domiciliária

O programa de intervenção escolar destina-se a crianças dos 2 aos 12 anos com perturbações globais do desenvolvimento, espectro do autismo, qualquer outro tipo de deficiência ou necessidades especiais.

O objetivo deste programa é apoiar o aluno em contexto domiciliário ou escolar de acordo com as necessidades da criança e da família. Cada aluno é acompanhado permanentemente por um técnico superior de reabilitação psicomotora, quer quando está em sessões individuais de terapia, quer quando está integrado numa sala regular.

4.2.2.5 Artes marciais adaptadas

O Muay Thai e o Kempo são desportos que se incluem dentro das artes marciais, desenvolvidos atualmente na AAMA. Pretende-se demonstrar as vertentes terapêutica e desportiva e evidenciar o efeito benéfico das modalidades ditas de combate, poderá ter em pessoas com necessidades especiais.

Procuramos ainda ensinar as nossas crianças e na medida do possível integrá-las em aulas regulares. Durante o presente ano as aulas foram lecionadas no ginásio do Externato João XXIII, no ginásio do centro comunitário do Bairro Padre Cruz (Junta de freguesia de Carnide), e no ginásio do Complexo Desportiva da Boavista - entidades parceiras de AAMA em Lisboa.

4.2.2.6 Actividade Motora Adaptada

O programa de Actividade motora adaptada destina-se a pessoas com perturbações globais do desenvolvimento, espectro do autismo, qualquer outro tipo de deficiência ou necessidades especiais.

Os objetivos gerais do programa são a melhoria da condição física através de exercícios físicos estruturados, com uma vertente lúdica para existir um desenvolvimento motor e aquisição de competências básicas na área do desporto adaptado. Cada aluno tem um plano de aula com objetivos específicos e individualizados para as suas capacidades que é ajustado a frequência e a intensidade em função da idade e do domínio das competências desportivas.

Este programa de está dividido em três níveis de acordo com as características e com a idade do aluno. Durante o ano de 2025 este programa foi executado numa sala no Centro Comunitário do Bairro Padre Cruz e no pavilhão desportivo do Bairro Padre Cruz, ambos geridos pela Junta de Freguesia de Carnide, entidade parceira da AAMA.

4.2.2.7 Comportamento adaptativo

O programa de comportamento adaptativo destina-se a pessoas a partir dos 13 anos com perturbações globais do desenvolvimento, espectro do autismo, qualquer outro tipo de deficiência ou necessidades especiais.

Este programa tem como objetivo o ensino de tarefas funcionais da vida diária nos diversos contextos em que vivemos (casa, escola e comunidade). As sessões podem ser individuais ou em pequenos grupos de 2/3 elementos e são dirigidas por técnicos superiores de reabilitação psicomotora. Durante o presente ano as sessões foram realizadas no domicílio dos alunos ou em diferentes espaços públicos.

4.2.3 Campos de férias

No ano de 2025 a AAMA realizou 5 campos de férias: Camp Abilities, Campo de férias interno, Campo de férias externo, Eco-Colónia e AL-Férias. O programa dos Campos de férias é um programa de ocupação dos tempos livres e destina-se a pessoas com perturbações globais do desenvolvimento, espectro do autismo, qualquer outro tipo de deficiência ou necessidades especiais.

Estes campos de férias têm um carácter lúdico, desportivo, cultural e constituem uma resposta social e pedagógica muito importante para os participantes e suas famílias. São desenvolvidas atividades de desporto adaptado, culturais e recreativas. Os campos são baseados num modelo de campos de férias americano desenvolvido em Bradford Woods, Indiana (USA) em que todos os participantes têm acompanhamento individual.

O programa de Campos de Férias tem dois grandes objetivos. Por um lado, dar a oportunidade a pessoas com deficiência de participarem num campo de férias desportivo, seguro e adaptado às suas características. Por outro lado, dar a oportunidade a jovens estudantes (ensino secundário e universitário) de terem uma experiência única com populações especiais. Inicialmente têm uma formação teórico-prática sobre a deficiência, atividades e estratégias. Durante o campo são supervisionados por coordenadores com uma vasta experiência na área da deficiência, que os acompanham e orientam na melhor forma de interagir e trabalhar com crianças com necessidades especiais.

Devido à extrema dificuldade de os pais conseguirem vagas para os seus filhos nas colónias, a AAMA decidiu apostar num modelo diferente – os ATL's, de modo a conseguir dar resposta aos pais que ficavam sem resposta no decorrer dos meses de julho e agosto.

