



Centro Social e Paroquial N.ª S.ª da Conceição da Costa de Caparica

Centro Comunitário

Relatório de Avaliação – 2024

Plano de Ação - 2025



## Índice

Parte I – Relatório de Atividades do Ano 2024 .....	6
<b>Capítulo I - Eixos de Intervenção do Centro Comunitário.....</b>	<b>6</b>
Eixo I - Infância e Juventude .....	6
Eixo II - Educação e Formação de Competências .....	7
Eixo III - Animação Comunitária .....	8
Eixo IV - Capacitação e Desenvolvimento Comunitário.....	8
<b>Capítulo II - Descrição das Atividades, Evidências e Resultados do Ano de 2024 .....</b>	<b>9</b>
Eixo I – Infância e Juventude .....	9
1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo.....	9
1.1- Jogos Lúdicos.....	9
2- Atividades Desportivas .....	10
2.1- Ser Ativo .....	10
a) Atividade física/ Yoga/ Jogos de Exterior .....	10
3- Atividades Educativas.....	11
3.1- Apoio ao Estudo.....	11
3.2- Línguas Estrangeiras .....	12
3.3- Explicações .....	13
3.4- Participa .....	14
3.5.1- Ações de Sensibilização.....	14
4- Atividades de Expressão Artística e Plástica .....	15
4.1- ExpressArte.....	15
4.2- Musicoterapia.....	16
5- Atividades lúdico-pedagógicas .....	17
5.1- Programa “Kids à Descoberta” .....	17
5.2- Ludoteca Livre .....	18
5.3- Eventos.....	19
5.4- Biblioteca .....	19
5.5- Interagir .....	20



6-	Atividades de Educação Tecnológica .....	21
6.1-	Informática Livre .....	21
6.2-	Digitalmente.....	21
<b>Eixo II – Educação e Formação de Competências.....</b>		<b>23</b>
1-	Ações de Formação.....	23
1.1-	Iniciação à Língua Portuguesa - ILP .....	23
1.2-	Português Língua de Acolhimento – Português Certificado (PLA).....	24
1.3-	Alfabetização .....	25
1.4-	Iniciação à Língua Inglesa - ILI .....	26
1.5-	Informática para Adultos.....	27
<b>Eixo III – Animação Comunitária.....</b>		<b>28</b>
1-	Atividades de Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial .....	28
1.1-	Biblioteca .....	28
1.2-	Preparação de Eventos .....	28
1.3-	Eventos/Festividades.....	28
2-	Atividades Desportivas .....	29
2.1-	Mais Ativo.....	29
3-	Atividades de Expressão Artística e Plástica .....	31
3.1-	Arte dos 7 Ofícios .....	31
3.2-	Jogos de Conversação .....	32
4-	Atividades de Educação Tecnológica .....	33
4.1	- Informática Livre .....	33
<b>Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário .....</b>		<b>33</b>
1-	Gabinete Psicologia.....	33
2-	Gabinete de Apoio ao Cidadão .....	34
3-	Gabinete de Apoio ao Imigrante .....	34
4-	Loja Social .....	36
4.1.	Supermercado Social.....	36
4.2.	Refeitório Social .....	37



4.3.	Lavandaria e Engomadoria Self-Service.....	38
4.4.	Farmácia Social e Banco de Ajudas Técnicas.....	38
4.5.	Balneário .....	39
<b>Conclusão</b>	.....	<b>40</b>
Parte II – Plano de Ação de 2025	.....	43
Eixo I – Infância e Juventude	.....	47
1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo.....		47
1.1- Jogos lúdicos (interior e exterior).....		47
2- Atividades Desportivas.....		47
2.1- Ser ativo (diversas modalidades, interior ou exterior).....		47
3- Atividades Educativas .....		48
3.1-Apoio ao Estudo .....		48
3.1.1 -Línguas Estrangeiras (Inglês/Português).....		48
3.2 -Explicações de matemática.....		49
3.3 -Participa (formação e intervenção socio pessoal e cívica) .....		49
4- Atividades de Expressão Artística e Plástica.....		50
4.1-ExpressArte .....		50
4.2 - Musicoterapia .....		50
5- Atividades lúdico-pedagógicas.....		51
5.1-Programa “Kids à Descoberta” (interior e exterior) .....		51
5.2-Ludoteca Livre .....		51
5.3-Eventos/Festividades (inclui atividades intergeracionais e ou eventos de exterior).....		52
5.4-Biblioteca Livre (leitura, consulta e requisição).....		52
6- Atividades de Educação Tecnológica.....		52
6.1- Digitalmente (informática orientada) .....		52
Eixo II – Formação Adultos .....		53
1- Ações de Formação .....		53
1.1-Iniciação à Língua Portuguesa - ILP .....		53
1.3 - Língua Portuguesa Intermédio – LPI .....		54



1.4- Português Língua de Acolhimento – PLA.....	54
1.5-Alfabetização.....	55
1.6-Iniciação à Língua Inglesa - ILI .....	55
1.7-Informática .....	56
<b>Eixo III - Animação e Intervenção Comunitária.....</b>	<b>56</b>
1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial.....	56
1.1-Biblioteca Livre (leitura, consulta e requisição).....	56
1.2-Eventos/Festividades (inclui atividades intergeracionais e/ou eventos de exterior).....	57
2- Atividades Desportivas.....	57
2.1-Mais Ativo.....	57
3- Atividades de Expressão Artística e Plástica.....	57
3.1-Arte dos 7 Ofícios.....	57
4- Atividades de Educação Tecnológica.....	58
4.1-Informática Livre (Sob marcação e avaliação de assunto) .....	58
<b>Eixo IV- Capacitação e Desenvolvimento Comunitário .....</b>	<b>58</b>
1. Gabinete Psicologia.....	58
2. Gabinete de Apoio ao Cidadão .....	59
3. Gabinete de Apoio ao Imigrante (GAI) .....	59
4. Loja Social .....	60
4.1. Supermercado Social.....	60
4.2. Refeitório Social .....	60
4.3. Lavandaria e Engomadoria Self-Service.....	61
4.4. Farmácia Social e Banco de Ajudas Técnicas.....	61
4.5. Balneário .....	62
<b>Avaliação de Atividades .....</b>	<b>62</b>
<b>Calendarização de Atividades.....</b>	<b>63</b>



## **Parte I – Relatório de Atividades do Ano 2024**

O Centro Comunitário, é uma resposta social que desenvolve todo o seu trabalho de intervenção social e comunitária com vista a uma plena integração social da população que acompanha, nomeadamente, crianças e jovens, população em idade ativa e sénior e ainda a população em geral da comunidade.

Num contexto em que se assume um papel prevaemente enquanto espaço de interações sociais e culturais, a confiança é um tema recorrente nos círculos de conversa e discussões aquando da dinamização de atividades. O Centro Comunitário apresenta-se assim, como uma resposta Social de referência, para a comunidade, exercendo um papel central ao facilitar o estabelecimento do compromisso que, consequentemente, impacta positivamente na continuidade desta relação profissional.

A intervenção do Centro Comunitário é multifacetada e prima pela promoção de competências pessoais, sociais e profissionais, através do desenvolvimento de atividades de carácter formativo, lúdico pedagógico e ocupacional, em função das necessidades do público-alvo, sendo que ao longo do ano de 2024, foram desenvolvidas atividades direcionadas para os diferentes públicos que recorrem a esta resposta social, através de 4 Eixos de Intervenção.

Assim, de seguida apresenta-se a descrição para cada Eixo de intervenção, e num segundo ponto consta a descrição das atividades desenvolvidas no ano de 2024, bem como as evidências das mesmas.

### **Capítulo I - Eixos de Intervenção do Centro Comunitário**

#### **Eixo I - Infância e Juventude**

Na infância e Juventude são desenvolvidas atividades de carácter lúdico, desportivo, educativo, formativo, cognitivo e cultural, onde as crianças e jovens podem usufruir de diversas oficinas temáticas. Através de uma metodologia lúdico-pedagógica, assumem-se como objetivos prioritários de intervenção, a transmissão de valores sociais, afetivos e comportamentais. Para tal, promovem-se atividades que potenciem o relacionamento interpessoal positivo, bem como a aquisição de competências pessoais e sociais motivadoras de autoconhecimento, empatia, autoconfiança, resiliência, gestão de conflitos e sentimento de pertença. A par destas, promove-se ainda a comunicação, a interiorização e aplicação de regras, o trabalho em equipa e o contacto com as novas tecnologias e a aprendizagem das mesmas e o incentivo à aquisição de hábitos de vida saudáveis.



Na área da educação não formal e ocupação dos tempos livres das crianças e jovens, estão abrangidas várias atividades educativas que se destinam a potenciar o sucesso escolar, assim como diminuir os fatores de risco e/ou perigo inerentes ao contexto multi-desafiante onde estão inseridos.

As presentes atividades decorreram ao longo de todo o ano de 2024, e foram adequadas em função dos períodos letivo e de férias escolares. A resposta de ocupação de tempos livres nas férias escolares do verão, continua a ser uma das atividades mais importantes e valorizadas pelas famílias que apresentam dificuldades em encontrar ocupação de tempos livres para os filhos nos períodos de interrupção letiva mais longa.

## Eixo II - Educação e Formação de Competências

As competências pessoais são um motor fundamental da competitividade e da capacidade de inovação e um fator determinante da coesão social e do bem-estar pessoal. A rápida reestruturação socio económica exige que as pessoas participem continuamente em atividades de aprendizagem ao longo da sua vida.

A responsabilidade da Educação não pertence só à Escola e aos que nela todos os dias trabalham e aprendem; pertence também aos grupos sociais de pertença individual e coletiva onde se destacam as Comunidades. Neste sentido, numa abordagem de descoberta e desenvolvimento de aptidões humanas, o conhecimento e as competências adquiridas ao longo do processo de formação, são cada vez mais valorizados.

Através da formação, as pessoas ficam habilitadas para o exercício de aptidões mais exigentes onde a inovação, a criatividade, a competitividade e a necessidade de mudança, são uma constante. Com as atividades do Eixo II, pretende-se promover a consolidação e expansão de conhecimentos e assim proporcionar novas oportunidades de qualificação e ainda, aprendizagens ao longo da vida.

A população adulta que recorre às atividades de carácter formativo dinamizadas no Centro Comunitário encontra-se em idade ativa. A população que recorre encontra-se, na maioria dos casos, desempregadas, ou têm empregos instáveis, *home office* e/ou com poucas condições. Nesse sentido, e em particular com os destinatários deste Eixo, trabalha-se em estreita articulação com o Gabinete de Inserção Profissional Imigrante da Costa de Caparica - GIP, quer recebendo destinatários encaminhados, quer encaminhando utentes que apresentem essa necessidade e/ou interesse. Uma minoria de utentes com idade mais avançada, geralmente em situação de reforma, procura também este tipo de atividades, que lhes permitem não só ocupar os seus tempos livres, como também aprender algo novo e adaptar-se a novos contextos.

O público-alvo procura obter respostas em termos de formação em áreas diversas, quer certificada, quer não certificada. Para este grupo de destinatários, são portanto dinamizadas atividades que possibilitem dar uma resposta adequada a estas necessidades encontradas na comunidade.



### Eixo III - Animação Comunitária

A animação e intervenção comunitária permite uma maior prevenção e intervenção, quer educativa como social da comunidade. Elevamos as vertentes artísticas e desportiva como impulsionadoras da inclusão social e, em constante interação com o meio sociocultural, desafiamos a comunidade a promover o seu espírito de iniciativa, integração, autonomia, regulação emocional e poder de decisão.

Sobretudo a população sénior, mas também muitos adultos em idade de vida ativa com tempo livre e/ou horários flexíveis, procura respostas de índole ocupacional e formativa. Podemos caracterizar esta população como bastante comunicativa e com muita vontade em adquirir novos conhecimentos. Muitos destes utentes apenas procuram uma resposta social onde podem conviver, partilhar experiências e vivências. Assim, dinamizamos atividades diversificadas, de índole artística, desportiva, tecnológica, incluindo a utilização livre da internet, académica e ainda de autoconhecimento especialmente pensadas para aumentar o dinamismo de pessoas que muitas vezes se sentem estagnadas.

### Eixo IV - Capacitação e Desenvolvimento Comunitário

O Centro Social Paroquial Nossa Senhora da Conceição da Costa de Caparica pretende continuar a desenvolver uma postura de proximidade com os seus utentes e famílias, procurando dar resposta às problemáticas por si sentidas, numa ação concertada com os demais agentes com intervenção no território.

Através do trabalho com a comunidade, identifica-se a necessidade de garantir respostas estruturadas e devidamente adaptadas aos contextos económicos e sociais da nossa área de intervenção.

As medidas de proteção social, são cada vez mais necessárias visto que permitem uma solução social eficaz, auxiliando os cidadãos na manutenção das necessidades básicas para a sua existência.

Enquanto agente local, o Centro Social e Paroquial Nossa Sra. da Conceição, através de uma ética do cuidar, devidamente estruturada, agindo de forma solidária, com envolvimento da comunidade local, vai criando condições para que toda a pessoa, independentemente da sua condição económica, possa ter acesso a bens essenciais ao desenvolvimento de necessidades físicas, culturais, sociais e de lazer.





