

ANEXO I

Serviços Disponibilizados no Centro de Apoio Integrado

- **Apoio psicopedagógico**

A Psicopedagogia é uma área do conhecimento dirigida para o processo de aprendizagem humana, bem como, uma área de estudo e de atuação que se responsabiliza pela aprendizagem e as suas dificuldades, tendo importantes tarefas diante do fenómeno da exclusão escolar. O seu papel é o de instituir caminhos entre os opostos que liguem o saber e o não saber, o acesso ao conhecimento e a falta do mesmo, a facilidade e a dificuldade, a rapidez e a lentidão e a outros opostos que possam apresentar-se em um processo de aprendizagem.

Desta forma tem como objetivo a intervenção: 1) no conhecimento do real potencial da criança; 2) nas Dificuldades de Aprendizagem; 2) no apoio ao nível das metodologias de estudo; 3) na estimulação cognitiva; 4) auxiliar os pais a pensarem sobre as dificuldades de aprendizagem dos seus filhos.

Ainda neste âmbito pretende-se oferecer um serviço de avaliação dos pré-requisitos escolares para a entrada no 1º ano, através da avaliação da prontidão da criança em termos cognitivos, comportamentais e socio emocionais, com despiste de eventuais dificuldades. Pode ser realizado em duas modalidades de intervenção: apoio individual ou em pequeno grupo.

- **Consultas de psicologia clínica**

Têm duas grandes finalidades: 1) ajudar a pessoa a lidar com as suas dificuldades para as quais sente não possuir os recursos necessários; 2) ajudar na tomada de consciência e no desenvolvimento de recursos internos que permitam à pessoa gerir novas dificuldades no futuro de forma mais autónoma.

Desta forma, esta área divide a sua intervenção em dois grandes serviços distintos:

- Acompanhamento e apoio psicológico: pretende apoiar as pessoas (independentemente da idade) a iniciar um processo de tomada de consciência que lhes permita identificarem as suas forças e encontrarem estratégias para lidar com as dificuldades, conduzindo a um reajustamento psicológico. Neste apoio são implementadas diferentes técnicas e ferramentas terapêuticas, mediante cada caso.

- Avaliação Psicológica: visa a realização de avaliações psicológicas a nível cognitivo, do tipo de funcionamento interno, de personalidade e/ou da psicopatologia, permitindo esclarecer a natureza de sinais/sintomas identificados e realizar o planeamento adequado da intervenção.

População alvo: crianças, adolescentes, jovens adultos, adultos

- **Terapia da fala**

A comunicação humana engloba todos os processos e funções associadas com a produção de fala, a compreensão e expressão da linguagem oral e escrita, bem como com formas de comunicação não-verbal. O Terapeuta da Fala é o profissional responsável pela prevenção, avaliação, intervenção e estudo científico das perturbações da comunicação humana, assim como da deglutição.

Principais áreas de intervenção ao nível da comunicação verbal e não-verbal:

- Fala (articulação, fluência, ressonância, voz e respiração);
- Linguagem (abrange a compreensão e expressão da linguagem oral, escrita, gráfica e gestual, bem como os seus componentes – semântica, morfologia, sintaxe, fonologia e pragmática);
- Desenvolvimento das competências da pré literacia
- Deglutição
- Motricidade e Sensibilidade orofacial.

- **Aconselhamento parental**

O Aconselhamento Parental é uma área que pretende aconselhar e orientar os pais na desafiante tarefa de educar os seus filhos, procurando fornecer metodologias e estratégias facilitadoras da tarefa educativa. O objetivo máximo deste aconselhamento é dotar os pais de um maior número de estratégias e mais adequadas às necessidades dos seus filhos procurando o bem-estar geral da criança ou adolescente e da família.

- **Terapia familiar**

Tem como objetivo principal auxiliar a família na (re) conquista de relações harmoniosas e saudáveis entre os seus membros, através de realização de sessões conjuntas com os elementos da família.

- **Mediação familiar**

É um processo de natureza cooperativa, voluntário e confidencial, conduzido pelo mediador familiar com imparcialidade, com o objectivo de ajudar os intervenientes a colaborarem activamente na construção dos acordos que melhor satisfaçam os interesses das pessoas envolvidas.

- **Orientação educacional, profissional e vocacional**

O desafio que se coloca, não se resume ao apoio na escolha de um curso ou de uma profissão. É sim esperado, que ajude as pessoas a conhecerem as suas capacidades e competências, a identificarem os seus interesses, desejos e expectativas. Cabe-lhe disponibilizar instrumentos informativos e operacionais que permitam a construção do seu projeto de vida.