4.2.3.1 Camp Abilities

O Camp Abilities é uma adaptação de um modelo americano de campos de férias para crianças cegas que tem como motor de inovação o fato dos monitores serem também crianças e jovens, sem qualquer tipo de deficiência.

Destina-se a crianças e jovens cegas totais sem outro tipo de deficiências associadas dos 8 aos 16 anos em que cada jovem é acompanhado permanentemente por um par da sua idade sem qualquer tipo de deficiência.

A missão deste campo é a INCLUSÃO, de crianças/ jovens com deficiência visual e crianças/ jovens ditas normais, que em pares participam em diferentes atividades desportivas e recreativas num regime de internato, 24h por dia, durante uma semana. Esta é uma experiência única para ambos os grupos. Por um lado, os participantes com deficiência visual têm oportunidade de, num ambiente seguro, experimentar diversos desportos,

atividades físicas e interagir em ambientes diferentes. É uma experiência muito intensa e muito marcante em que muitos relatam como sendo a melhor semana das suas vidas ao longo de vários anos. Muitos passam a praticar um desporto que experimentaram no campo de férias.



Os pais relatam que as aprendizagens das atividades de vida diária permanecem e ficam sempre com o desejo ainda maior de serem mais autónomos.

Por outro lado, os jovens sem deficiência convivem e ajudam outros com deficiência visual, o que lhes permite conhecer de uma forma muito próxima as suas dificuldades, mas, também, o seu enorme potencial. Têm oportunidade de ver, no imediato, as consequências da sua ajuda. Têm oportunidade de ver os desportos adaptados e de os praticar.

É uma experiência muito intensa e muito marcante em que muitos relatam como sendo a melhor semana das suas vidas ao longo de vários anos. Alguns ficam com amigos invisuais com quem mantém o contacto. Muitos ficam com vontade de fazer a diferença noutras áreas ou com outras pessoas com outro tipo de deficiências.

Este campo foi realizado na Base Naval do Alfeite entre 28 de junho e 4 de julho de 2025.

4.2.3.2 Campo de férias aberto

Destinam-se a crianças dos 3 aos 10 anos, e funcionam em regime de externato, durante 10 dias úteis das 9h às 17h. Neste campo existem para cada 5 crianças, 8 adultos a acompanhar; 5 monitores voluntários em apoio direto, um voluntário para programar as atividades e um coordenador para supervisionar:

- Expressão Dramática (histórias, leitura, dança, teatro, máscaras, fantoches, ...)
- Atividades da Vida Diária (comer sozinho, tomar banho, lavar os dentes, vestir-se, arrumar a roupa)
- Atividades psicomotoras (circuitos em ginásio com diferentes materiais) Bicicletas, trotinetas e patins

- Expressão plástica (recortes, colagens, grafismos, encaixes, puzzles, etc....)
- Natação Adaptada
- Workshops (música, dança, cães de terapia, hipoterapia, artes marciais etc...)
- Visitas ao exterior (museus e parques)



Os objetivos dos campos são:

Crianças com NEE - desenvolvimento das competências sociais, motoras e comunicativas destas crianças; aumentar a sua autonomia em tarefas do dia-a-dia; permitir a participação ativas destas crianças numa colónia de férias; aumentar capacidades técnicas e humanas em futuros profissionais de saúde e educação;

Monitores - Recebem formação e têm uma experiência prática com populações com deficiência de uma forma intensiva, mas sempre com orientação permanente de coordenadores com uma vasta experiência nesta área.

Este campo permite ainda às famílias cuidadoras descansarem durante uma semana, fisicamente e mentalmente.

Muitas crianças, pelo facto do campo de férias ser de carácter intensivo, conseguem aprender tarefas de uma forma mais eficaz e permanente, do que com as sessões terapêuticas realizadas ao longo do ano letivo com periodicidade semanal ou bissemanal.

Este campo foi realizado no Externato Flôr do Campo entre 21 de julho e 1 de agosto de 2025.

4.2.3.3 Campo de férias fechado

Destina-se a jovens dos 11 aos 17 anos com perturbações do espectro do autismo ou outro tipo de deficiências que sejam independentes na marcha e que sejam alunos da AAMA em qualquer programa ao longo do ano letivo. Funciona em regime de internato, durante 6 dias.

