

Plano de Atividades 2024

ADENORMA

Associação de Desenvolvimento da Costa Norte da Madeira



16. X
PC 8



O presente Plano de atividades foi elaborado pela Direção da ADENORMA e aprovado em reunião da Assembleia Geral em 21 de novembro de 2023.

A Direção

Roberto

Janeira Cristina da Silva Pachade

16. X
PC X



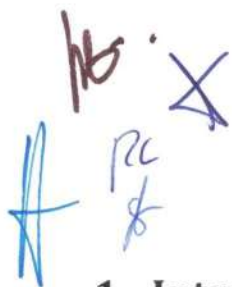
Índice

1	Introdução	1
2	Breve História: Objetivos e Natureza de Intervenção	1
3	Missão, Visão	3
4	Recursos Humanos	4
4.1	Órgãos Sociais	4
4.2	Quadro de Pessoal	5
4.3	Quadro de Pessoal – Rádio Porto Moniz	5
5	Recursos Físicos e Logísticos	5
6	Áreas de Intervenção	7
7	Atividades a desenvolver no Ano de 2024	7
7.1	Empreendedorismo e Economia Solidária	7
7.1.1	Projeto “Natureza Rica”	7
7.1.2	Projeto “Meu Pé de Laranja Lima”	8
7.2	Ajuda Alimentar	9
7.3	Envelhecimento	10
7.3.1	Centros Comunitários	10
7.3.2	Projeto “65+ Cuidador de Idosos “	11
7.3.3	Projeto “Banco de Ajudas Técnicas”	12
7.3.4	Gabinete de Apoio ao Idoso	14
7.3.5	Projeto “Seniores Ativos”	15
7.3.6	Projeto Estimular +	15
7.3.7	Teleassistência fixa e móvel	16
7.4	Infância e Juventude	18
7.4.1	Projeto “Semear Saúde, Colher Sorrisos”	18
7.5	Cultura e Formação para a comunidade	19
7.5.1	Programa Eco-Escolas	19

hb. X
Rc A



7.5.2	Projeto “Preservar Cultura e Tradições”	20
7.5.3	Formação para a comunidade	21
8	Rádio Porto Moniz	22
9	Parcerias	23
10	Marketing e Angariação de Fundos	24
11	A ADENORMA faz 30 anos	24



1 Introdução

Este Plano de Atividades é o documento orientador que reflete o pensamento sobre o que será a ação da ADENORMA no ano de 2024. Representa para a Direção um compromisso com os utentes, famílias, funcionários, sócios, financiadores e demais partes interessadas, para que, alinhados num objetivo comum baseado na missão e visão institucional, se cumpra com uma elevada eficiência e transparência.

Assim, a ADENORMA compromete-se estar às oportunidades com o objetivo de contribuir para o desenvolvimento social da costa Norte da Madeira.

2 Breve História: Objetivos e Natureza de Intervenção

A ADENORMA – Associação de Desenvolvimento da Costa Norte da Madeira, nasceu no dia doze de Outubro de mil novecentos e noventa e quatro, em São Vicente, Ilha da Madeira.

É uma Instituição de Solidariedade Social, de Utilidade Pública, cujo objetivo principal é a prossecução de atividades de natureza humanitária, cultural, educativa e científica, com vista à valorização do ser humano e ao combate à exclusão social. Propõe-se ainda a valorização e conservação do Património e da base do potencial endógeno do Norte da Região Autónoma da Madeira, com vista a contribuir para a melhoria do nível económico e sócio cultural das populações da respetiva área de atuação, praticando todas as ações que se mostrem necessárias à realização deste seu objetivo.

A sua intervenção abrange sobretudo os concelhos da Costa Norte, mas também se alarga a outros concelhos da Região Autónoma da Madeira.

As circunstâncias habitacionais e sociais em que vivia algumas das populações do concelho de São Vicente, na altura da criação da Associação, reclamaram uma intervenção socio-habitacional em vários domicílios. Assim, a ADENORMA contando com vários apoios de empresas, auxiliou a recuperação de várias habitações em algumas freguesias do concelho de São Vicente, entre os anos de 1996 a 1997.