## Capítulo II - Descrição das Atividades, Evidências e Resultados do Ano de 2024

### Eixo I – Infância e Juventude

#### 1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo

##### 1.1- Jogos Lúdicos

Na atividade de Jogos Lúdicos, utilizam-se os diversos jogos de tabuleiro, cartas disponíveis e livros/cópias de passatempos para estimular as capacidades interpessoais dos jovens, assim como capacidades de estratégia, de pensamento e negociação, e mesmo conhecimentos de matemática, geografia, línguas estrangeiras, geometria e cultura geral.



Tabela – Resultados Jogos Lúdicos 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desenvolvimento Cognitivo – Jogos Lúdicos	28	20	28	186



## 2- Atividades Desportivas

### 2.1- Ser Ativo

#### a) Atividade física/ Yoga/ Jogos de Exterior

Os Jogos de Exterior são pensados para aproveitar ao máximo o bom tempo e os recursos naturais existentes na comunidade, quer no período pós-aulas como no período de férias letivas. Através de jogos lúdicos e educativos, nos quais reina a boa disposição, o grupo de pares usufrui da natureza ao respirar ar puro e interagir de forma alegre e saudável. Na atividade de Yoga e Atividade Física, os participantes exercitam o corpo de uma forma harmoniosa e integral. Para isso, reproduzem-se posturas e executam-se movimentos que encontramos no nosso meio ambiente e no dia-a-dia, combinando a atenção na respiração e técnicas de relaxamento. Desta forma, satisfazemos duas das necessidades principais do corpo humano: atividade e inação. A prática do yoga promove, nas crianças e jovens, a energia, a vitalidade, a flexibilidade, a criatividade, a imaginação, a fantasia, a alegria e a curiosidade.



Na atividade de Yoga e Atividade Física, os participantes exercitam o corpo de uma forma harmoniosa e integral. Para isso, reproduzem-se posturas e executam-se movimentos que encontramos no nosso meio ambiente e no dia-a-dia, combinando a atenção na respiração e técnicas de relaxamento. Desta forma, satisfazemos duas das necessidades principais do corpo humano: atividade e inação. A prática do yoga promove, nas crianças e jovens, a energia, a vitalidade, a flexibilidade, a criatividade, a imaginação, a fantasia, a alegria e a curiosidade.



Tabela – Resultados Atividade Física/Yoga/ Jogos de Exterior 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desportiva – Atividade Física/ Yoga/Jogos de Exterior	21	17	80	54

### 3- Atividades Educativas

#### 3.1- Apoio ao Estudo

Na atividade de Apoio ao Estudo são utilizados métodos e ferramentas pedagógicas diversificadas, que permitem a flexibilização da aprendizagem, o desenvolvimento e a consolidação de competências técnicas e sociais, favorecendo também o crescimento pessoal e a autonomia de trabalho. Procura-se apoiar as crianças e jovens a entender a matéria dada na escola, sobretudo nas disciplinas em que tenham maior dificuldade, e a ganhar hábitos de estudo regular, de diversas formas: ajudando com trabalhos de casa; apoiando na preparação para os testes, quer explicando partes da matéria em que tenham dúvidas, quer oferecendo sugestões em relação a métodos de estudo; realizando fichas didáticas e jogos didáticos ligados nomeadamente à matemática, gramática e vocabulário, geografia, entre outros. Nesta atividade promove-se uma dinâmica orientada entre as crianças e jovens de modo a que estes possam, entre si, partilhar os seus métodos e técnicas de estudo promovendo a ajuda mútua e o trabalho em equipa, da mesma forma que se desenvolve a motivação intrínseca para o estudo e o combate ao absentismo escolar. Promove-se uma resposta social onde os



participantes sentem vontade e gosto em estudar e, principalmente, onde se sentem confortáveis para esclarecer as suas dúvidas.



Tabela – Resultados Atividade Apoio ao Estudo 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Apoio ao Estudo	30	149	113	406

### 3.2- Línguas Estrangeiras

Nas atividades de Inglês e Iniciação à Língua Portuguesa, o foco passou por melhorar o vocabulário e o à vontade na conversação das crianças e jovens. Recorre-se a métodos dinâmicos, nomeadamente jogos de mesa e jogos de palavras, assim como livros de banda desenhada e dinâmicas diversas, como base para esse desenvolvimento.

Para as crianças e jovens estrangeiros realizamos esta oficina para aprendizagem da língua portuguesa, durante o apoio ao estudo para que as crianças se sentissem incluídas e que ao mesmo tempo pudessem praticar o seu português antes de iniciarem o ano escolar e no decorrer do mesmo para que se sentissem mais preparados.



Tabela – Resultados Atividade Línguas Estrangeiras 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Línguas estrangeiras	27	31	21	58

### 3.3- Explicações

Com vista a manter, consolidar ou melhorar os conhecimentos adquiridos na escola, foram dinamizadas sessões de explicações ou aulas de grupo, em áreas identificadas de maior insucesso escolar no público-alvo, nomeadamente, na área das línguas estrangeiras, ciências e matemática, com a colaboração de professores voluntários que prestação serviços educacionais com vista a melhorar os níveis de avaliação escolar.





Tabela – Resultados Explicações de Línguas e Ciências 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Explicações de Línguas e Ciências	29	13	6	19

Tabela – Resultados Explicações de Matemática 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Explicações de Matemática	27	22	12	56

### 3.4- Participa

A atividade Participa surge no âmbito da importância de conscientizar e advertir as crianças/jovens para os perigos, transmitir saberes e cultura geral. Considera-se uma atividade de carácter importante dado aos participantes que estão integrados no Centro Comunitário. Neste sentido, pretende-se que existam momentos pedagógicos para advertir para os perigos da internet, para a relação com os outros, para os cuidados com a saúde e com a alimentação, e entre outros de carácter importante para todos os participantes. No fim de cada apresentação ou ao longo da mesma, existe um momento para que cada um partilhe a sua opinião ou vivência. Com vista à consciencialização e sensibilização das crianças e jovens para os comportamentos de risco e à promoção de competências sociais e pessoais, considera-se pertinente abordar, através da educação não formal, as mais diversas transformações que ocorrem no processo da adolescência, sendo que, para tal, propõe-se a dinamização no Participa com temáticas pertinentes às faixas etárias de infantojuvenil.

Tabela – Resultados Participa 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Participa	30	13	12	40

### 3.5.1- Ações de Sensibilização

Com vista à consciencialização e sensibilização das crianças e jovens para os comportamentos de risco e à promoção de competências sociais e pessoais, considera-se pertinente abordar, através da educação não-formal, as mais diversas transformações que ocorrem no processo da adolescência, sendo que, para tal, propõe-se a dinamização de Ações de Sensibilização com temáticas pertinentes às faixas etárias infantojuvenil.



Tabela – Resultados Ações de Sensibilização 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educativa – Ações de Sensibilização	31	7	7	63

#### 4- Atividades de Expressão Artística e Plástica

##### 4.1-ExpressArte

O ExpressArte cria um espaço de partilha onde se realizam trabalhos criativos com uso de materiais fornecidos pelo Centro Comunitário, no entanto, estes também podem ser reciclados. Nesta atividade, os participantes trabalharam ao longo do ano a motricidade fina através do corte de papel, cartão e outros materiais, bem como a pintura a pincel, a lápis, a lápis de cera e canetas de feltro, experimentando diversas texturas de tinta e diferentes técnicas e aplicações.



Tabela – Resultados ExpressArte 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Expressão Artística e Plástica – ExpressArte	29	40	45	218

#### 4.2- Músicoterapia

A música é a combinação de ritmo, harmonia e melodia, de maneira agradável ao ouvido. No sentido amplo é a organização temporal de sons e silêncios (pausas).

A música é uma forma de arte que gera diversão, alegria, beleza, relaxamento, tristeza, sonho, triunfo, ansiedade, medo, aborrecimento, desafio e animação, enfim, uma grande variedade de emoções universalmente sentidas pela linguagem da música.

Assim, pretendemos dinamizar momentos lúdicos de animação/educação musical, tradicional ou moderna, em que as crianças e jovens podem cantar, tocar vários instrumentos para acompanhar as músicas, de forma a desenvolver habilidades motoras, de concentração e a capacidade de trabalhar em grupo, de ouvir e de respeitar o outro, expressando-se e comunicando através da música.

No que se remete a presenças nesta atividade, durante o ano 2024, estão inseridas no Programa “Kids à Descoberta”, tendo sido esta atividade realizada na altura do Verão, que se pretende dinamizar de forma mais direcionada no ano 2025.





## 5- Atividades lúdico-pedagógicas

### 5.1-Programa “Kids à Descoberta”

As férias podem ser um período ideal para aprender, mas continuam a ser férias. Por isso, o Kid’s à Descoberta promove uma combinação entre aprendizagem de diversas competências e muita diversão. Assim, através de atividades socioeducativas baseadas num conjunto de valores como a solidariedade, o espírito de entreajuda e gosto pela natureza, espera-se promover o desenvolvimento dos participantes em diversas vertentes, nomeadamente na capacidade de iniciativa, sentido de responsabilidade e criatividade, fomentar a prática de hábitos de vida saudáveis e a integração de todos os participantes.

Esta resposta proporciona aos participantes momentos de lazer e divertimento; desenvolvendo competências psicossociais e cognitivas nas crianças e jovens através da dinamização de diversas atividades lúdico-pedagógicas; fomenta entre os participantes as relações interpessoais e de solidariedade, apelando ao seu sentido crítico e de responsabilidade e proporciona aos participantes atividades que contribuem pedagogicamente para o seu desenvolvimento integral, ao nível psico-motor, cognitivo e socio-afetivo, proporcionando-lhes umas férias ativas e divertidas, das quais possam guardar as melhores recordações.





Tabela – Resultados “Kids à Descoberta” 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Ludo – Pedagógicas – Kids à Descoberta	51	65	62	568

### 5.2- Ludoteca Livre

O Centro Comunitário providencia, nomeadamente nos momentos em que não existem atividades orientadas, uma resposta social seguro no qual os jovens podem interagir uns com os outros sob supervisão inconspícua. É uma resposta social destinada a proporcionar atividades lúdico/ pedagógicas para que as crianças e jovens tenham a possibilidade de criar, manifestar e desenvolver as suas potencialidades, contribuindo, deste modo, para o seu desenvolvimento harmonioso, global e integral.



Tabela – Resultados Ludoteca Livre 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Ludo – Pedagógicas – Ludoteca Livre	38	149	153	575



### 5.3- Eventos

A participação das crianças e jovens na atividade Eventos tem como objetivo a aproximação à comunidade, permitindo a partilha e o envolvimento social, relacionamento intergeracional, que lhes proporcionam um encontro com a realidade comunitária, social e institucional.

Estes momentos podem ser datas festivas ou comemorativas identificadas em calendário em que seja possível também trabalhar diversas áreas temáticas que se revestem de importância para a formação pessoal das crianças e jovens.

#### Dia da Criança

##### Tuna



Tabela – Resultados Eventos 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Ludo – Pedagógicas - Eventos	24	4	4	18

### 5.4- Biblioteca

No espaço de Biblioteca do Centro Comunitário, os destinatários têm acesso a uma variedade de livros de temas diversos, que podem ler no local ou, em muitos casos, requisitar pelo período de um mês, renovável por período de tempo igual. Proporciona-se assim a facilidade no acesso ao livro e a novas leituras, bem como a consolidação de hábitos de leitura, instigando-se a leitura para todas as idades. O espaço da biblioteca tem vindo a ser melhorado ao longo dos anos, muito se devendo às doações frequentes que são feitas pela sociedade civil e que assim enriquece o seu espólio.



Nesta Atividade não existe presenças, nem sessões programadas e/ou realizadas visto que os participantes podem utilizar a biblioteca do Centro Comunitário de forma livre e escolher os livros que os mesmos querem ler ou até mesmo requisitar



### 5.5- Interagir

A atividade interagir surge no âmbito de transmitir às crianças/jovens valores de educação através de dinâmicas de grupo. Através de jogos pretendemos transmitir/capacitar as crianças/jovens para os contextos dos seus dias, através da comunicação, da partilha e da estratégia. Pretende-se ainda que, através das técnicas em grupo, estes possam criar um sentimento de pertença ao grupo inseridos, acrescentando sempre a componente da diversão e da alegria.



Tabela – Resultados Interagir 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Ludo – Pedagógicas – Interagir	25	18	7	32



## 6- Atividades de Educação Tecnológica

### 6.1- Informática Livre

Na atividade de Informática Livre as crianças e jovens podem usufruir dos computadores e internet, presentes no Centro Comunitário, de forma livre e autónoma, com a devida supervisão. São incentivados a uma utilização consciente e segura das aplicações informáticas e plataformas digitais a que acedem.

