



re
HP

Relatório de Contas e Actividades AAMA - 2019

1 - Introdução

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

1.2 A A.A.M.A. 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.

1.3 É com esta perspetiva que todos os programas da A.A.M.A. 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.

1.4 O horizonte temporal do presente Relatório de Actividades e Contas é o período compreendido entre 1 de Janeiro e 31 de Dezembro de 2019.

1.5 Assim, alerta-se para o facto de nele se incluírem actividades e iniciativas maioritariamente correspondentes ao ano letivo de 2018-2019, mas, também, algumas já respeitantes ao ano letivo de 2019-2020.

1.6 Alerta-se, igualmente, relativamente ao Plano para 2019, para o facto de, previsivelmente, a execução não poder deixar de vir a ser fortemente condicionada por importantes fatores não controláveis pela AAMA, como sejam a difícil conjuntura económico-social presentemente vivida no país. Consciente desta dificuldade suplementar, a Direção da AAMA tudo fará, como é óbvio, para minorar a sua incidência.



re
AP

2 - Atuação na Área da Administração Geral

2.1 - 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

3.1 - 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.

3.2 - 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.

3.3 – As contas da AAMA de 2019 então descritas nos anexos relativos ao Balancete Analítico da AAMA de 2019 e no Relatório de Gestão da AAMA de 2019. Em termos de receitas salientam-se os seguintes valores:

331,215.64€ de receita com clientes;

32,302.33€ de receita com donativos;

57,921.38€ de receita da Câmara Municipal de Lisboa;

4 - Atuação nas Áreas de Intervenção

4.1. Modalidades

A AAMA contou com mais de 150 utentes, sendo exercidas, num regime de prática regular e de prática regular com competição, 7 modalidades (Natação Adaptada, Hidroginástica, Psicomotricidade, Muay Thai Adaptado, Dança Adaptada, Intervenção Precoce e Integração no Ensino Regular, Colónia de Férias (Aberta, Fechada e Inclusiva).



A introdução da modalidade da Hidroginástica adaptada foi a mais recente modalidade em desenvolvimento com enorme crescimento e progressivo aumento de procura.

A Nataação Adaptada tem sido desde o início a principal modalidade desenvolvida e em crescimento na AAMA. Sendo a Nataação Adaptada uma modalidade específica que requer o meio aquático para o seu desenvolvimento, foi um excelente mediador para a promoção das capacidades e autonomia das pessoas com deficiência e outras necessidades especiais.

4.2 - 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.

Esta associação desenvolveu, como principais actividades, as modalidades de Nataação Adaptada, Psicomotricidade, Muay Thai Adaptado, Dança Adaptada e Estimulação Precoce e Integração no Ensino Regular para pessoas com deficiência e outras necessidades especiais, assim como a realização de colónias de férias, atuando a nível da integração social e promoção da saúde através da promoção da actividade física regular. Desenvolveu ainda actividades no âmbito da sensibilização acerca dos direitos das pessoas com deficiências com especial ênfase para as camadas mais jovens.



re
AP

5. Atividades de Nataação Adaptada

A Nataação Adaptada é um desporto Paralímpico, com competição feminina e masculina, que requer grande técnica, grande capacidade de execução motora, grande capacidade cardiovascular e um enorme trabalho de treino e aprendizagem.

Durante o presente ano foi executada em piscinas das Juntas de Freguesia das Avenidas Novas e da Junta de Freguesia de Benfica (Piscina do Rego e Piscina da Boavista), em piscinas de escolas privadas (Piscina do Externato João XXIII e Piscina do Externato da Flôr do Campo), e em piscinas da Santa Casa da Misericórdia (Piscina de Setúbal), em tanques de diferentes tamanhos e profundidades de acordo com as faixas etárias e os níveis de aprendizagem dos alunos.

A prática de nataação de pessoas com deficiência exigiu que durante as sessões os técnicos estivessem dentro de água, sendo que, teve de existir um rácio de um professor para cada aluno.

A aprendizagem foi feita por aprendizagem de skills, não havendo níveis, mas sim avaliações individualizadas periódicas.