Tal foi a importância desta atividade, que inúmeras empresas manifestaram o desejo de se associar ao “Programa de Recuperação Paisagística e Ambiental do Concelho de São Vicente”, liderado pela ADENORMA.

Depois, a intervenção foi direcionada para o desenvolvimento de Projetos no âmbito do Programa Nacional de Luta Contra a Pobreza. O primeiro teve sede no Lombo do Urzal, em Boaventura, o segundo na Terceira Lombada em Ponta Delgada e um terceiro, no Rosário, em São Vicente. Abrangeu-se assim todas as freguesias do concelho de São Vicente.

Extintos os “Projetos de Luta Contra a Pobreza” dinamizou-se em regime de continuidade, os Centros Comunitários, tendo em 2017, por mútuo acordo com o Município, sido desativado o Centro do Lombo do Urzal e entregue o espaço à Câmara Municipal. A implementação dos Centros Comunitários permitiu, e permite, o desenvolvimento de uma das atividades principais e primordiais da Instituição: A inclusão social e a prevenção e resolução de problemas sociais.

Em 2001, a ADENORMA adquiriu a licença de difusão para a implementação de uma rádio local no concelho de Porto Moniz, a Rádio Porto Moniz, que opera até aos dias de hoje na frequência 102.9fm, e desde 2023 em radioportomoniz.pt.

A intervenção conheceu novos contornos a partir de 2010 com o Estudo de Caracterização da População Idosa da Costa Norte da Madeira, realizado em parceria com o Município de São Vicente. Este estudo permitiu conhecer as necessidades para melhor intervir, sendo este foi o ponto de partida para a implementação de projetos sociais na área do envelhecimento, e que vigoram até hoje: 65 + Cuidador de Idosos e o Banco de Ajudas Técnicas.

Em 2012, nasceu a Marca “Inovação Social Criativa”, marca registada, que serviu de suporte para fomentar e desenvolver vários projetos, alicerçados em parcerias, que alargaram o leque de intervenção e proporcionaram novas abordagens sociais. Neste âmbito, foram realizados rastreios orais e oftalmológicos a crianças em toda a RAM, foi implementada a teleassistência na RAM com parceiros em todos os concelhos e lançado o projeto Semear Saúde, Colher Sorrisos em parceria com a Secretaria Regional da Agricultura.

O Gabinete de Apoio ao Idoso ganhou um novo espaço físico em 2015, permitindo um apoio de proximidade toda a população, além de desenvolver novas valências e acolher atividades que chegam a um número cada vez maior de cidadãos.

Atualmente a ADENORMA desenvolve vários projetos sociais apoiados pela Câmara Municipal de São Vicente e pelo Instituto de Segurança Social da Madeira IP-RAM, para além dos de iniciativa própria, apoiados pela responsabilidade social de empresas.

3 Missão, Visão

Missão

Promover o desenvolvimento social da comunidade, através de um conjunto de respostas e serviços estruturados em consonância com as necessidades e exigências de uma vida condigna, intervindo em diferentes áreas como a cultura, saúde, ambiente, educação e empreendedorismo social.

Visão

Ser uma Instituição Portuguesa de referência, reconhecida pela sua intervenção qualificada, pela inovação e boas práticas. Numa intervenção holística, atuamos com várias respostas e soluções integradas tendo como principal compromisso a promoção do bem-estar e qualidade de vida das pessoas.

Handwritten signatures and initials in blue and black ink.

4 Recursos Humanos

4.1 Órgãos Sociais

4.1.1.1.1 Órgãos Sociais para o quadriénio 2022 – 2025 em regime Pro-bono

Assembleia Geral	Nome	Função
	Gabriel Paulo Drumond Esmeraldo	Presidente
	João Duarte Mendes	Vice-presidente
	João António de França Monte	Secretário

Direção	Nome	Função
	José Luís Medeiros Gaspar	Presidente
	Edegar Valter Castro Correia	Vice-Presidente
	Robert Miguel Andrade de Castro	Tesoureiro
	Sandra Cristina da Silva Andrade	Secretária
	Christian Joel Pereira da Silva	Vogal

Conselho Fiscal	Nome	Função
	João Caldeira de Jesus	Presidente
	José António de Mendonça	Vogal
	Elias Manuel Soares Medeiros	Vogal

Handwritten initials and signatures in the top left corner.