### 6.2- Digitalmente

Na atividade digitalmente pretende-se capacitar as crianças e jovens para a utilização das Apps do Office, técnicas de fotografia digital, ferramentas de edição gráfica nas plataformas Canva e Power Point, potenciando-se o despertar do interesse pela procura investigativa para criação de soluções visuais originais. Pretende-se com esta atividade, promover o desenvolvimento dos conhecimentos tecnológicos, de forma a poderem ser aplicados no dia-a-dia dos jovens, nomeadamente nas tarefas escolares. Nesta atividade, pretende-se ainda que exista a visualização de filmes que sejam de carácter adequado às suas idades e que seja uma mensagem adequada para os seus dias, sendo que no fim de cada visualização se faça uma partilha daquilo que foi visualizado, de modo a entender a finalidade.



Tabela – Resultados Digitalmente 2024

Eixo I – Infância e Juventude				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educação Tecnológica – Digitalmente	26	16	15	43



Tabela 1 - Apresentação de Dados relativos às atividades do EIXO I

Eixo I – Infância e Juventude						
Atividades		Novas Inscrições	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desenvolvimento Cognitivo	Jogos Lúdicos	30	28	20	28	186
Desportiva	Ser ativo (Exercício Físico/ Yoga/Jogos de Exterior)		21	17	80	54
Educativas	Apoio ao estudo		30	149	113	406
	Línguas estrangeiras		27	31	21	58
	Explicações de Línguas e Ciências		29	13	6	19
	Explicações de Matemática		27	22	12	56
	ILP – Iniciação à Língua Portuguesa		2		3	5
	Preparação de Eventos		0	0	0	0
	Ações de Sensibilização		31	7	7	63
	Participa		30	13	12	40
Expressão Artística e Plástica	ExpressArte (trabalhos manuais e música)		29	40	45	218
Ludo-Pedagógicas	“Kids à Descoberta”		51	65	62	568
	Ludoteca Livre		38	149	153	575
	Eventos		24	4	4	18
	Biblioteca		0	0	0	0
	Interagir		25	18	7	32
Educação Tecnológica	Informática Livre		0	0	0	0
	Digitalmente		26	16	15	43

**Nota:** Em algumas das atividades apresentadas, as sessões programadas, realizadas e as presenças podem estar sem resultados; essa situação pode estar relacionada com as necessidades ou interesses do público-alvo, tendo sido substituídas por outras atividades, ou serem atividades não programadas.



## Eixo II – Educação e Formação de Competências

### 1- Ações de Formação

#### 1.1- Iniciação à Língua Portuguesa - ILP

A atividade de Iniciação à Língua Portuguesa - ILP (educação não-formal) destina-se a utentes que a sua língua materna que não é o Português, podendo ser empregados ou desempregados que, no âmbito da sua formação contínua, pretendam adquirir e/ou aperfeiçoar os seus conhecimentos na área da Língua Portuguesa. Possibilita a aprendizagem e prática das estruturas básicas do idioma e vocabulário da língua portuguesa, tanto a nível da compreensão como da expressão da linguagem funcional. Isto proporciona aos participantes estrangeiros do Centro Comunitário uma melhor integração na sociedade Portuguesa, local onde estão a iniciar uma nova etapa das suas vidas, tanto a nível pessoal e social, como académico ou profissional. Nesta atividade foram dinamizadas 41 sessões, concretizando 358 presenças.



0

Tabela – Resultados Iniciação à Língua Portuguesa 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Iniciação à Língua Portuguesa (ILP)	40	45	41	358



### 1.1.1- Língua Portuguesa Intermédia - PLI

A atividade de Língua Portuguesa Intermédia (educação não-formal) destina-se a utentes que a sua língua materna que não é o Português, podendo ser empregados ou desempregados que, no âmbito da sua formação contínua, pretendam adquirir e/ou aperfeiçoar os seus conhecimentos na área da Língua Portuguesa. Possibilita a aprendizagem e prática das estruturas básicas do idioma e vocabulário da língua portuguesa, tanto a nível da compreensão como da expressão da linguagem funcional. Isto proporciona aos participantes estrangeiros do Centro Comunitário uma melhor integração na sociedade Portuguesa, local onde estão a iniciar uma nova etapa das suas vidas, tanto a nível pessoal e social, como académico ou profissional. Nesta atividade foram dinamizadas 40 sessões, concretizando 238 presenças.

Tabela – Resultados Língua Portuguesa Intermédia 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Língua Portuguesa Intermédia (LPI)	56	44	40	238

### 1.2-Português Língua de Acolhimento – Português Certificado (PLA)

Os cursos de Português Língua de Acolhimento - PLA certificam os níveis A1 (75H), A2 (75H), B1 (100) e B2 (75) do Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas (QECRL) e destinam-se a jovens e adultos, com idade igual ou superior a 16 anos, cuja língua materna não é a língua portuguesa e/ou que não detenham competências básicas, intermédias ou avançadas em língua portuguesa, de acordo com o QECRL. A certificação de nível A2 ou superior, obtida no âmbito dos cursos PLA, faz prova do conhecimento de língua portuguesa para efeitos de pedido de nacionalidade portuguesa, concessão de autorização de residência permanente e concessão do estatuto de residente de longa duração.

No ano de 2024, iniciaram em Fevereiro 1 turma de nível B1 e 1 turma de nível A1/A2, de forma descentralizada na resposta social Centro Comunitário, através da parceria com o Centro Qualifica da Escola Secundária de Cacilhas-Tejo, que terminaram o nível A1/B1 em Maio e darão continuidade no nível A2 em Setembro, com o início do ano letivo.

A resposta de aulas de PLA do Centro Comunitário da Costa de Caparica tornou-se uma referência e uma necessidade na Costa de Caparica, tendo em conta o número de estrangeiros residentes, pelo que, em setembro de 2024, com o arranque do ano letivo, tiveram início mais 4 turmas de PLA de nível A1/A2, de aproximadamente 23 alunos cada, 3 turmas de B1/B2 de cerca de 20 alunos cada, 2 turmas de A2 de 22 alunos (iniciou em fevereiro de 2024).





Está, para já, previsto o arranque de mais uma turma de nível A1/A2 em Fevereiro de 2025, ou seja, contamos com, aproximadamente, 24 alunos.

Os números acima referidos, dizem respeito às inscrições de base para o arranque das turmas; estes números oscilam no decorrer das aulas, com entradas de novos alunos e saídas de outros, que por circunstâncias pessoais ou profissionais deixam de frequentar as aulas.

Em Setembro de 2025, com o arranque do novo ano letivo, está prevista abertura de novas turmas de nível A1/A2 e B1/B2.



Tabela – Resultados Português Língua de Acolhimento – Português Certificado (PLA) 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Português Língua de Acolhimento – Português Certificado (PLA)	300	381	361	5303

### 1.3- Alfabetização

A atividade de Alfabetização (educação não-formal), cujos objetivos passaram pela aquisição de competências básicas a nível da Língua Portuguesa na forma escrita, para que os participantes tenham alguma autonomia no seu dia-a-dia, relativamente à compreensão de um texto ou redação do mesmo. Esta atividade pode ser entendida, também, como uma preparação para que os participantes possam frequentar uma formação de certificação de competências básicas equivalente ao 1º ciclo do ensino básico, sendo que assim, possuem alguns conhecimentos consolidados quando vão integrar este tipo de formação. Esta atividade é útil para os participantes, na medida em que, a nível profissional pode colmatar algumas dificuldades no exercício da sua atividade, nomeadamente, quem exerce atividades profissionais do setor primário.



Tabela – Resultados Alfabetização 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Alfabetização	13	42	36	74

### 1.4- Iniciação à Língua Inglesa - ILI

As aulas de Iniciação à Língua Inglesa (educação não-formal) têm o intuito de capacitar os participantes a compreender, falar e escrever nesta língua. Nesse sentido, são dinamizados exercícios diversos com vista a aperfeiçoar o seu vocabulário e gramática, adequando-os ao nível de conhecimento prévio que os participantes tinham. Têm sido ainda fomentados momentos mais dinâmicos com foco na compreensão e produção oral, com o objetivo em particular de melhorar o à vontade na conversação, face à notória timidez generalizada, em particular na produção oral.

Foi observada uma boa evolução da generalidade dos destinatários, com a aceitação progressiva de que os seus erros de pronúncia e gramática são parte normal do processo de aprendizagem.



Tabela – Resultados Língua Inglesa (ILI) 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Língua Inglesa (ILI)	41	42	32	172



### 1.5- Informática para Adultos

A atividade de Informática para Adultos (educação não-formal) é ajustada às necessidades de cada destinatário, muitos dos quais trazem questões específicas. Como tal, abordam-se temas como: a utilização do correio eletrónico e suas ferramentas; utilização do Canva para ferramentas de apoio gráfico e de outros elementos necessários; a utilização básica do Microsoft Office, nomeadamente Word, Excel e Power Point, e também o aprofundamento de conhecimentos nesses mesmos programas; a utilização de motores de busca para pesquisa de informação e verificação de fontes; a utilização de *websites* comerciais para efetuar compras *online*; a utilização de *websites* governamentais (por exemplo Finanças, Segurança Social, Portal das Matrículas); entre outros. Através desta, aproxima-se os participantes do mercado de trabalho, da atualidade mundial, da sua família e amigos, colmatando as necessidades apresentadas.



Tabela – Resultados Informática Adultos 2024

Eixo II – Educação e Formação de Competências				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Informática Adultos	19	41	35	54

Tabela 2 - Apresentação de dados relativos às atividades do EIXO II

Eixo II – Educação e Formação de Competências					
Novas Inscrições	Novas Inscrições	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Iniciação à Língua Portuguesa (ILP)	469	40	45	41	358
Língua Portuguesa Intermédio (IPL)		56	44	40	238
Português Língua de Acolhimento (PLA)		300	381	361	5303
Alfabetização		13	42	36	74
Iniciação à Língua Inglesa (ILI)		41	42	32	172
Informática Adultos		19	41	35	54
<b>Total</b>		469	595	545	6199

**Nota:** As atividades apresentadas que as sessões programadas, realizadas e as presenças são classificadas com zero deve-se ao facto de, o público-alvo ter outros interesses ou que procuram outra oferta dentro do Centro Comunitário com maior necessidade, no ponto de vista dos participantes



## Eixo III – Animação Comunitária

### 1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial

#### 1.1- Biblioteca

Nesta atividade, o público-alvo recorre ao espaço da Biblioteca para realização de consultas e/ou requisição dos livros que se encontram disponíveis, ou até mesmo para consulta de manuais escolares. De referir que grande parte do *stock* existente, deriva de donativos feitos pela sociedade civil.

Tabela – Resultados Biblioteca 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial	2	0	5	5

#### 1.2- Preparação de Eventos

No âmbito da participação do público-alvo em eventos especiais, festividades comunitárias ou institucionais, pretende-se dar continuidade à dinamização de sessões de trabalho específicas para a preparação destes momentos, que englobam a expressão plástica/trabalhos manuais, o canto coral, culinária, teatro, pesquisas orientadas pelos temas dos eventos, *design* gráfico, de forma a criar, desenvolver e consolidar o sucesso do evento. Cpiar de cima

#### 1.3- Eventos/Festividades

A participação do público-alvo na atividade Eventos tem como objetivo uma aproximação à comunidade, permitindo a partilha e o envolvimento social, relacionamento intergeracional, que lhes proporcionam um encontro com a realidade comunitária, social e institucional.

Estes momentos podem ser datas festivas ou comemorativas identificadas em calendário em que seja possível também trabalhar diversas áreas temáticas que se revestem de importância no processo de inserção efetiva na sociedade.



### Concerto José Cid



### Almoço Inatel



### Entrega dos Diplomas PLA



Tabela – Resultados Eventos/Festividades 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial - Eventos	36	3	3	36

## 2- Atividades Desportivas

### 2.1- Mais Ativo

A atividade Mais Ativo consiste na dinamização de atividades físicas, que assegurem o bem-estar físico e cognitivo do público-alvo, que combatam o sedentarismo e promovam estilos de vida saudáveis, com foco no desenvolvimento de competências sociais, de autoestima e de autoconfiança. Pretende ainda: maximizar o potencial motor e o desenvolvimento da destreza física; promover a coordenação motora e o combate ao sedentarismo; prevenir o agravamento da condição de saúde associado à falta de atividade física diária e



regular. Para tal, e tendo-se efetuado uma avaliação física inicial com cada utente, esta atividade será realizada com diferentes públicos-alvo: adulto e sénior, recorrendo também a outras atividades dinamizadas no Centro Comunitário, tais como: meditação.



Tabela – Resultados Desportivas 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desportivas	46	88	66	679



### 3- Atividades de Expressão Artística e Plástica

#### 3.1- Arte dos 7 Ofícios

O ateliê de trabalhos manuais na área da costura e artesanato, Arte dos 7 Ofícios, é uma atividade dinamizada por uma voluntária do Centro Comunitário e pretende proporcionar aos seus participantes o uso das suas habilidades manuais através do trabalho artesanal. Tem como principais objetivos o desenvolvimento do gosto pelas atividades de costura e artesanato, bem como proporcionar experiências referentes a métodos e técnicas com o intuito de estimular a aprendizagem de um ofício, além de resgatar a cultura através da manutenção de práticas de produção do artesanato e de sensibilizar os participantes da atividade e restante comunidade para a valorização e reutilização de tecidos.