Neste campo existem para cada 7 jovens 10 adultos a acompanhar; 7 monitores voluntários em apoio direto, um voluntário para programar as

atividades e 2 coordenadores para supervisionar o grupo. São desenvolvidas as seguintes atividades:

11

- Expressão Dramática (dança, teatro, máscaras, fantoches, ...)
- Atividades da Vida Diária (comer sozinho, tomar banho, lavar os dentes, vestir-se, arrumar a roupa, fazer a cama, por a mesa, escolher a roupa, etc...)
- Futebol adaptado
- Atletismo adaptado
- Ginástica adaptada
- Basquetebol adaptado
- Bicicletas, trotinetas e patins
- Expressão plástica (recortes, colagens, grafismos, encaixes, puzzles, etc....)
- Natação Adaptada
- Visitas ao exterior (museus e parques)

Este campo foi realizado na Base Naval do Alfeite entre 12 de julho e 18 de julho de 2025.

4.2.3.4 ECO Colónia

Destina-se a jovens com mais de 18 anos com défice cognitivo que tenham capacidade de comunicação verbal e que sejam independentes. Funciona em regime de internato, durante 7 dias.

Neste campo existem 12 jovens com 6 adultos a acompanhar; 4 monitores voluntários em apoio direto e 2 coordenadores para supervisionar o grupo. São desenvolvidas as seguintes atividades:

- Expressão Dramática (dança, teatro, máscaras, fantoches, ...)
- Atividades da Vida Diária (comer sozinho, tomar banho, lavar os dentes, vestir-se, arrumar a roupa, fazer a cama, por a mesa, escolher a roupa, etc...)
- Actividades no campo como colher e empacotar frutos e legumes, dar comida aos animais, cozinhar, limpar etc...
- Visitas ao exterior (museus e parques)

Os participantes têm um horário que comporta momentos de trabalho em conjunto com os funcionários da herdade, momentos de descanso, refeições, momentos de expressão artística, momentos de lazer e culturais.

Os objetivos são:

- Promover o empowerment, a superação e a capacidade de tomarem decisões, verbalizarem escolhas, sentirem-se úteis e capazes de desenvolver diferentes tarefas.
- (participantes) - Contribuir para a autonomia das pessoas com deficiência e mostrar à sociedade que elas também podem ter o seu lugar e serem ativas no desenvolvimento da sua vida.

Os participantes, embora com supervisão (1 técnico para 2/3 participantes), serão maioritariamente responsáveis pelas suas escolhas, auto-cuidado, tarefas domésticas, colaboração nas atividades de grupo e gestão das suas emoções/saudade. O desenvolvimento destas características irá corroborar para uma maior auto-suficiência que se deverá estender ao dia-a-dia dos participantes.

Este campo foi realizado na Herdade do Freixo entre 5 de julho e 12 de julho de 2025.

4.2.3.5 ATL's

A AAMA deu continuidade ao Projeto ATL Especial, criado em 2020 para responder à ausência de respostas adequadas para crianças e jovens com deficiência profunda durante as férias escolares de verão. Este período representou um desafio significativo para muitas famílias, uma vez que as necessidades de acompanhamento, estimulação e segurança destas crianças se mantiveram durante toda a interrupção letiva.

O projeto assentou num modelo de apoio individualizado, garantindo o acompanhamento por técnicos especializados que já conheciam os participantes através dos diferentes programas da associação. Esta abordagem permitiu assegurar cuidados básicos, promover atividades adaptadas às capacidades e interesses de cada criança, estimular o seu desenvolvimento e garantir um ambiente seguro e estruturado.

A inexistência de respostas especializadas durante o verão continuou a constituir um fator de sobrecarga física, emocional e financeira para muitos cuidadores, contribuindo também para o isolamento social das crianças e para o agravamento das desigualdades no acesso a apoios. O ATL Especial procurou minimizar estes impactos, proporcionando às famílias períodos de descanso e a possibilidade de manterem a sua atividade profissional, enquanto as crianças beneficiaram de atividades terapêuticas, recreativas e de desenvolvimento pessoal.



Durante o verão de 2025, a AAMA realizou 8 ATL's destinados a crianças e jovens com necessidades educativas especiais, com idades compreendidas entre os 3 e os 14 anos. Foram desenvolvidos dois modelos de intervenção: ATL's de 3 horas diárias, com atividades de ginásio e piscina, e ATL's de 5 horas diárias, que incluíram atividades de praia e almoço. As atividades decorreram em dois locais distintos da área de Lisboa.

Os principais objetivos do projeto passaram por promover a estimulação motora, cognitiva e sensorial, prevenir a regressão de competências durante o período de férias, incentivar a autonomia possível de cada participante, proporcionar momentos de lazer e bem-estar e assegurar a continuidade de rotinas estruturadas. Paralelamente, procurou-se reduzir a sobrecarga associada ao cuidado permanente, promover o equilíbrio físico e emocional dos cuidadores, reforçar a confiança das famílias nos apoios existentes e contribuir para uma melhor qualidade de vida familiar.