4.2 Quadro de Pessoal

Para o ano de 2024 a ADENORMA irá contar com os seguintes recursos humanos:

	Categoria
3	Assistente Social
2	Psicóloga
1	Professora Ensino básico
1	Técnica de Ciências da Educação
1	Professor Educação Física
2	Motorista
2	Ajudante de Ocupação
2	Auxiliar de Serviços Gerais
1	Trabalhador agrícola
1	Trabalhador de montagem

4.3 Quadro de Pessoal – Rádio Porto Moniz

	Função
1	Diretora da Rádio Porto Moniz
2	Locutor de Rádio

5 Recursos Físicos e Logísticos

Instalações	Obs.
Centro Comunitário da Ribeira Grande	Edifício da Câmara Municipal de São Vicente, cedido à ADENORMA para dinamização de um Centro Comunitário. Possui 1 sala de convívio, 1 sala de pc, 1 sala polivalente, 1 escritório, 1 cozinha, 2 wc', 1 arrumo.
Centro Comunitário da Primeira Lombada	Edifício da Câmara Municipal de São Vicente,

AB. X
PC B

	cedido em 2022 à ADENORMA para dinamização de um Centro Comunitário. Possui 1 sala polivalente, 2 arrumos, 2 wc's, 1 escritório, 1 cozinha, 1 parque infantil, 1 zona de churrasco.
Centro Comunitário da Terceira Lombada	Edifício da Câmara Municipal de São Vicente cedido à ADENORMA para dinamização de um Centro Comunitário. Possui 1 sala polivalente, 1 escritório, 2 wc's, 1 cozinha e terreno agrícola com cerca de 1000m2 onde está implementado o pomar solidário "Meu pé de Laranja Lima".
Gabinete de Apoio ao Idoso	Edifício da Câmara Municipal de São Vicente com acordo de cedência desde 2012 para a implementação do Gabinete de Apoio ao Idoso. Inaugurado em 2015, atualmente é a sede da Instituição, funcionando aqui os serviços administrativos e sociais.
Rádio Porto Moniz	Estúdio situado no edifício da Casa do Povo do Porto Moniz.

Viaturas	Obs.
Opel Combo	Carrinha de mercadorias alocada ao Banco de Ajudas Técnicas para transporte de equipamentos.
Toyota aygo	Carro ligeiro de passageiros destinado a transporte de utentes para consultas médicas/resolução de assuntos pessoais, visitas domiciliárias e serviços gerais da instituição.
Ford FDE6	Carrinha de 9 lugares alocada ao Centro Comunitário da Ribeira Grande e Gabinete de Apoio ao Idoso para transporte de utentes.
Mitsubishi 400 2.5	Carrinha de 9 lugares em empréstimo desde 2012 ao CACI – Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão de São Vicente e Porto Moniz.
Mercedes Vito Tourer	Carrinha de 9 lugares alocada aos Centros Comunitários da Primeira Lombada e Terceira Lombada para transporte de utentes.
Toyota Proace	Carrinha de 9 lugares para transporte de utentes dos Centros Comunitários e Gabinete de Apoio ao Idoso.

Handwritten initials and signatures in the top left corner.

6 Áreas de Intervenção

Para o ano de 2024 a ADENORMA pretende intervir nas seguintes áreas:

- Empreendedorismo e Economia solidária
- Ajuda Alimentar
- Envelhecimento
- Infância e Juventude
- Cultura e Formação para a comunidade

7 Atividades a desenvolver no Ano de 2024

7.1 Empreendedorismo e Economia Solidária

7.1.1 Projeto “Natureza Rica”

Visa aproveitar frutos e transformá-los em doces para venda de forma a melhorar e favorecer a economia social. Este projeto foi financiado pela Fundação EDP no ano de 2011.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados	Divulgação
Apanha de baga de uveira-da-serra nos meses de julho/agosto/setembro	Trabalhador agrícola e quadro de pessoal interno	Recursos próprios gerados pela receita do projeto.	Produção de 50 frascos (211g) de doce de baga- de uveira para venda em feiras, lojas e na instituição com o valor de 4,00€.	Site institucional Facebook, Instagram
Confeção de doce de doce de baga-de-uveira após a apanha				
Plantação de Hibiscos			Produção de 140	

hb.
PC
8

no pomar do Centro Comunitário da Terceira Lombada nos meses de março/abril			frascos (211g) de doce de hibisco para venda em feiras, lojas e na instituição com o valor de 4,00€.	
Colheita dos hibiscos em setembro				
Confeção de doce de hibisco após a apanha				