Desta forma a sua intervenção visa: 1) apoiar os alunos no desenvolvimento da sua identidade pessoal e estimular as competências de autoconhecimento; 2) Analisar e trabalhar a informação disponível sobre as várias opções e oportunidades dos percursos escolares e profissionais; 3) Planificar, aplicar e avaliar programas de apoio às opções vocacionais e profissionais dos alunos (Programas de orientação vocacional).

População alvo: jovens a partir dos 13 anos de idade

Dentro deste serviço, destaca-se, ainda a intervenção ao nível do Aconselhamento e Planeamento de Carreira, que tem o intuito de promover percursos de sucesso ao nível da inserção profissional, a partir da clarificação de objetivos pessoais e profissionais, apoiando a pessoa na tomada de decisão relativamente a escolhas académicas e/ou profissionais.

População Alvo: Adultos e Jovens adultos (em situação de procura de 1º emprego, desempregados ou inseridos na vida activa que pretendem reorientar o seu percurso profissional)

- **Aconselhamento social**

Este serviço pretende disponibilizar acompanhamentos diversificados na área do aconselhamento social: planeamento da reforma; informação sobre serviços médico-sociais; orientação de recursos familiares para necessidades específicas (apoios sociais, internamento, lar, etc.); aconselhamento sociojurídico (processos de divórcio, sobreendividamento, etc).

- **Ações de Informação, sensibilização e formação**

Este serviço pretende disponibilizar uma oferta formativa que permita dar resposta a necessidades específicas identificadas quer em escolas, quer em empresas e para públicos-alvo específicos e nas mais diversas áreas

- **Mini grupos de orientação e competências**

Acompanhamento de quatro a seis jovens em grupos para orientação e de desenvolvimento de competências específicas. (Apenas disponíveis até esta data - Grupos não terapêuticos)

- **Psicomotricidade**

Este serviço oferece um acompanhamento ao nível da educação psicomotora, que associa as potencialidades intelectuais, afetivas, sociais e motoras da criança, dando-lhe segurança, equilíbrio e permitindo o seu desenvolvimento, organizando corretamente as suas relações com os diferentes meios em que deve evoluir.

- **Fioterapia**

Fisioterapia Musculo-esquelética: é provavelmente a área mais conhecida da fisioterapia, inclui as lesões por fracturas, ligamentoplastias, próteses de anca, de joelho, epicondilites, torcicolos... todas as patologias que afectem o sistema músculo-esquelético

Fisioterapia Neurológica: são várias as patologias neurológicas que necessitam da intervenção do fisioterapeuta, o AVC será provavelmente a mais conhecida mas qualquer doença do foro neurológico que retire mobilidade à pessoa, beneficiará com a fisioterapia. As demências, a doença de parkinson, tudo o que retira autonomia ao doente e promove a imobilidade poderá ser trabalhado com um fisioterapeuta.

Fisioterapia Respiratória: o inverno traz muitas vezes as gripes e pneumonias que muitas vezes aparecem por já existirem patologias crónicas de base que tornam a pessoa mais suscetível. A fisioterapia respiratória tem um papel fundamental na fase aguda (mobilização de secreções e higiene bronquica, estratégias e optimização de energia) mas também na fase crónica e na prevenção de um próximo evento agudo!

Fisioterapia Pediátrica: também as crianças podem ter condições em qualquer uma destas áreas, torcicolos musculares, luxações, fracturas, etc, ou dentro da neurologia nos atrasos de desenvolvimento, nos síndromes muitas vezes genéticos... E agora no inverno, as famosas bronquiolites ou quaisquer patologias respiratórias que deixam o bebe/criança com

expectoração que não consegue expelir, que o impedem de descansar bem, de comer bem, que trazem tanto mau estar e que o fisioterapeuta poderá ajudar a resolver!

Pilates clínico: a má postura/as posturas mantidas todo o dia vão criando dores pontuais que levam a ligeiras adaptações para ter menos dores até que volta a doer e é hoje em dia um problema que afecta grande parte da população. Quer a queixa inicial seja um torcicolo, uma contractura no ombro ou uma dor na lombar... O trabalho acompanhado dos principais músculos estabilizadores juntamente com a flexibilidade fundamental para haver mobilidade são uma grande aposta na qualidade de vida e prevenção de lesões!

- **Psiquiatria**

Notas:

- Equipa multidisciplinar, com uma visão integrada e integradora da intervenção psico-social;
- Muitos dos serviços acima podem ser prestados ao domicílio;
- Tabela de preços em função dos rendimentos das famílias;