Tabela – Resultados Arte dos 7 Ofícios 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Expressão Artística e Plástica	14	35	24	137



### 3.2- Jogos de Conversação

A atividade de Jogos de Conversação (Destrava Línguas), consiste num trabalho artístico-educativo que, por intermédio da expressão corporal e artística, dos jogos de improviso, teatrais e lúdicos, instiga ao desenvolvimento integral do indivíduo, promovendo uma interação em grupo, capaz de gerar mudanças individuais e de perceção do outro, dado que é um caminho para promover e treinar o autoconhecimento, a autonomia corporal, a capacidade de empatia com o outro, o pensamento crítico, a coordenação motora, a cooperação com os pares e desenvolve e treina a imaginação e as competências emocionais e sociais.

Esta atividade surge com o intuito de juntar indivíduos portugueses e estrangeiros de forma a promover a socialização e a aprendizagem da língua portuguesa em contexto lúdico artístico, através do desenvolvimento da criatividade; pretende-se assim a melhoria na fluência da língua portuguesa, trabalhando uma variedade de assuntos, apresentando oportunidades de trabalho e estudo, desenvolvendo a confiança na hora de falar, fazendo novos amigos e vivendo novas experiências. Com esta atividade os participantes poderão expandir o seu vocabulário, desenvolver as suas habilidades de comunicação oral e expressão corporal.



Tabela – Resultados Interagir 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Expressão Artística e Plástica – Jogos de Conversação	18	12	12	30





#### 4- Atividades de Educação Tecnológica

##### 4.1 - Informática Livre

Na atividade de Informática Livre os destinatários podem usufruir dos computadores e internet, presentes no Centro de Inclusão Digital – CID, de forma livre e autónoma. Neste momento, devido à ocupação por parte de crianças/jovens da sala CID, como sala de estudo e de atividade, é necessário fazer agendamento para a utilização desta resposta no Centro Comunitário.

Tabela – Resultados Informática Livre 2024

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária				
Atividade	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Educação Tecnológica – Informática Livre	31	0	57	120

Tabela 3 - Apresentação de dados relativos às atividades do EIXO III

Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária						
Atividades		Novas Inscrições	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial	Biblioteca	48	2	0	5	5
	Preparação de Eventos		0	0	0	0
	Eventos/Festividades (Entrega dos Certificados PLA; Almoço Inatel e Concerto do José Cid)		36	3	3	36
Desportivas	Mais ativo		46	88	66	679
Expressão Artística e Plástica	Arte dos 7 ofícios		14	35	24	137
	Jogos de Conversação		18	12	12	30
Educação Tecnológica	Informática Livre	31	0	57	120	
<b>Totais</b>			147	136	165	1007

**Nota:** As atividades apresentadas que as sessões programadas, realizadas e as presenças são classificadas com zero deve-se ao facto de, o público-alvo ter outros interesses ou que procuram outra oferta dentro do Centro Comunitário com maior necessidade, no ponto de vista dos participantes.

## Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário

### 1- Gabinete Psicologia

Nos últimos anos, fruto de uma pandemia e de maior instabilidade financeira e de frustração nas expectativas individuais, tem-se assistido a um agudizar das situações onde a intervenção de natureza psicológica se mostra fundamental.

O Centro Comunitário, no âmbito das suas competências e na prossecução da sua política de desenvolvimento social, criou, já no decorrer do corrente ano civil, a possibilidade de se avaliar e intervir no



domínio da Psicologia, onde os utentes em situação de vulnerabilidade social beneficiam de aconselhamento e/ou acompanhamento psicológico adequado à sua faixa etária, às suas problemáticas específicas e às suas idiossincrasias. Este é um serviço gratuito de apoio à população residente nas Freguesias abrangidas pela intervenção da Instituição que demonstre encontrar-se em situação de vulnerabilidade social e/ou urgência de intervenção.

Tabela 4 - Eixo IV - Capacitação e Desenvolvimento Comunitário - Gabinete de Psicologia

Ano 2024	Atendimentos SOS	Processos recebidos	Processos em acompanhamento	Nº total de sessões	Avaliações Psicológicas *	Relatórios realizados	Contactos telefónicos		Processos terminados
							Iniciativa do Psicólogo	Iniciativa do Utente	
Totais	0	0	7	130	0	0	67	25	5

## 2- Gabinete de Apoio ao Cidadão

Face às necessidades apresentadas, o Centro Comunitário disponibiliza um espaço de atendimento generalizado e personalizado à comunidade que denominamos de Gabinete de Apoio ao Cidadão, para pessoas que têm dificuldades em resolver sozinhas os seus problemas do dia-a-dia, procurando uma diversidade de tipos de apoio, desde a orientação e acompanhamento na utilização de páginas de internet de organismos oficiais, à leitura e compreensão de documentos em geral, impressão de documentos, contactos com entidades/encaminhamentos para entidades parceiras.

Tabela 5 - Apresentação de dados relativos às atividades do EIXO IV – Gabinete de Apoio ao Cidadão

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão						
Atividades		Novas Inscrições	Destinatários Abrangidos	Sessões Programadas	Sessões Realizadas	Presenças
IV – Apoios Gerais	Apoio Tecnológico	1	20	N/A	21	21
	Cópias/Impressões		19	N/A	19	19
	Documentos		2	N/A	2	2
	Encaminhamentos		6	N/A	6	6
	Informações		5	N/A	5	5
	Inscrições		197	N/A	197	197
	Enc. Gabinete de Psicologia		0	N/A	0	0
	Outras Presenças		19	N/A	19	19
<b>Totais</b>			268	N/A	269	269

## 3- Gabinete de Apoio ao Imigrante



O GAI – Gabinete de Apoio ao Imigrante, tem como objetivo a prestação de informação, visando o apoio em todo o processo de acolhimento e integração dos migrantes, articulando com as diversas estruturas locais, e promovendo a inter culturalidade a nível local, nas seguintes áreas: regularização nacional, reagrupamento familiar, habitação, retorno voluntário, trabalho, saúde, educação, entre outras questões do quotidiano. Pretende-se promover junto do indivíduo e comunidade migrante respostas/serviços que facilitem os recursos necessários para a resolução e/ou minorização dos seus problemas e uma melhor integração na sociedade de acolhimento nas diferentes dimensões do indivíduo/família.

O GAI tem como objetivo específico promover o acolhimento e integração dos imigrantes, através de uma intervenção que assenta na informação e formação, esclarecer, orientar e promover o pleno exercício de cidadania de todos aqueles que recorrem a este serviço. Pelo que articulará com todos os serviços de forma a proporcionar à pessoa e/ou família todas as condições para resolução do problema/pedido apresentado/diagnosticado.

Tabela – Resultados Gabinete de Apoio à Imigração 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão	
Tipo de Apoio	Nº de Atendimentos
GAI	1607

Os principais assuntos tratados no GAI foram os seguintes:

- Pedidos de Autorização de residência (Artigo 88/89) – 167
- Renovações de autorização de residência- 283
- Reagrupamento familiar TN/FN- 73
- Cartão Familiar União Europeia- 96
- Prorrogação de permanência em TN- 261
- Pedidos de AR com dispensa/visto Artigo 122º- 35
- Pedidos de nacionalidade- 9
- Outros agendamentos (AR de estudante, artigo 122º...) – 57
- Autorização de residência CPLP- 392
- Embaixadas e Consulados (Estatuto de igualdade/ Emissão de Passaporte e outros) – 19
- Entrada em Território Nacional- 9
- Registo de Menores- 52
- Pedido de NISS (Segurança social) - 47
- Número de Utente- 35
- Pedido de NIF (Autoridade tributária) – 4



- Apoio social (Encaminhadas situações para apoio social) -4
- Inserção Profissional (Encaminhadas situações para o centro de educação e formação) – 12
- Retorno Voluntário ao país de origem (OIM) -3
- Outros assuntos (Esclarecimentos/Informações) – 87

#### 4- Loja Social

O artigo 25º da Lei Universal dos Direitos Humanos que decreta que: “Toda a pessoa tem direito a um nível de vida suficiente para lhe assegurar e à sua família a saúde e o bem-estar, principalmente quanto à alimentação, ao vestuário, ao alojamento, à assistência médica e de perdas de meios de subsistência por circunstâncias independentes da sua vontade.

Dinamizamos assim respostas sociais que intervêm na área da Família e Comunidade, assentes numa ação na promoção da igualdade de oportunidades e na garantia do acesso universal aos direitos básicos dos indivíduos prevenindo de situações de carência, disfunção e marginalização social, numa perspetiva de desenvolvimento pessoal global.

Tendo como base as questões da solidariedade local, recolhemos e doamos tudo o que identificamos como fundamental à resposta das necessidades básicas das famílias e da Comunidade.



##### 4.1. Supermercado Social

O Supermercado do Centro Social e Paroquial Nossa Sra. da Conceição oferece a toda a Comunidade Local, mediante avaliação Técnica, o acesso gratuito aos seguintes bens:

- Alimentos
- Produtos de Higiene Pessoal
- Bens / Produtos de Higiene Habitacional



- Brinquedos
- Mobiliário
- Equipamento Doméstico
- Vestuário, Calçado e Artigos do Lar
- Equipamento Informático
- Material Escolar
- Produtos de Puericultura

É uma medida de intervenção rápida que minimiza, nalguns casos no imediato, necessidades mais emergentes numa situação de vulnerabilidade económica.

Na loja, através de uma ética do cuidar devidamente estruturada, agimos de forma solidária, com envolvimento da comunidade local (doações) e criação de parcerias com o Banco Alimentar, Cadeias de supermercados e outras Entidades.

Nesta resposta promovemos numa ótica de Solidariedade Comunitária o apoio a TODOS, independentemente da sua situação em Território Nacional, Documentação, entre outros.

Tabela – Resultados Loja Social 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário				
Local	Tipos de Apoio	Nº de AF	Nº de Elementos	Nº de Apoios
Loja Social	Alimentos	1 903	3 728	1 696
	Higiene Pessoal	527	1005	410
	Higiene Habitacional	333	624	275
	Vestuário/Calçado	91	184	88
	Roupa de Casa	18	37	20
	Brinquedos	22	67	16
	Material Escolar	6	27	6
	Pequenos eletrodomésticos	5	7	5
	Grandes eletrodomésticos	3	6	3
	Utensílios de cozinha/decoração	2	4	2
	Mobiliário	4	9	4
	Outros Identificar: fraldas, comida	34	58	33

#### 4.2.Refeitório Social

Por vezes a resposta em géneros alimentares não se enquadra quer devido a incapacidade ou impossibilidade de os confeccionar.

Nestas situações, e enquanto os impedimentos não forem devidamente supridos, a instituição fornece, no refeitório ou em regime de takeaway, refeições confeccionadas, em situações de emergência social.



Esta é uma resposta destinada ao fornecimento de refeições, em especial a indivíduos e famílias numa situação de extrema pobreza ou exclusão social.

Tabela – Resultados Refeitório Social 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão			
Tipo de Apoio	Nº de AF	Nº de Elementos	Nº de Apoios
Refeições Confeccionadas (Refeitório Social)	53	177	450

### 4.3. Lavandaria e Engomadoria Self-Service

Num espaço próprio, a Instituição disponibiliza equipamentos que enquanto resposta de apoio à população no tratamento da roupa pessoal ou de casa.

Neste caso, apesar de todo e qualquer cidadão poder utilizar este serviço, as famílias devidamente identificadas pela equipa/ resposta de Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social, beneficiam por custos meramente simbólicos.

Pretende-se quebrar ciclos de pobreza e, acima de tudo restaurar a dignidade.

Ao longo do ano de 2024 usaram os serviços de lavagem e secagem 14 famílias num total de 361 utilizações.

Tabela – Resultados Refeitório Social 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão			
Tipo de Apoio	Nº de AF	Nº de Elementos	Nº de Apoios
Lavandaria Social	14	N/A	361

### 4.4. Farmácia Social e Banco de Ajudas Técnicas

Estas são também respostas que dependem inteiramente das doações da Comunidade e de Parcerias locais, nomeadamente, Farmácias em que nos propomos a disponibilizar aos beneficiários que, independentemente de terem ou não inscrição no SNS – Sistema Nacional de Saúde, comprovem ter prescrição médica, para utilização de Equipamentos ou cumprimento tratamentos / esquemas terapêuticos.

Disponibilizamos:

- Medicamentos



- Produtos de Saúde e Bem-estar
- Produtos de Apoio / Ajuda

Tabela – Resultados Refeitório Social 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão				
Apoio	Tipo de Apoio	Nº de AF	Nº de Elementos	Nº de Apoios
Lavandaria Social e Banco de Ajuda Técnicas	Apoios Farmácia Social	56	179	61
	Produtos de Saúde e Bem-Estar	0	0	0
	Produtos de Apoio/Ajuda Técnicas	0	0	0

#### 4.5. Balneário

Serviço que permite todas as condições para a promoção da higiene pessoal a indivíduos em condições de precaridade, nomeadamente más condições de habitabilidade ou até, inexistência da mesma – indivíduos em situação de sem-abrigo.