7.1.2 Projeto “Meu Pé de Laranja Lima”

Financiado pela Caixa Fã em 2019, este projeto transformou um terreno baldio de 1.360 m² no Centro Comunitário da Terceira Lombada, num pomar de cariz solidário, com a plantação de árvores e plantas. Pretendeu-se rentabilizar o espaço, promovendo a alimentação saudável entre os utentes e favorecendo recursos com vista a desenvolver a Economia Solidária e Empreendedorismo Social, associados à criação de um pequeno negócio social. Em 2024 contaremos com o apoio da TRIVALOR - SGPS, no quadro da sua intervenção de responsabilidade social, para a continuidade do projeto.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Manutenção do Pomar	Trabalhador agrícola	Recursos Próprios, Trivalor	100% do terreno cultivado.
Plantação de Hibisco para a confecção de doce para venda.			Plantação de hibisco para produzir cerca de 140 frascos de doce.
Consumo pelos utentes e venda dos produtos agrícolas	Trabalhador agrícola, funcionário s, utentes		Consumo de cerca de 30% dos produtos pelos utentes (lanches); Venda de 50% dos produtos agrícolas.
Doação dos produtos agrícolas excedentes a instituições locais			Doação de 20% dos produtos agrícolas
Sessões de Sensibilização a escolas e instituições locais sobre a	Trabalhador agrícola		Realização de sessões de sensibilização ao longo do

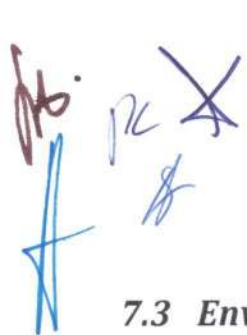
hb: X
PC J

agricultura e o consumo de produtos agrícolas			ano.
Campo de experimentação da Escola Agrícola da Madeira	Trabalhador agrícola, formandos da EAM		Realização de sessões com os formandos da EAM ao longo do ano.

7.2 Ajuda Alimentar

Dinamização do **PEA** (Programa de Emergência Alimentar) em articulação com o Instituto de Segurança Social da Madeira IP_RAM.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Contactar os beneficiários indicados pelo ISSM IP-RAM nos primeiros dias de cada mês sobre aprovação do apoio.	Assistente Social, Direção	Instituto de Segurança Social da Madeira	Execução a 100% do programa
Agilizar junto dos comerciantes locais a compra dos produtos de 1.ª necessidade.			
Comunicar ao ISSm IP-RAM a execução do programa			



7.3 Envelhecimento

7.3.1 Centros Comunitários

A ADENORMA dinamiza três Centros Comunitários: o Centro Comunitário do Ribeira Grande, situado na freguesia de São Vicente, o Centro Comunitário da Terceira Lombada e o Centro Comunitário da Primeira Lombada localizados na freguesia de Ponta Delgada.

Os utentes que frequentam os centros têm entre os 44 anos e os 90 anos, sendo a média de idade de 75 anos.

Nestes espaços, são dinamizadas várias atividades lúdico-recreativas, de formação pessoal e social e de alfabetização. A partir destes centros também se desencadeiam ações de apoio à população.

Os Centros Comunitários funcionam no período da tarde: 14:00 às 18:00.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Aulas de ginástica – Mexer+	Prof. De educação física	Câmara Municipal de São Vicente	Participação de todos os utentes nas aulas, melhoria da motricidade, da condição física, bem-estar e qualidade de vida.
Aulas de dança sénior	Prof.ª de dança sénior	Câmara Municipal de São Vicente	Participação de todos os utentes nas aulas, melhoria da motricidade, atenção, bem-estar e qualidade de vida.
Estimular + - Sessões de estimulação cognitiva	Psicóloga	Câmara Municipal de São Vicente	Participação de todos os utentes, prevenção do declínio cognitivo
Animação sócio-cultural – (ex. jogos, pinturas, etc)	Ajudantes de ocupação, auxiliar de serviços gerais, professora, técnica de ciências da educação	ISSM IP-RAM, Câmara Municipal de São Vicente e IEM.	Participação de todos os utentes nas atividades. Melhoria das relações interpessoais, socialização e qualidade de vida.
Passeios culturais	Ajudantes de	ISSM IP-RAM,	Participação de todos os