6. Atividades de Hidroginástica

A Hidroginástica é uma atividade física orientada, realizada em piscina que conjuga movimento, em exercício aeróbio, água e música; três elementos básicos para a vida, pois o corpo precisa de movimento, para manter as suas funções essenciais. É uma modalidade que proporcionar exercícios de baixo impacto. Melhorar a circulação sanguínea a capacidade funcional e muscular, e as principais capacidades físicas, tais como: flexibilidade, força e resistência. É uma modalidade essencial para séniores com problemas e/ou deficiência motora, paralisia cerebral e deficiências sensoriais.

Durante o presente ano foi executada na piscina da Junta de freguesia de Benfica (Piscina da Boavista) em tanques de pouco profundos. A prática de Hidroginástica para pessoas com deficiência exigiu que os técnicos pudessem estar, tanto fora, como dentro de água, sendo que, teve de ser organizada em grupos pequenos, de 4 a 5 praticantes, e dada por um professor especializado nas patologias dos alunos. No caso da deficiência visual, foi



necessário existir um professor fora da água para dinamizar a aula e outro dentro de água para dar o apoio individual ao aluno.

A aprendizagem foi feita por aprendizagem de skills, não havendo níveis, mas sim avaliações individualizadas periódicas.

7. Atividades de Psicomotricidade

A Psicomotricidade é uma área com enorme crescimento nos últimos anos em Portugal, com especificações particulares no âmbito das diferentes deficiências, sendo que, produz trabalho de execução e performance motora, extremamente benéficos para crianças e jovens.

Durante o presente ano foi executada no ginásio do Colégio de Santa Doroteia, em Lisboa, entidade parceira da AAMA. A aprendizagem motora foi realizada de acordo com as faixas etárias e os níveis de aprendizagem dos alunos, podendo ter vertentes mais ligadas à Psicomotricidade, à estimulação do desenvolvimento e à 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.

8. Atividades de Muay Thai Adaptado

O Muay Thai é um desporto que se inclui dentro das artes marciais, desenvolvido 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.

As aulas são lecionadas por um mestre de Muay Thai, praticante da modalidade em alta competição e licenciada em Educação Física na Faculdade de Motricidade Humana.



Durante o presente ano foi executada em equipamentos desportivos da Junta de Freguesia de Benfica (complexo desportivo da Boavista), e no ginásio do Externato João XXIII, parceiras de AAMA em Lisboa. A prática de Muay Thai com crianças com deficiência exigiu que houvesse técnicas de ensino e aprendizagem adaptadas às técnicas regulares, tendo de existir, numa fase inicial, um rácio de um professor para cada aluno.

9. Actividades de Dança Adaptada

A dança desportiva é uma modalidade competitiva de danças de salão. Enquadrada na área da deficiência, e outras necessidades especiais. A dança é uma área que ainda dá os primeiros passos em termos de prática regular, em termos de preparação e em termos de competição. Esta modalidade foi realizada em parceria com outras IPSS de Lisboa (Cerci Lisboa, Clínica de São José e Grupo de Ação Comunitária) sendo ainda um trabalho pioneiro em Portugal.

Durante o presente ano foi executada num ginásio da Junta de Freguesia de Carnide, no Bairro da Horta Nova e no Externato da Luz. A aprendizagem dos movimentos do corpo através do som e dos ritmos foi fundamental, estando atualmente a ser desenvolvida para faixas etárias de jovens e adultos jovens.

A prática de dança para pessoas com deficiência e outras necessidades especiais, exigiu técnicas de ensino diversificadas, sendo as aulas dadas em pequenos grupos, sendo a aprendizagem efetuada de acordo com as capacidades de cada um.

10. Intervenção Precoce e Integração no Ensino Regular

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.



O modelo de intervenção será um modelo eclético, que pretende reunir todas as premissas consideradas adequadas ao desenvolvimento de objetivos terapêuticos/educativos prioritários na área das Perturbações Globais do Desenvolvimento. Esta intervenção será adaptada a cada criança, de acordo com as suas competências (segundo as diferentes áreas do desenvolvimento), dando ênfase a um ensino estruturado, intensivo e individualizado. A adaptação destes objetivos ao perfil individual de cada criança vai implicar a consideração dos seus interesses específicos, nível de desenvolvimento e necessidades da família.