É mais uma resposta sem qualquer custo imputado aos beneficiários. À data beneficiam regularmente deste serviço 17 Pessoas, o que se traduz em 120 banhos semanais.

Para além destes existem situações pontuais em que na fase de acolhimento nos expressam esta necessidade e à qual se dá resposta imediata até que existam condições para já não se justificar.

Exemplo disso podem ser situações em que, por interrupção no fornecimento de serviços (água, luz, gás) a Pessoas / Famílias não tenham condições para efetuar a sua higiene no domicílio.

Tabela – Resultados Refeitório Social 2024

Eixo IV – Capacitação e Desenvolvimento Comunitário – Gabinete de Apoio ao Cidadão			
Tipo de Apoio	Nº de AF	Nº de Elementos	Nº de Apoios
Balneário Social	48	17	120



Tabela 6 - Apresentação de dados relativos à Loja Social

TIPOLOGIA DOS APOIOS		Nº de AF	Nº de Elementos	Nº Apoios
Loja Social (Supermercado Social)	Alimentos	1 903	3 728	1 696
	Higiene Pessoal	527	1005	410
	Higiene Habitacional	333	624	275
	Vestuário /Calçado	91	184	88
	Roupa de casa	18	37	20
	Brinquedos	22	67	16
	Material Escolar	6	27	6
	Pequenos eletrodomésticos	5	7	5
	Grandes eletrodomésticos	3	6	3
	Utensílios de cozinha/decoração	2	4	2
	Mobiliário	4	9	4
	Outros identificar: Fraldas, Comida	34	58	33
Refeições confeccionadas (Refeitório Social)		53	177	450
Farmácia Social e Banco de Ajudas Técnicas	Apoios de Farmácia Social	56	179	61
	Produtos de Saúde e Bem-Estar	0	0	0
	Produtos de Apoio/Ajuda Técnicas	0	0	0
Balneário Social		48	17	120
Lavandaria e Engomaria Self-Service		14	N/A	361
Outros - identificar		0	0	0

**Nota:** O apoio apresentado com número de agregado familiar, o número de elementos e ainda, número de apoios com número zero mostra que a necessidade dos participantes não está relacionado com o tipo de apoio que é disponibilizado.

## Conclusão

No ano de 2024, o Centro Comunitário planeou e desenvolveu atividades diversificadas e novas dinâmicas, junto dos diversos públicos-alvo de forma a ir de encontro às necessidades e interesses da Comunidade.

Assim, e também decorrente do feedback dos participantes e resultados positivos, as atividades de caráter lúdico-pedagógico, formativo, e de animação e intervenção comunitária continuam a ser uma realidade no Centro Comunitário.

No ano de 2024, realizou-se:

### Eixo I – Infância e Juventude

O acompanhamento da população infantil e jovem foi garantido durante todo o ano, quer nos períodos de aulas, quer nas interrupções letivas, com atividades de diversas vertentes:

- Desenvolvimento cognitivo: Jogos Lúdicos
- Desportivas (Ser Ativo): Jogos do exterior; Yoga;





- Educativa: Apoio ao Estudo; Línguas Estrangeiras; Explicações de Matemática e Línguas e Ciências; Iniciação à Língua Portuguesa (ILP); Língua Portuguesa Intermédia; Preparação de Eventos; Participa; Ações de Sensibilização;
- Expressão Plástica e Artística: Expressarte; Musicoterapia
- Lúdico-Pedagógicas: Kid's à Descoberta; Ludoteca Livre; Eventos; Biblioteca; Interagir
- Educação Tecnológica: Informática Livre; Digitalmente

## Eixo II – Formação

A oferta formativa para adultos estendeu-se, sobretudo, na vertente de ensino de língua portuguesa a estrangeiros, dando-se ainda continuidade a diversas formas de ensino não formal, tendo sido realizados:

- Ensino não formal de línguas, nomeadamente Iniciação à Língua Portuguesa e Inglesa, possibilitando a aprendizagem e prática das bases do idioma e vocabulário, falado e escrito, dessas línguas;
- Ensino das bases da língua portuguesa escrita em sessões de Alfabetização, possibilitando a aprendizagem da leitura e escrita a quem só conhece o idioma na forma oral;
- Dinamização de cursos certificados, no âmbito do ensino do Português como Língua de Acolhimento – PLA, promovidos de forma descentralizada no espaço do Centro Comunitário, através de uma parceria com a Escola Secundária Cacilhas-Tejo;
- Ensino não formal de informática, com vista à aquisição de conhecimentos nomeadamente ao nível de ferramentas como Microsoft Office Word, Microsoft Office Excel, Correio eletrónico, motores de busca, entre outros.

## Eixo III – Animação e Intervenção Comunitária

A dinamização de atividades junto da população adulta desenvolve uma dimensão preventiva e interventiva promotora de competências sociais e pessoais, através de diversas vertentes:

- Desenvolvimento cognitivo e psicossocial: Biblioteca; Preparação de Eventos; Eventos/Festividades;
- Desporto: Mais Ativo;
- Expressão Artística e Plástica: Arte dos 7 Ofícios; Jogos de Conversação;
- Educação Tecnológica: Informática Sénior e Informática Livre.



#### Eixo IV – Apoios Gerais

A par dos anteriores, o Centro comunitário mantém ainda o apoio à Comunidade nas diversas situações do dia-a-dia, com atendimento personalizado acessível a toda a Comunidade, nas diversas vertentes de necessidade:

- Apoio tecnológico
- Cópias, digitalizações e impressões de documentos formais
- Compreensão, preenchimento, entrega de documentos
- Encaminhamento para serviços de outras Respostas e Entidades
- Informações diversas
- Inscrições para as diversas vertentes da Resposta

No sentido de desenvolver e promover as atividades previstas no Plano de Ação do Centro Comunitário, direcionadas às crianças e jovens, foram estabelecidas parcerias com diversas entidades, entre as quais o corpo de Bombeiros Voluntários de Cacilhas – Quartel Costa da Caparica, a GNR da Charneca de Caparica – Núcleo da Escola Segura, Enfermeira Cristina Santana – ACES Almada/Seixal e uma nadadora salvadora na praia da Costa da Caparica, no âmbito das atividades de Verão – Praia, que desenvolveram dinâmicas importantes para a formação pessoal dos jovens.

Terminado o ano civil, pela análise dos dados apresentados, pode afirmar-se que os objetivos do Centro Comunitário têm sido alcançados e as atividades realizadas têm um impacto positivo. Verifica-se, de facto, que o Centro Comunitário é, cada vez mais, um ponto de referência para a Comunidade, quer local, quer estrangeira, que nos procura para apoio na sua integração na sociedade através da participação nas diversas atividades acima referidas.

Continua a ser notório o aumento significativo da população estrangeira a frequentar atividades na nossa resposta social, devido à procura de melhores condições de vida, que faz com que a população mude de País e escolha Portugal como destino de vida e trabalho. Também a procura das nossas atividades por indivíduos de uma variedade de outras nacionalidades e origens, que sempre nos procuraram sobretudo no âmbito da Formação, aumentou exponencialmente com a oferta de aulas de Português Certificadas.

É possível verificar-se que, continuamos a verificar um número significativo de procura por parte de familiares para integração de crianças/jovens nas atividades do Centro Comunitário, quer população portuguesa, quer estrangeira, dado que a barreira linguística que as crianças/jovens têm na escola, é muito exigente e as adaptações são maioritariamente, difíceis. O programa Kid's à descoberta também é visto no ano de 2024 com uma elevada procura, sendo que existiram mais encarregados de educação a pedirem esse apoio dado as dificuldades monetárias, considerando assim que é essencial para a comunidade local.

Pode verificar-se que existiu pouca aderência por parte das crianças/jovens, adultos e seniores, a algumas atividades, que na tabela de resultados aparecem sem participações ou destinatários abrangidos. Como no



período letivo, as crianças/jovens procuram o Centro Comunitário para apoio escolar, algumas atividades lúdicas são substituídas para dar resposta às necessidades escolares. Neste sentido, as atividades foram mudando consoante a adesão dos participantes no Centro Comunitário. Devido também a conhecimentos específicos que certas atividades pedem, os Técnicos responsáveis pela sua dinamização adaptam a programação das atividades, dando assim, resposta às necessidades existentes.

É contínuo o esforço para adaptar as atividades oferecidas às necessidades concretas da Comunidade, indo ao encontro da realidade existente, pelo que nos propomos no ano de 2025 a dar continuidade ao trabalho desenvolvido, bem como implementar novas dinâmicas junto da Comunidade.

No âmbito da resposta da Loja Social, são aplicados instrumentos de registo relativos ao número e quantidade de apoios em espécie concedidos às famílias sinalizadas pelas várias respostas da Instituição bem como uma tabela para registo das utilizações dos espaços utilizados, com principal foco na resposta social para as necessidades da população.

## **Parte II – Plano de Ação de 2025**

O Centro Comunitário no ano transato deu resposta abrangente à comunidade da Costa de Caparica, num total de 2190 pessoas de diversas idades e nacionalidades, sendo as quatro com maior incidência são a Portuguesa, Brasileira. No entanto a diversidade na intervenção é muito significativa, pois existem utentes do Bangladesh, Paquistão, Nepal, Índia, Argélia, Angola, Espanha, EUA, Nigéria, Irão, Colômbia, Indonésia, Israel, China, Cabo Verde, França, Cuba, Argentina, Itália, Tunísia, Vietnam, Arménia, Egipto, Polónia, Canadá, México, Marrocos, Eslováquia, Chile, Letónia, Roménia, Filipinas, Países Baixos, Irlanda, Venezuela, Grã-Bretanha, Alemanha, Líbano, Bélgica, Polónia, totalizando 44 nacionalidades.

Esta realidade é uma riqueza para a comunidade, e ao mesmo tempo um desafio, pelo que todas as atividades são pensadas e programadas tendo em conta a realidade social, com a sua diversidade cultural.

### **Eixo I**

#### **Infância e Juventude**

Uma resposta lúdica, educativa e cultural, onde as crianças e jovens podem usufruir das mais diversas atividades temáticas. Por meio de uma metodologia lúdico-pedagógica, assumem-se como objetivos prioritários de intervenção a transmissão de valores sociais, afetivos e comportamentais; a promoção de atividades que potenciem o relacionamento interpessoal positivo, bem como a aquisição de competências pessoais e sociais motivadoras de autoconhecimento, empatia, autoconfiança, resiliência, gestão de conflitos



e sentimento de pertença. A par destas, promover-se a comunicação, a interiorização de regras, capacitar para o trabalho em equipa e incentivar para a aquisição de novos hábitos de vida saudáveis e ainda, consciencializar para os perigos das tecnologias, capacitando para o contacto seguro com as tecnologias e aprendizagens de novas competências no âmbito da tecnologia.

A população infantojuvenil que frequenta esta resposta social tem idades compreendidas entre os 6 e os 16 anos (sendo que o intervalo de idade para inscrição é dos 6 aos 18 anos); a maioria é proveniente da Costa de Caparica. O grupo de jovens que frequentou a resposta no ano 202, não apresentava características de abstenção escolar; já no que se refere a problemática a nível comportamental e de saúde mental, tivemos um grupo instável e conflituoso, com tendência para a agressividade física, com uso de linguagem agressiva, em situações de descontrolo; é importante referir que, no grupo de crianças e jovens que frequentaram a resposta do Centro Comunitário em 2024 e que transitaram para o presente ano de 2025, existem algumas crianças com diagnóstico de problemas/doenças do foro psíquico-neurológico, com acompanhamento médico e com medicação, pelo que esta situação se reflete no comportamento geral do grupo, o que requer um acompanhamento e uma supervisão muito próxima dos técnicos que desenvolvem as atividades, no sentido de melhorar a capacidade de comunicação e de interação entre pares, de forma a promover o interesse pelas atividades propostas e um melhor relacionamento entre pares e com os Técnicos.

## **Eixo II**

### **Formação**

Através de um processo de treino e desenvolvimento de aptidões, pretende-se neste eixo desenvolver atividades que promovam o conhecimento e valorizem as competências adquiridas ao longo da vida, promovendo a consolidação e expansão de conhecimentos, bem como proporcionando novas oportunidades de qualificação.

A população adulta que recorre às atividades de carácter formativo dinamizadas no Centro Comunitário têm idades maioritariamente 19 anos e a idade de reforma (não temos limite de idade; o utente mais velho em 2024 tinha 85 anos). Tratam-se de pessoas que estão, desempregadas, ou têm empregos com horários flexíveis e/ou instáveis. Nesse sentido, e em particular com os destinatários deste Eixo, trabalha-se em estreita articulação com o Gabinete de Inserção Profissional Imigrante da Costa de Caparica - GIP, quer recebendo destinatários encaminhados, quer encaminhamento de utentes que apresentassem essa necessidade e/ou interesse. Um grupo considerável, de idade mais avançada, geralmente em situação de reforma ou pré reforma, procura também este tipo de atividades, que lhes permitem não só ocupar os seus tempos livres como também aprender algo novo.