O Projeto ATL Especial constituiu, assim, uma resposta social especializada de elevada relevância, promovendo simultaneamente o bem-estar das crianças e jovens com deficiência e o apoio efetivo às suas famílias durante um período particularmente exigente do ano.

4.2.4 IntegrarTE - Integração no mercado de trabalho

O programa **IntegrarTE** tem como principal objetivo o treino de competências laborais de jovens adultos com **perturbação do espectro do autismo e/ ou necessidades especiais** para uma possível integração no mercado de trabalho.

Neste programa o jovem tem apoio permanente de um técnico, que faz a “ponte” entre a entidade laboral e o jovem, e adapta todas as tarefas de forma que o jovem as possa aprender de uma forma mais rápida e eficiente.

Este programa foi patrocinado pela Câmara Municipal de Lisboa através do programa RAAML.

14

4.2.5 IncluirTE - Integração no mercado de trabalho

O programa **IncluirTE** tem como principal objetivo o treino de competências laborais, a pares, de jovens adultos com **perturbação do espectro do autismo e/ou necessidades especiais** para uma possível integração no mercado de trabalho.

Neste programa os jovens têm apoio permanente de um técnico, que faz a “ponte” entre a entidade laboral e os jovens, e adapta todas as tarefas de forma que os jovens as possam aprender de uma forma mais rápida e eficiente.

Este programa foi patrocinado de formas distintas pelo BPI CAPACITAR e pelos fundos europeus especificamente pelo programa LISBOA2030-FSE.

4.2.6 Transporte

A AAMA dispõe de uma carrinha para transporte de técnicos e utentes da Associação, aquando da realização das colónias e para deslocação para as provas de competição de natação adaptada.

4.2.7 Protocolo com a Câmara Municipal de Lisboa no âmbito do Programa de Apoio à Actividade Física Curricular

O Programa de Apoio à Educação Física Curricular (PAEFC) organizado pela Câmara Municipal de Lisboa tem como objetivo apoiar os Professores do 1º Ciclo Ensino Básico das escolas públicas de Lisboa na valorização e implementação das Aprendizagens Essenciais de Educação Física. Este programa, no que diz respeito aos alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) que frequentam os centros de apoio à aprendizagem, foi desenvolvido através de uma parceria que a Câmara Municipal de Lisboa fez com a AAMA.

No ano letivo de 2024/2025 foram desenvolvidos dois blocos distintos: aulas de natação adaptada, aulas de psicomotricidade e aulas de atividades rítmicas e expressivas (bloco único).

As aulas de natação adaptada foram realizadas nas piscinas da Boavista e de Santa Clara. As aulas são de forma individuais com duração de 30 minutos cada, durante 15 semanas com frequência semanal.

As aulas do Bloco Único, lecionadas em regime de grupo por técnicos de reabilitação psicomotora e uma técnica da área da dança. Todas as aulas foram realizadas nos ginásios das escolas com a ajuda da professora titular e de auxiliares da escola. As aulas tiveram a duração de 60 minutos cada e eram de periodicidade semanal.

5- Apoios concedidos pelo Instituto Nacional para a Reabilitação

5.1 – Colónia Interna 2.5

Com a realização deste protejo conseguimos garantir que mais pessoas com deficiência pudessem participar numa colónia e ter um monitor voluntário em apoio individual e realizar atividades adaptadas as suas capacidades.

Alguns dos participantes com deficiência são provenientes de famílias carenciadas. Esta tipologia de colónia Interna não existe no país a não ser com a AAMA. Os jovens com deficiência dormem fora de casa pela primeira vez e ficam uma semana em modo de férias, lidando com a adaptação e uma nova rotina e hábitos, sendo um estímulo bastante importante para o desenvolvimento das crianças com deficiência.

Os objetivos desta colónia de férias desportiva e interna para criança com deficiência são: sensibilizar jovens estudantes universitários de poderem ter uma experiência única de uma forma intensiva com crianças com deficiência; permitir aos jovens com deficiência uma experiência fora de casa, cumprindo com rotinas diárias apoiadas por um adulto e permitir às famílias uma semana sem terem de prestar o constante apoio ao filho, olhando assim para os prestadores de cuidados.

5.2 – ATL - Colónias Intensivas 2.5

A AAMA tem vindo a obter confiança de intervenção terapêutica ao nível de apoio nos diferentes domínios da criança. A AAMA tem programas de intervenção em meio aquático e natação de competição para jovens com deficiência, tem um programa de apoio às autonomias e de empregabilidade, bem como apoio nas

escolas. A equipa tem vindo a ocupar o lado a lado da criança com deficiência, neste sentido esta colónia de férias vem inovar numa terapêutica lúdica e mais intensiva.