Handwritten initials and signatures in blue ink.

	ocupação, auxiliar de serviços gerais, professora, técnica de ciências da educação	Câmara Municipal de São Vicente e IEM.	utentes nas atividades. Melhoria das relações interpessoais, socialização e qualidade de vida.
Sessões de Sensibilização	Ajudantes de ocupação, auxiliar de serviços gerais, professora, técnica de ciências da educação	ISSM IP-RAM, Câmara Municipal de São Vicente e IEM.	Sensibilização para os temas propostos. Aumento da capacidade de reflexão e decisão.

7.3.2 Projeto “65+ Cuidador de Idosos”

Este Projeto, que começou com um “*Estudo de Caracterização da População Idosa*” realizado em 2010, procura apoiar e satisfazer as necessidades dos Idosos mais vulneráveis, residentes no Concelho de São Vicente, através de uma rede articulada de apoios sociais necessários à satisfação das suas ansiedades.

O Projeto é apoiado pela Câmara Municipal de São Vicente e pelo Instituto de Segurança Social da Madeira IP-RAM e teve uma Menção Honrosa da Fundação EDP em 2011.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Visitas domiciliárias a Idosos do concelho de São Vicente que vivem sós ou com pouco suporte social ou familiar.	Assistentes sociais, psicóloga, professora, técnica ciências da educação	ISSM IP-RAM, Câmara Municipal de São Vicente	400 Visitas domiciliárias a idosos do concelho de São Vicente.
Transportes e acompanhamentos de idosos do concelho de São Vicente a consultas médicas e exames em São Vicente, Ribeira Brava e Funchal.	Motoristas, Assistentes sociais, psicóloga, professora, técnica ciências da educação		150 transportes a consultas e exames médicos.
Marcação de consultas médicas, exames,	Motoristas, Auxiliares de		30 marcações de consultas, exames ou análises

Handwritten notes and signatures in the top left corner.

análises clínicas	serviços gerais, Assistentes sociais, psicóloga, professora, técnica ciências da educação		
Auxílio no pagamento de faturas (água, luz, comunicações, etc)			25 pagamentos de faturas
Auxilio nas compras de farmácia, supermercado			25 compras na farmácia, supermercado
Sinalização e Encaminhamento para entidades regionais	Assistentes sociais, psicóloga, professora, técnica ciências da educação		20 sinalizações e encaminhamentos.

7.3.3 Projeto “Banco de Ajudas Técnicas”

Dinamização de um Banco de Ajudas Técnicas, destinado a apoiar os idosos e/ou pessoas dependentes do Concelho de São Vicente, Porto Moniz e Santana.

Este projeto teve alto patrocínio da Caixa Geral de Depósitos – Caixa Fã em 2012 e em 2013, devido à sua abrangência e alargamento, foi vencedor, a nível nacional, do Prémio BPI Sénior 2013 e 2017. O Projeto “+ Mobilidade”, candidatura aprovada pela entidade gestora ADRAMA, possibilitou, a partir do ano de 2021, o alargamento do Banco de Ajudas Técnicas para os três municípios da Costa Norte da Madeira.