A população que frequenta as atividades de Formação tem por norma o intuito de obter respostas em termos de formação em áreas diversas, quer certificada, quer não certificada. Para este grupo de destinatários são, portanto, dinamizadas atividades que possibilitem dar uma resposta adequada a estas necessidades encontradas na comunidade.

Neste eixo, continua a ser notável um crescimento da procura/resposta por parte da população imigrante, para integração nas aulas de PLA certificadas e nas aulas de ILP, com o objetivo de aprender a língua portuguesa, para facilitar a integração na sociedade, escola e mercado de emprego, mas também no caso das aulas de PLA, com vista à obtenção do Certificado necessário para o processo de legalização na AIMA.

### **Eixo III**

#### **Animação Comunitária**

A animação e intervenção comunitária permite uma maior prevenção e intervenção, quer educativa, quer social da comunidade, promovendo e estimulando para a participação ativa. Elevamos as vertentes artísticas e desportiva como impulsionadoras da inclusão social e, em constante interação com o meio sociocultural, desafiamos a comunidade a promover o seu espírito de iniciativa, integração, autonomia, regulação emocional e poder de decisão.

Muitos adultos em idade de vida ativa, bem como seniores, com tempo livre e/ou horários flexíveis, procura respostas de índole ocupacional e formativa. Podemos caracterizar esta população como bastante comunicativa e com muita vontade em adquirir novos conhecimentos. Os participantes mostram a necessidade destas ofertas por parte do Centro Comunitário, de modo a capacitá-los para uma atividade e dinâmicas diversificadas e que motivam os mesmos para a concretização de atividades diversificadas na rotina das suas vidas. Muitos destes utentes apenas procuram um espaço onde podem conviver, partilhar ideias, conhecimentos e cultura.

Assim, propomos neste eixo atividades diversificadas de índole educativo, cultural, desportivo, social, lúdico, turístico, recreativo, artístico, tecnológico (incluindo a utilização livre da internet, através do Centro de Inclusão Digital – CID), académico e ainda de autoconhecimento especialmente pensadas para aumentar o dinamismo de pessoas que muitas vezes se sentem estagnadas.



Estas ações sociopedagógicas visam a transformação social, através de condições favoráveis à participação ativa, ao reforço de relações positivas, à educação não formal, centrando-se nos interesses e necessidades da comunidade, procurando-se valorizar as diferentes culturas e nacionalidades que fazem parte da comunidade.

## **Eixo IV**

### **Capacitação e Desenvolvimento Comunitário**

Este eixo surge como uma resposta aos problemas e questões que a comunidade apresenta diariamente. Face às necessidades apresentadas pela comunidade, o Centro Comunitário disponibiliza um atendimento generalizado e personalizado à comunidade que denominados Atendimentos Gerais.

Recorrem a esta resposta social muitos destinatários, sobretudo adultos e seniores, com o objetivo de obter apoio em variados âmbitos. Grande parte pretendem simplesmente obter informação sobre as atividades dinamizadas no espaço e/ou inscrever-se nas mesmas. No entanto, há uma população significativa que recorre a esta resposta social por ter dificuldade em resolver sozinha os seus problemas do dia-a-dia, procurando uma diversidade de tipos de apoio, desde a orientação na utilização de páginas de internet de organismos oficiais, à compreensão de contratos e geral necessidade de ajuda para resolver assuntos do foro privado, surgindo ainda algumas situações em que o apoio prestado toma a forma de encaminhamento para outras respostas da instituição ou entidades parceiras.



## **Eixo I – Infância e Juventude**

### **1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo**

#### **1.1- Jogos lúdicos (interior e exterior)**

Na atividade Jogos de Lúdicos, utilizam-se os diversos jogos de tabuleiro, cartas disponíveis e livros/cópias de passatempos para produzir entretenimento e diversão dos intervenientes, mas também estimular as capacidades interpessoais dos jovens, assim como capacidades estratégicas, emocionais, sociais, motoras e lógicas, e mesmo conhecimentos de matemática, geografia, línguas estrangeiras, geometria e cultura geral. Podem ser desenvolvidos nos espaços internos do Centro Comunitário, ou nos espaços externos da comunidade, nomeadamente, Frente Praia ou Parque Urbano da Costa e Caparica.

### **2- Atividades Desportivas**

#### **2.1- Ser ativo (diversas modalidades, interior ou exterior)**

Na atividade ser ativo, dinamizam-se atividades de carácter desportivo, com vista à manutenção saúde do corpo e da mente, em que são utilizados materiais ou dinâmicas para potenciar a atividade física nas crianças/jovens, que são pensadas para aproveitar ao máximo os recursos de espaços exteriores da comunidade, sempre que as condições atmosféricas e a disposição do grupo de jovens o permite, quer no período pós-aulas, como no período de férias letivas. Podem ser desenvolvidos nos espaços internos do Centro Comunitário, ou nos espaços externos da comunidade, nomeadamente, Frente Praia ou Parque Urbano da Costa e Caparica.



### 3- Atividades Educativas

#### 3.1-Apoio ao Estudo

Na atividade de Apoio ao Estudo são utilizados métodos e recursos pedagógicos diversificados, que permitem a flexibilização da aprendizagem, o desenvolvimento e a consolidação de competências técnicas e sociais, favorecendo também o crescimento pessoal e a autonomia de trabalho. Procura-se apoiar as crianças e jovens a entender a matéria dada na escola, sobretudo nas disciplinas em que tenham maior dificuldade, e a ganhar hábitos de estudo regular, de diversas formas: ajudando com trabalhos de casa; apoiando na preparação para os testes, quer explicando partes da matéria em que tenham dúvidas, quer oferecendo sugestões em relação a métodos de estudo; fazendo jogos didáticos ligados nomeadamente à matemática, gramática e vocabulário, geografia, entre outros. Nesta atividade, promove-se uma dinâmica orientada entre as crianças e jovens de modo que estes possam, entre si, partilhar os seus métodos e técnicas de estudo, promovendo a entreajuda e o trabalho em equipa, da mesma forma que se desenvolve a motivação intrínseca para o estudo e o combate ao absentismo escolar. Promove-se um espaço onde os participantes sentem vontade e gosto em estudar e, principalmente, onde se sentem confortáveis para esclarecer as suas dúvidas.

##### 3.1.1 -Línguas Estrangeiras (Inglês/Português)

Nas atividades de Inglês/Português, o foco passou por melhorar o vocabulário e o à vontade na conversação das e entre as crianças e jovens. Recorre-se a métodos dinâmicos, nomeadamente jogos de mesa e jogos de palavras, assim como livros e dinâmicas diversas, criando momentos lúdicos nos quais os jovens falam preferencialmente nas línguas estrangeiras (Português para os não falantes de Português e Inglês para os falantes de Português).





### 3.2 -Explicações de matemática

Com vista a manter, consolidar ou melhorar os conhecimentos adquiridos na escola, serão dinamizadas sessões de explicações ou aulas de grupo, em áreas identificadas de maior insucesso escolar no público-alvo, nomeadamente, na área de matemática, com a colaboração de uma professora voluntária, com vista a melhorar os níveis de avaliação escolar e solidificar aprendizagens.

No arranque de 2025, temos confirmada a colaboração de uma voluntária, professora de Matemática, pelo que apenas constam em plano de ação as explicações desta disciplina, 1 x por semana.

### 3.3 -Participa (formação e intervenção socio pessoal e cívica)

A atividade Participa surge no âmbito da importância de conscientizar e advertir as crianças/jovens para os perigos, transmitir saberes e cultura geral. Considera-se uma atividade de carácter importante face às características dos participantes que estão integrados no Centro Comunitário. Neste sentido, pretende-se que existam momentos pedagógicos para advertir para os perigos da internet, para a relação com os outros, para os cuidados com a saúde e com a alimentação, e entre outros de carácter importante para todos os participantes. No fim de cada apresentação ou ao longo da mesma, existe um momento para que cada um partilhe a sua opinião ou vivência. Com vista à consciencialização e sensibilização das crianças e jovens para os comportamentos de risco e à promoção de competências sociais e pessoais, considera-se pertinente abordar, através da educação não formal, as mais diversas transformações que ocorrem no processo da adolescência, sendo que, para tal, propõe-se a dinamização no Participa de temáticas pertinentes à faixa etária infantojuvenil.



## 4- Atividades de Expressão Artística e Plástica

### 4.1-ExpressArte

O ExpressArte cria um espaço de partilha onde se realizam trabalhos criativos com uso de materiais fornecidos pelo espaço, no entanto, estes também podem ser reciclados. Nesta atividade, os participantes trabalharam, ao longo do ano, a motricidade fina, a concentração e o raciocínio, através do corte de papel, cartão e outros materiais, bem como a pintura a pincel, a lápis, a lápis de cera e canetas de feltro, experimentando diversas texturas de tinta e diferentes técnicas e aplicações.

### 4.2 - Musicoterapia

A Musicoterapia cria um espaço de atividades, que possibilita desenvolver potenciais e restabelecer as funções do indivíduo para que ele/ela possa alcançar uma melhor integração intra e interpessoal.

Nesta atividade, através de um método terapêutico, que utiliza músicas com vozes ou somente na forma instrumental, contribui-se para a prevenção ou melhoria de condições de saúde, como ansiedade, estresse, transtorno do espectro autista, dor crônica, Alzheimer ou AVC por exemplo, pois possui diversos benefícios como a melhoria do humor, concentração, memória, movimentos e o raciocínio lógico.

Os processos musico terapêuticos, também procuram a diminuição do isolamento social com o fortalecimento de laços afetivos, fator essencial no trabalho desenvolvido com as crianças e jovens do Centro Comunitário.



## 5- Atividades lúdico-pedagógicas

### 5.1-Programa “Kids à Descoberta” (interior e exterior)

As férias podem ser um período ideal para aprender, mas continuam a ser férias. Por isso, o Kid's à Descoberta promove uma combinação entre aprendizagem de competências e diversão/lazer. Assim, através de atividades socioeducativas baseadas num conjunto de valores como a solidariedade, o espírito de entreajuda e gosto pela natureza, espera-se promover o desenvolvimento dos participantes em diversas vertentes, nomeadamente na capacidade de iniciativa, sentido de responsabilidade e criatividade, fomentar a prática de hábitos de vida saudáveis e a integração de todos os participantes e acima de tudo as relações interpessoais e de grupo.

Esta resposta proporciona aos participantes momentos de lazer e divertimento; desenvolvendo competências psicossociais e cognitivas nas crianças e jovens através da dinamização de diversas atividades lúdico-pedagógicas; fomenta, entre os participantes, as relações interpessoais e de solidariedade, apelando ao seu sentido crítico e de responsabilidade e proporciona aos participantes atividades que contribuem pedagogicamente para o seu desenvolvimento integral, ao nível psicomotor, cognitivo e socio afetivo, proporcionando-lhes umas férias ativas e divertidas, das quais possam guardar as melhores recordações.

Por outro lado, as atividades de carácter culturais, funcionam como uma ferramenta de transformação social, pelo que propomos também, no período de férias escolares, a dinamização de visitas culturais, de forma a se contribua para a consciência social, formação de carácter individual, disciplina e desenvolvimento geral da criança ou jovem.

### 5.2-Ludoteca Livre

O Centro Comunitário providencia, momentos de atividades livres supervisionadas, através de um espaço seguro, no qual os jovens podem interagir uns com os outros, jogar, ler, conviver ... podem usufruir dos computadores e internet, sob supervisão indireta. É um espaço destinado a proporcionar atividades



lúdico/ pedagógicas, ou disponibilizar materiais pedagógicos, para que as crianças e jovens tenham a possibilidade de criar, manifestar e desenvolver as suas potencialidades, contribuindo, deste modo, para o seu desenvolvimento harmonioso, global e integral.

#### 5.3-Eventos/Festividades (inclui atividades intergeracionais e ou eventos de exterior)

A participação das crianças e jovens em Eventos, tem como objetivo a aproximação à comunidade e ou Instituição, permitindo a partilha e o envolvimento social, relacionamento intergeracional, que lhes proporcionam um encontro com a realidade comunitária, social e institucional.

Estes momentos, podem ser datas festivas ou comemorativas identificadas no nosso calendário, atuações ou espetáculos, em que seja possível também trabalhar diversas áreas temáticas que se revestem de importância para a formação pessoal das crianças e jovens.

#### 5.4-Biblioteca Livre (leitura, consulta e requisição)

No espaço de Biblioteca do Centro Comunitário, os destinatários têm acesso a uma variedade de livros de temas diversos, que podem ler no local ou, em muitos casos, requisitar pelo período de um mês, renovável por um período igual. Proporciona-se assim a facilidade no acesso ao livro e a novas leituras, bem como a consolidação de hábitos de leitura, instigando-se à leitura para todas as idades. O espaço da biblioteca tem sido enriquecido também através de doações feitas pela comunidade.