Permitir às famílias com crianças com deficiência que tenham um local de colónia de férias terapêutica; melhorar a qualidade de vida de criança com deficiência num período não letivo são os objetivos deste projeto.

As crianças terão um período de intervenção de 8 horas diárias, durante 10 dias seguidos de intervenção. O apoio direto de orientação de um adulto por uma criança, permite uma efetividade terapêutica de maior sucesso.

5.3 – Formação Parental 2.5

Em 2025, a AAMA implementou um programa de Formação Parental e Tutoria dirigido a famílias de crianças com Perturbação do Espectro do Autismo (PEA), promovendo a capacitação dos cuidadores para assumirem um papel ativo no processo terapêutico e educativo dos seus filhos. O projeto integrou duas componentes complementares: formação online para 40 famílias e apoio domiciliário intensivo para 15 famílias.

Numa primeira fase, foram realizadas quatro ações de formação online sobre comunicação, linguagem e gestão de comportamentos disruptivos, reforçando a literacia em saúde e as competências parentais. Posteriormente, as famílias participaram num processo de avaliação individual, que permitiu definir objetivos e estratégias adaptadas às necessidades de cada criança.

A intervenção domiciliária incluiu visitas presenciais, sessões de tutoria quinzenais, acompanhamento através de videochamadas e monitorização contínua do trabalho desenvolvido em casa. Esta metodologia permitiu apoiar as famílias na implementação de estratégias práticas e na integração das aprendizagens no quotidiano.

O projeto gerou impactos significativos ao nível da autonomia parental, da redução do stress familiar e do acesso a direitos sociais e educativos. Simultaneamente, promoveu melhorias nas competências de comunicação, autonomia e comportamento das crianças, facilitando a generalização das aprendizagens entre os contextos terapêutico, escolar e familiar. A articulação entre técnicos, famílias e escolas contribuiu ainda para uma maior consistência das

intervenções e para uma inclusão mais efetiva das crianças nos diferentes contextos de vida.

6 - Atuação na Área da Investigação e Formação

Organizou-se e realizou-se um Curso de Formação para técnicos, docentes, e outros agentes educativos e desportivos.

Levaram-se a cabo todas as iniciativas, realisticamente concretizáveis, tendentes a fomentar o desenvolvimento da prática das intervenções.

Procedeu-se à divulgação e sensibilização, nomeadamente através da demonstração da prática das diversas modalidades.

Promoveu-se, no maior número possível de entidades, nomeadamente, a Junta de Freguesia de Carnide, Junta de Freguesia de Benfica, Junta de Freguesia das Avenidas Novas, Externato Flôr do Campo, a Câmara Municipal de Lisboa e Câmara Municipal de Setúbal, a realização de iniciativas de formação técnicos, docentes, e outros agentes educativos e desportivos, no domínio das áreas de intervenção especializadas da AAMA.

7 - Representação

No âmbito da função de representação dos seus Associados a Direção da AAMA continuou a pugnar pela definição e pela implementação das condições mais favoráveis ao desenvolvimento das ações da associação para os utentes e respetivas famílias.

No âmbito da representação referida supra, a Direção da AAMA continuou a pugnar por uma rápida e adequada definição da estrutura associativa nacional de enquadramento da intervenção para pessoas com deficiência e/ou necessidades especiais, a qual considera urgente e absolutamente indispensável.

8 - Relações Públicas, Comunicação e Marketing

A Direção da AAMA continuou a desenvolver esforços com vista a providenciar a conceção e o desenvolvimento de um plano de marketing e comunicação suscetível de potenciar a divulgação da missão e a sustentação dos propósitos da AAMA.

A Direção da AAMA reforçou, através de equipas especializadas a comunicação nas redes sociais (Facebook e Instagram) de forma a promover a imagem da organização e todos os programas realizados pela associação.

9 - Nota Final

O momento presente exige, no entender da Direção da AAMA, uma vontade reforçada de crescimento e sustentabilidade.

Nesta conformidade, e em perspetiva de uma realidade desafiante, a Direção da AAMA entende, nas atuais circunstâncias e em face das mesmas, ser este o Relatório de Actividades e Contas, apresentado e concretizado em 2025.

AAMA
Associação de Actividade Motora Adaptada
Cont: 508 836 956

Rita Maria Adlen Gomes da Costa
Honório Manuel Botelho Pereira