11 – Colónias de Férias

A A.A.M.A. realiza programas de ocupação dos tempos livres inclusivos (fins-de-semana e colónias de férias) para crianças, jovens e adultos com deficiência e outras perturbações do desenvolvimento, que para além do valor lúdico, desportivo e cultural, abrangem um carácter social e pedagógico. Este programa pretende preencher uma lacuna de organização social que se verifica na falta conceção de programas de férias especializados para as crianças e jovens com necessidades especiais.

Este modelo é baseado no modelo americano de colónias de férias para pessoas com necessidades especiais utilizado nos campos de férias “Camp Abilities” e “Bradford Woods”. Existem dois tipos de programas de colónias de férias: colónias externas e colónias e fins de semana internos.

11.1 - Colónias de Férias Abertas

Este programa funciona em regime de externato das 9.00 às 17.00, e é destinado a crianças entre os 3 e os 9 anos. São desenvolvidas diversas atividades entre as quais: natação, psicomotricidade, bicicleta, desporto, atividades de grupo, de expressão plástica, grafo-motricidade, atividades de vida diária (comer, tomar banho, etc.). Existem também visitas nomeadamente ao Pavilhão do Conhecimento, ao Oceanário e à Quinta Pedagógica, assim como Workshops de Karaté adaptado, Dança e Música.



re
AP

Este programa funciona geralmente na segunda quinzena de Julho e na primeira quinzena de Agosto.

11.2 - Colónias de Férias Fechadas

Este programa funciona em regime de internato e é destinado a crianças com mais de 10 anos, adolescentes e adultos com Necessidades Educativas Especiais. O programa começa sempre num Domingo à tarde e acaba na sexta-feira seguinte. São desenvolvidas atividades desportivas adaptadas tais como: natação, basquetebol, ginástica desportiva, voleibol, futebol, atletismo, ciclismo e hipoterapia. São desenvolvidas também atividades artísticas tais como: expressão plástica, teatro e dança. Este programa funciona no Colégio Militar na última semana de Julho.

11.3 - Colónias Férias Inclusiva (Camp Abilities)

O Camp Abilities é uma adaptação de um modelo americano de colónias de férias para jovens com deficiência visual com apoio individual. Esta colónia de férias teve como motor de inovação o facto de os monitores serem também crianças e jovens, estes sem qualquer deficiência.

Este é um programa inovador, único no país. A missão desta colónia é a INCLUSÃO, através da atividade desportiva, de crianças com deficiência visual e crianças ditas normais. Assim são trabalhados dois grandes objetivos: Por um lado, dar oportunidade aos participantes com deficiência visual de poderem, num ambiente seguro, aprenderam atividades da vida diária que nunca tinham feito e praticaram desportos que pensavam que era impossível.

Por outro lado, dar oportunidade aos jovens sem deficiência de conviver e ajudar pessoas com deficiência visual, para que fiquem mais sensibilizados para as questões da deficiência e de ajuda ao próximo e para a integração de pessoas com deficiência na sociedade. Estes jovens ficaram sobretudo com uma ideia muito mais positiva das enormíssimas capacidades das pessoas com deficiência.



12 - Atuação na Área da Investigação e Formação

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

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

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

12.4 – Promoveu-se, no maior número possível de entidades, nomeadamente, a Junta de Freguesia de Carnide, a Câmara Municipal de Lisboa, Santa Casa da Misericórdia de Setúbal e outros, a realização de iniciativas de formação técnicos, docentes, e outros agentes educativos e desportivos, no domínio das áreas de intervenção especializadas da AAMA

13 - Representação

13.1 - 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.

13.2- 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.

14 - Relações Públicas, Comunicação e Marketing

14.1 - 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 e a sustentação dos propósitos da AAMA.



14.2 - Simultaneamente, a Direção da AAMA continuou a levar a cabo todas as iniciativas, realisticamente concretizáveis, suscetíveis de promover a imagem da organização.

15 - Nota Final

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

15.2 - 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 2019.

AAMA
Associação de Atividade Motora Adaptada
Cont: 508 836 956

Rita Maria Adlen Gomes da Costa
Henrique Emanuel Botelho Pereira