## 6- Atividades de Educação Tecnológica

### 6.1- Digitalmente (informática orientada)



Na atividade Digitalmente pretende-se capacitar as crianças e jovens para a utilização das Apps do Office, técnicas de fotografia digital, ferramentas de edição gráfica nas plataformas Canva e Power Point, potenciando-se o despertar do interesse pela procura investigativa para criação de soluções visuais originais. Pretende-se com esta atividade, promover o desenvolvimento dos conhecimentos tecnológicos, de forma a poderem ser aplicados no dia-a-dia dos jovens, nomeadamente nas tarefas escolares.

Nesta atividade, pretende-se ainda que exista a visualização de filmes, que sejam de carácter adequado às suas idades e que tragam uma mensagem adequada para o seu desenvolvimento pessoal, sendo que no fim de cada visualização deve fazer-se uma partilha daquilo que foi visualizado, de modo a entender a finalidade.

## **Eixo II – Formação Adultos**

### 1- Ações de Formação

#### 1.1-Iniciação à Língua Portuguesa - ILP

A atividade de Iniciação à Língua Portuguesa – ILP Adultos (educação não formal) destina-se a utentes de língua materna diferente do Português, empregados ou desempregados que, no âmbito da sua formação contínua, pretendam adquirir e/ou aperfeiçoar os seus conhecimentos na área da Língua Portuguesa. As aulas são compostas por uma componente teórico-prática, de modo que adquiram prática oral, e uma maior interação entre os participantes, desbloqueando barreiras sociais e ultrapassando receios individuais de comunicação. A atividade possibilita a aprendizagem e prática das estruturas básicas do idioma e vocabulário da língua portuguesa, tanto a nível da compreensão como da expressão da linguagem funcional. Isto proporciona aos utentes estrangeiros do Centro Comunitário, uma melhor integração na sociedade portuguesa/comunidade local, onde estão a iniciar uma nova etapa das suas vidas, tanto a nível pessoal e social, como académico ou profissional. A dinâmica utilizada nesta atividade proporciona um ambiente seguro e de liberdade, no qual cada participante se vê livre para experimentar e arriscar, dando



espaço para a tentativa e erro de forma descontraída, gerando um aumento de interesse e diálogos em cada sessão, fomentando momentos mais dinâmicos com foco na compreensão e produção oral, com o objetivo em particular de melhorar o à vontade e confiança na conversação e produção oral.

### 1.3 - Língua Portuguesa Intermédio – LPI

A atividade de Língua Portuguesa Intermédia (educação não-formal) destina-se a utentes que a sua língua materna que não é o Português, podendo ser empregados ou desempregados que, no âmbito da sua formação contínua, pretendam adquirir e/ou aperfeiçoar os seus conhecimentos na área da Língua Portuguesa. Possibilita a aprendizagem e prática das estruturas básicas do idioma e vocabulário da língua portuguesa, tanto a nível da compreensão como da expressão da linguagem funcional. Isto proporciona aos participantes estrangeiros do Centro Comunitário uma melhor integração na sociedade Portuguesa, local onde estão a iniciar uma nova etapa das suas vidas, tanto a nível pessoal e social, como académico ou profissional.

### 1.4- Português Língua de Acolhimento – PLA

Os cursos de Português Língua de Acolhimento - PLA certificam os níveis A1 (75H) e A2 (75H), B1 (100H) e B2 (75 H) do Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas (QECRL) e destinam-se a adultos, com idade igual ou superior a 16 anos, cuja língua materna não é a língua portuguesa e/ou que não detenham competências básicas, intermédias ou avançadas em língua portuguesa, de acordo com o QECRL. A certificação de nível A2 ou superior, obtida no âmbito dos cursos PLA, faz prova do conhecimento de língua portuguesa para efeitos de pedido de nacionalidade portuguesa, concessão de autorização de residência permanente e concessão do estatuto de residente de longa duração. Para tal, no ano de 2025, prevê-se a conclusão de 3 cursos de A1/A2 que iniciaram em setembro de 2024, de 2 Cursos de A2 que iniciaram em Fevereiro de 2024, de 2 Cursos de B1/B2 que iniciaram em setembro de 2024. Em fevereiro de



2025, terá início um novo curso de A1/A2. Estes Cursos/aulas decorrem de forma descentralizada no Centro Social Paroquial N.ª Sr.ª da Conceição da Costa de Caparica, em espaço próprio para as aulas de PLA, junto à Loja Social, através da parceria com o Centro Qualifica da Escola Secundária de Cacilhas-Tejo. Espera-se ainda a abertura de novos cursos em Setembro de 2025.

### 1.5-Alfabetização

A atividade de Alfabetização (educação não-formal), cujos objetivos passam pela aquisição de competências básicas a nível da Língua Portuguesa na forma escrita, de forma que os participantes tenham alguma autonomia no seu dia-a-dia relativamente à compreensão de um texto ou redação do mesmo. Esta atividade pode ser entendida, também, como uma preparação para que os participantes possam frequentar uma formação de certificação de competências básicas equivalente ao 1.º ciclo do ensino básico, sendo que assim, possuem alguns conhecimentos consolidados quando vão integrar este tipo de formação. Esta atividade é útil para os participantes, na medida em que, a nível profissional pode colmatar algumas dificuldades no exercício da sua atividade, nomeadamente, quem exerce atividades profissionais do setor primário.

### 1.6-Iniciação à Língua Inglesa - ILI

A atividade de Iniciação à Língua Inglesa (educação não-formal) tem o intuito de capacitar os participantes a compreender, falar e escrever nesta língua. Nesse sentido, são dinamizados exercícios diversos com vista a aperfeiçoar o seu vocabulário e gramática, adequando-os ao nível de conhecimento prévio que os participantes tinham. Prevê-se ainda fomentar momentos mais dinâmicos com foco na compreensão e produção oral, com o objetivo em particular de melhorar a conversação, e a produção oral. Adequando o nível do inglês consoante os participantes, são sempre dadas ferramentas físicas para que estes possam utilizar posteriormente, à aula.



## 1.7-Formática

A atividade de Informática (educação não-formal) é ajustada às necessidades de cada destinatário. Como tal, tem como principal objetivo aumentar as competências digitais valorizadas no âmbito laboral, automatizando os participantes na utilização das várias aplicações do Office e da Internet: Word, Power Point, Excel, Movie Maker, Prezi, Correio Eletrónico, YouTube, Motores de Pesquisa e outros. Abordam-se ainda temas como: a utilização do correio eletrónico e as suas ferramentas; a escrita de carta de motivação a potenciais empregadores; a utilização de plataformas de teleconferência, nomeadamente Zoom e Google Meet; a utilização de motores de busca para pesquisa de informação e verificação de fontes. Através desta, aproximam-se os participantes do mercado de trabalho, da atualidade mundial, da sua família e amigos, colmatando as necessidades apresentadas.

## **Eixo III - Animação e Intervenção Comunitária**

### 1- Atividades de Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial

#### 1.1-Biblioteca Livre (leitura, consulta e requisição)

No espaço de Biblioteca do Centro Comunitário, os destinatários têm acesso a uma variedade de livros de temas diversos, que podem ler no local ou, em muitos casos, requisitar pelo período de um mês, renovável por um período igual. Proporciona-se assim a facilidade no acesso ao livro e a novas leituras, bem como a consolidação de hábitos de leitura, instigando-se à leitura para todas as idades. O espaço da biblioteca tem sido enriquecido também através de doações feitas pela comunidade.





## 1.2-Eventos/Festividades (inclui atividades intergeracionais e/ou eventos de exterior)

A participação do público-alvo na atividade Eventos/Festividades tem como objetivo uma aproximação à comunidade, permitindo a partilha e o envolvimento social, relacionamento intergeracional, que lhes proporcionam um encontro com a realidade comunitária, social e institucional.

Estes momentos podem ser datas festivas ou comemorativas identificadas no nosso calendário em que seja possível também trabalhar diversas áreas temáticas que se revestem de importância no processo de inserção efetiva na sociedade.

## 2- Atividades Desportivas

### 2.1-Mais Ativo

A atividade do Mais Ativo consiste na promoção da atividade física e mental e de um estilo de vida mais saudável. Com foco no desenvolvimento de competências sociais, de autoestima e de autoconfiança; na maximização do potencial motor e no desenvolvimento da destreza física; no aumento da coordenação motora e no combate ao sedentarismo. Para tal, e tendo-se efetuado uma avaliação física inicial com cada, realizam-se sessões de exercício físico, cujo público-alvo é a população adulta e sénior. As sessões serão realizadas nos espaços interiores do Centro Comunitário, ou ao ar livre, frente Praia ou Parque Urbano, sendo um meio de sensibilizar a comunidade para uma vida mais ativa e mais saudável, valorizando os recursos externos da Comunidade.

## 3- Atividades de Expressão Artística e Plástica

### 3.1-Arte dos 7 Ofícios

A atividade de trabalhos manuais, Arte dos 7 Ofícios, dinamizado por uma voluntária do Centro Comunitário, pretende proporcionar aos seus participantes o uso das suas habilidades manuais através do



trabalho artesanal. Tem como principais objetivos o desenvolvimento do gosto pelas atividades de costura, bordados, crochet, tricot e artesanato, bem como, explorar e expandir a criatividade, incentivar à criação de trabalhos artesanais, treinar, estimular e desenvolver a mente e desenvolver a atenção, concentração e coordenação motora fina.

#### 4- Atividades de Educação Tecnológica

##### 4.1- Informática Livre (Sob marcação e avaliação de assunto)

Na atividade de Informática Livre os destinatários podem usufruir dos computadores e internet, presentes no Centro de Inclusão Digital – CID, de forma livre e autónoma, com supervisão. Neste momento, devido à ocupação por parte de crianças/jovens da sala CID, como sala de estudo e de atividade, é necessário fazer agendamento para a utilização do espaço.

## **Eixo IV- Capacitação e Desenvolvimento Comunitário**

### 1. Gabinete Psicologia

Nos últimos anos, fruto de uma pandemia e de maior instabilidade financeira e de frustração nas expectativas individuais, tem-se assistido a um agudizar das situações onde a intervenção de natureza psicológica se mostra fundamental.

O Centro Comunitário, no âmbito das suas competências e na prossecução da sua política de desenvolvimento social, criou, já no decorrer do corrente ano civil, a possibilidade de se avaliar e intervir no domínio da Psicologia, onde os utentes em situação de vulnerabilidade social beneficiam de aconselhamento e/ou acompanhamento psicológico adequado à sua faixa etária, às suas problemáticas específicas e às suas idiossincrasias. Este é um serviço gratuito de apoio à população residente nas Freguesias abrangidas pela



intervenção da Instituição que demonstre encontrar-se em situação de vulnerabilidade social e/ou urgência de intervenção.

Esta atividade conta com a concretização de parcerias já existentes com a Universidade Autónoma de Lisboa e com a Ordem dos Psicólogos.

## 2. Gabinete de Apoio ao Cidadão

Face às necessidades apresentadas, o Centro Comunitário disponibiliza um espaço de atendimento generalizado e personalizado à comunidade que denominamos de Gabinete de Apoio ao Cidadão, para pessoas que têm dificuldades em resolver sozinhas os seus problemas do dia-a-dia, ou que não têm acesso aos meios tecnológicos necessários e que procuram uma diversidade de tipos de apoio, tais como a apoio na utilização/orientação de *sites* e plataformas informáticas de organismos oficiais diversos, leitura e compreensão de documentos em geral, contactos e encaminhamentos para entidades externas ou outros serviços do CSPNSC, informações e inscrições em atividades do Centro comunitário, cópias e impressões de documentos diversos e apoios em assuntos diversos apresentados pela comunidade, promovendo assim uma ação concertada com a comunidade e entidades envolvidas.

## 3. Gabinete de Apoio ao Imigrante (GAI)

O GAI – Gabinete de Apoio ao Imigrante tem como objetivo a prestação de informação, visando o apoio em todo o processo de acolhimento e integração dos migrantes, articulando com as diversas estruturas locais, e promovendo a inter culturalidade a nível local, nas seguintes áreas: regularização nacional, reagrupamento familiar, habitação, retorno voluntário, trabalho, saúde, educação, entre outras questões do quotidiano. Pretende-se promover junto do indivíduo e comunidade migrante respostas/serviços que facultem os recursos necessários para a resolução e/ou minorização dos seus problemas e uma melhor integração na sociedade de acolhimento nas diferentes dimensões do indivíduo/família.



#### 4. Loja Social

##### 4.1. Supermercado Social

O Supermercado do Centro Social e Paroquial Nossa Sra. da Conceição oferece a toda a Comunidade Local, mediante avaliação Técnica, o acesso gratuito aos seguintes bens:

- Alimentos
- Produtos de Higiene Pessoal
- Bens / Produtos de Higiene Habitacional
- Brinquedos
- Mobiliário
- Equipamento Doméstico
- Vestuário, Calçado e Artigos do Lar
- Equipamento Informático
- Material Escolar
- Produtos de Puericultura

É uma medida de intervenção rápida que minimiza, nalguns casos no imediato, necessidades mais emergentes numa situação de vulnerabilidade económica.

Na loja, através de uma ética do cuidar devidamente estruturada, agimos de forma solidária, com envolvimento da comunidade local (doações) e criação de parcerias com o Banco Alimentar, Cadeias de supermercados e outras Entidades.

Nesta resposta promovemos numa ótica de Solidariedade Comunitária o apoio a TODOS, independentemente da sua situação em Território Nacional, Documentação, entre outros.

##### 4.2. Refeitório Social

Por vezes a resposta em géneros alimentares não se enquadra quer devido a incapacidade ou impossibilidade de os confecionar.



Nestas situações, e enquanto os impedimentos não forem devidamente supridos, a instituição fornece, no refeitório ou em regime de takeaway, refeições confeccionadas, em situações de emergência social.

Esta é uma resposta destinada ao fornecimento de refeições, em especial a indivíduos e famílias numa situação de extrema pobreza ou exclusão social.

#### 4.3. Lavandaria e Engomadoria Self-Service

Num espaço próprio, a Instituição disponibiliza equipamentos que enquanto resposta de apoio à população no tratamento da roupa pessoal ou de casa.

Neste caso, apesar de todo e qualquer cidadão poder utilizar este serviço, as famílias devidamente identificadas pela equipa do Serviço de Atendimento e Acompanhamento Social, beneficiam por custos meramente simbólicos. Pretende-se quebrar ciclos de pobreza e, acima de tudo restaurar a dignidade.

#### 4.4. Farmácia Social e Banco de Ajudas Técnicas

Estas são também respostas que dependem inteiramente das doações da Comunidade e de Parcerias locais, nomeadamente, Farmácias em que nos propomos a disponibilizar aos beneficiários que, independentemente de terem ou não inscrição no SNS – Sistema Nacional de Saúde, comprovem ter prescrição médica, para utilização de Equipamentos ou cumprimento tratamentos / esquemas terapêuticos.

Disponibilizamos:

- Medicamentos
- Produtos de Saúde e Bem-estar
- Produtos de Apoio / Ajudas Técnicas



#### 4.5. Balneário

Serviço que permite todas as condições para a promoção da higiene pessoal a indivíduos em condições de precaridade, nomeadamente más condições de habitabilidade ou até, inexistência da mesma – indivíduos em situação de sem-abrigo. É mais uma resposta sem qualquer custo imputado aos beneficiários.

Para além destes existem situações pontuais em que na fase de acolhimento nos expressam esta necessidade e à qual se dá resposta imediata até que existam condições para já não se justificar.

Exemplo disso podem ser situações em que, por interrupção no fornecimento de serviços (água, luz, gás) a Pessoas / Famílias não tenham condições para efetuar a sua higiene no domicílio.

### **Avaliação de Atividades**

#### 1-Indicadores de Execução:

- Número de atividades realizadas face ao previsto
- Número de destinatários por atividade
- Número de presenças por atividade

#### 2-Metodologia e Técnicas de Avaliação:

- Fichas de registo técnico
- Observação direta



## Calendarização de Atividades

<b>Datas Temáticas 2025 (utilizar na programação de atividades)</b>	
<b>Janeiro</b>	<b>Avaliação 2024 Planeamento 2025</b> 11 Obrigado, 18 Riso
<b>Fevereiro</b>	14 Namorados/14 Amizade
<b>Março</b>	<b>Planeamento e Férias KIDS Páscoa</b> 4 Carnaval, 8 Mulher, 19 Dia do Pai, 20 Primavera,
<b>Abril</b>	<b>Férias KIDS Páscoa</b> 20 Páscoa, 25 Liberdade
<b>Maiο</b>	<b>Planeamento Férias KIDS Verão</b> 4 Dia da Mãe, 5 Língua Portuguesa, 20, Mar, 29 Espiga
<b>Junho</b>	1 Criança, 20 Verão, 24 Santos Populares, <b>Férias KIDS Verão</b>
<b>Julho</b>	<b>Férias KIDS Verão</b> 26 Avós, 30 Amigo
<b>Agosto</b>	<b>Férias KIDS Verão</b>
<b>Setembro</b>	<b>Planeamento Início Ano Escolar</b> 8 Alfabetização, 21 Paz, 22 Outono
<b>Outubro</b>	Mês Idoso, 1 Música, 4 Animais, 31 Bruxas
<b>Novembro</b>	<b>Planeamento Férias KIDS Natal</b> 11 São Martinho
<b>Dezembro</b>	<b>Férias KIDS Natal</b> 21 Inverno, 25 Natal

\*Planear atividades com estes temas, pode-se considerar convidados externos e organizar visitas exteriores (sempre de acordo com funcionamento dos serviços)



<b>Pausas Letivas 2025</b>	
<b>Janeiro</b>	Kid's à Descoberta - Pausa letiva de 28 a 31 janeiro 2025 (Reuniões Intercalares)
<b>Março</b>	Kid's à Descoberta – Interrupção Carnaval 3 Março 2025
<b>Abril</b>	Kid's à Descoberta - Interrupção letiva (Páscoa) de 9 a 21 Abril 2025
<b>Junho/Julho/Agosto/Setembro</b>	Kid's à Descoberta - Férias de Verão: 6 de Junho de 2025 - 9º ano ; 13 de Junho de 2025 - 5º, 6º, 7º e 8º ano; 27 Junho de 2025 – 1º Ciclo



**Quadro 1**

**Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025- Eixo I Infância e Juventude**

**Atividades de Desenvolvimento Cognitivo**

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Jogos Lúdicos</b>	Estimular comunicação verbal, o raciocínio lógico, a atenção, a concentração e a interação social	Número de atividades realizadas face ao previsto Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico Observação direta	Períodos Letivos 2025  Quinzenal	Centro Comunitário e espaços exteriores da localidade	Técnicos/monitores Centro Comunitário  Jogos de tabuleiro diversos  Cópias ou livros de passatempos



## Quadro 2

### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo I Infância e Juventude

#### Atividades de Desportivas

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Ser ativo</b>	Estimular as capacidades físicas e motoras  Promover orientação e coordenação motora  Promover a interação e espírito de grupo	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	Períodos Letivos 2025  Quinzenal	Centro Comunitário e espaços exteriores da localidade	Técnicos/monitores Centro Comunitário  Jogos e materiais desportivos



### Quadro 3

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo I Infância e Juventude

##### Atividades Educativas

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Apoio ao Estudo</b>	Organizar a rotina de <b>estudos</b> do aluno	Número de atividades realizadas face ao previsto	Períodos Letivo 2025	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário
	Desenvolver a autonomia do estudante;	Número de participantes por atividade	3x por semana		Professoras/voluntárias
<b>Explicações de Matemática</b>	Criar hábitos para otimizar os resultados e eficácia no estudo.	Fichas de registo técnico Observação direta	1x semana		Outros Técnicos Externos Materiais diversos de escrita e de desgaste
<b>Participa</b>	Assegurar a integração social, cultural e escolar		Quinzenal		Retroprojektor PC Impressora



Centro Social Paroquial N.ª Sr.ª da Conceição da Costa de Caparica

	Promover competências sociais e pessoais			Espaços exteriores da comunidade	Fotocópias Livros Escolares
--	--	--	--	----------------------------------	--------------------------------



#### Quadro 4

### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025- Eixo I Infância e Juventude

#### Atividades de Expressão Artística e Plástica

Atividades	Objetivos Específicos	Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação	Calendarização	Local	Recursos Humanos e Materiais
<b>ExpressArte</b>	Desenvolver criatividade e motricidade fina	Número de atividades realizadas face ao previsto Número de participantes por atividade	Períodos Letivos 2025  1/2x por semana	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário
<b>Musicoterapia</b>	Estimular a criatividade e o Raciocínio  Promover comunicação e expressão	Fichas de registo técnico Observação direta	Sazonal sob programação		Material desgaste



### Quadro 5

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo I Infância e Juventude

##### Atividades de Lúdico Pedagógicas

Atividades	Objetivos Específicos	Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação	Calendarização	Local	Recursos Humanos e Materiais
<b>Programa Kids à Descoberta</b>  <b>Eventos/Festividades</b>  <b>Biblioteca Livre</b>  <b>Ludoteca Livre</b>	Desenvolver iniciativa, sentido de responsabilidade e criatividade  Promover hábitos de vida saudáveis	Número de atividades realizadas face ao previsto Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico Observação direta	Férias escolares 2025  Datas Festivas ou especiais 2025  Diário/ livre sob solicitação  Diário/ livre	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição  Espaços exteriores da comunidade	Técnicos/monitores Centro Comunitário  Livros  Jogos e matérias disponíveis no espaço  Materiais de desgaste



### Quadro 6

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025- Eixo I Infância e Juventude

#### Atividades de Educação Tecnológica

Atividades	Objetivos Específicos	Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação	Calendarização	Local	Recursos Humanos e Materiais
<b>Digitalmente</b>	Promover novas aprendizagens  Facultar o acesso a recursos tecnológicos	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	Quinzenal	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário  PC/Internet  Livros e fotocópias



### Quadro 7

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 -Eixo II Formação

#### Ações de Formação

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Iniciação ILP</b>	Adquirir e/ou aperfeiçoar conhecimentos básicos de Língua Portuguesa	Número de atividades realizadas face ao previsto Número de participantes por atividade	De janeiro a dezembro de 2025  1x semana	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário
<b>Língua Portuguesa Intermédia</b>	Adquirir e/ou aperfeiçoar conhecimentos de Língua Portuguesa	Fichas de registo técnico Observação direta	1x semana		Professores  Manuais e fotocópias





<b>Iniciação ILI</b>	Língua Inglesa  Promover e aumentar competências digitais		1x semana		PC's e internet
<b>Informática</b>	Adquirir competências básicas de Língua Portuguesa		1x semana		Projeter
<b>Alfabetização</b>	Adquirir competências básicas, intermédias ou avançadas em Língua Portuguesa		1x semana		
<b>PLA</b>			2x semana cada turma		



### Quadro 8

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo III Animação e Intervenção Comunitária

##### Atividades de Desenvolvimento Cognitivo e Psicossocial

Atividades	Objetivos Específicos	Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação	Calendarizaç ão	Local	Recursos Humanos e Materiais
<b>Biblioteca Livre</b>	Promover hábitos de vida saudáveis	Número de atividades realizadas face ao previsto Número de participantes por atividade	De janeiro a dezembro de 2025 Diário/Livre	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário
<b>Eventos e Festividades</b>	Fomentar relações interpessoais, intergeracionais e envolvimento social, institucional e comunitárias	Fichas de registo técnico Observação direta	Datas Festivas ou especiais		Técnicos externos Livros Materiais de desgaste



### Quadro 9

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo III Animação e Intervenção Comunitária

##### Atividades Desportivas

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarizaç ão</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Mais Ativo</b>	Promover hábitos de vida saudáveis  Combater isolamento e inatividade física  Promover Autonomia  Desenvolver motricidade fina	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	De janeiro a dezembro de 2025  2x semana	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição  Espaços exteriores da comunidade	Técnicos/monitores Centro Comunitário  Materiais desportivos  Coluna de som



### Quadro 10

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 -Eixo III Animação e Intervenção Comunitária

##### Atividades de Expressão Artística e Plástica

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Arte dos 7 Ofícios</b>	Desenvolver aptidões cognitivas e motoras  Fomentar relações interpessoais	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	De janeiro a dezembro de 2025  1x por semana	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário  Materiais de desgaste (artesanais)

### Quadro 11

#### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 - Eixo III Animação e Intervenção Comunitária

##### Atividades de Educação Tecnológica



<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarizaç ão</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Informática Livre</b>	Aprendizagens das novas tecnologias e novas competências  Facultar o acesso a recursos tecnológicos	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	De janeiro a dezembro de 2025  Mediante disponibilidad e da sala	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário  PC s



## Quadro 12

### Calendarização de atividades Centro Comunitário 2025 -Eixo IV Capacitação e Desenvolvimento Comunitário

#### Gabinete de Apoio ao Cidadão

<b>Atividades</b>	<b>Objetivos Específicos</b>	<b>Indicadores de Execução/ Metodologia e Técnicas de Avaliação</b>	<b>Calendarização</b>	<b>Local</b>	<b>Recursos Humanos e Materiais</b>
<b>Informações e Inscrições em Atividades do Centro Comunitário</b>  <b>Encaminhamento para entidades externas ou serviços do CSPNSC</b>  <b>Apoio na utilização de sites e plataformas informáticas</b>  <b>Apoio com documentos diversos</b>  <b>Cópias e impressões de documentos</b>	Facilitar o acesso a documentos, serviços e informações de utilidade da comunidade  Promover interação comunitária  Satisfazer de forma cabal os interesses da comunidade	Número de atividades realizadas face ao previsto  Número de participantes por atividade  Fichas de registo técnico  Observação direta	De janeiro a dezembro de 2025  Mediante agendamento/solicitação	Centro Comunitário e outros espaços da Instituição	Técnicos/monitores Centro Comunitário  PC s  Internet



Centro Social Paroquial N.ª Sr.ª da Conceição da Costa de Caparica

<b>Apoios/Assuntos diversos apresentados pela comunidade</b>					
--	--	--	--	--	--