Equipamentos existentes:

Equipamentos	Quantidade
Cama articulada el.	106
Colchão articulado	106
Compressor pa	121
Colchão pa	117
Cadeira de rodas	80
Andarilho de encartar	49
Andarilho 2 rodas	8
Tripé	6
Canadiana	12
Muleta	2
Cadeira de sanita	51

hb.
rc
X
8

Cadeira sanitária 4 rodízios	29
Pendural de base	8
Mesa hospitalar	10
Barra de banho	0
Calçadeira	9
Calça-meias	10
Bengala	9
Lava cabeças	5
Almofada anti escara	3
Encosto reclinável	5
Banco de banho	1
Pedaleira	1
Total	748

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Manutenção e reparação dos equipamentos (lixar, pintar, substituir material de desgaste, etc.)	Trabalhador de montagem	ISSM, Câmara Municipal de São Vicente, IEM, recursos próprios.	Manutenção de todos os equipamentos aquando da devolução e reparação, caso necessário.
Higienização dos equipamentos	Auxiliar de serviços gerais		Higienização de todos os equipamentos devolvidos com produtos adequados, não corrosivos.
Empréstimo de equipamentos	Assistentes sociais, psicóloga, Auxiliar de serviços gerais		Empréstimo de cerca de 400 equipamentos de ajudas técnicas por ano.
Entrega ao domicílio e montagem de equipamentos	Trabalhador de montagem, assistentes sociais, psicóloga, técnica de ciências da educação, professora.		150 entregas e montagens dos equipamentos no domicílio.
Visitas domiciliárias para verificação do estado do equipamento	Trabalhador de montagem, assistentes sociais, psicóloga, técnica de ciências da educação, professora.		100 visitas domiciliarias nos concelhos de São Vicente, Porto Moniz e Santana.

Ho. X
PC \$
f

7.3.4 Gabinete de Apoio ao Idoso

Em funcionamento desde 2015, o Gabinete de Apoio ao Idoso, sede da Instituição, dá resposta às solicitações de potenciais utentes para as diferentes valências e respostas sociais que a instituição hoje oferece. É igualmente um espaço com polivalência de funções desenvolvendo-se, no mesmo, outras atividades que chegam a uma população diferenciada.

Devido ao número elevado de inscrições para as atividades físicas e de estimulação cognitiva, e à limitação de espaço no Gabinete de Apoio ao Idoso, as aulas de ginástica sénior (Séniore Ativos), dança sénior e as sessões de estimulação cognitiva (Estimular +) irão decorrer no salão paroquial da Igreja das Feiteiras.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Operacionalização do Banco de Ajudas Técnicas	Assistentes sociais, psicóloga, Auxiliar de serviços gerais, trabalhador de montagem.	ISSM IP-RAM, IEM, Câmara Municipal de São Vicente.	Empréstimo de 400 equipamentos a cerca de 250 pessoas dos concelhos de São Vicente, Porto Moniz e Santana.
Operacionalização do projeto 65+ Cuidador de Idosos	Assistentes sociais, psicóloga, técnica de ciências da educação, professora, motoristas, auxiliares de serviços gerais.	ISSM IP-RAM e Câmara Municipal de São Vicente.	400 visitas domiciliarias, 150 transportes e 100 resoluções de assuntos pessoais.
Operacionalização da Teleassistência fixa e móvel	Assistentes sociais, psicóloga.	ISSM IP-RAM e Câmara Municipal de São Vicente.	Instalação de 40 tele-alarmes, 25 telemóveis em São Vicente. Monitorização dos 400 tele-alarmes instalados na RAM:
Atividades lúdico recreativas: ginástica sénior, dança sénior e estimulação cognitiva	Auxiliar de Serviços Gerais, psicóloga, prof. Educação física, prof. ^a dança sénior.	Câmara Municipal de São Vicente	Realização de 2 aulas de ginástica sénior, 1 aula de dança sénior, 1 sessão de estimulação cognitiva por semana.

hb
PC
X
A

7.3.5 Projeto “Seniores Ativos”

A Câmara Municipal de São Vicente em parceria com a ADENORMA, desenvolveu uma preocupação para com a sua população idosa (≥ 65 anos), surgindo então o projeto de gerontomotricidade “Seniores Ativos”, que consiste em aulas de educação física uma a duas vezes por semana, desenvolvidas em sete centros de dia do concelho, contribuindo desta forma para a conservação e melhoria da capacidade funcional, diminuindo os fatores de risco associados ao envelhecimento, através da promoção de hábitos de vida saudáveis e do convívio entre os idosos.

Assim contribuiremos para a integração social, através da atividade física, reduzindo desta forma os custos públicos com a saúde (medicamentos, hospitalizações, carências de terceiros), promovendo maior longevidade com maior qualidade de vida.

As Instituições abrangidas em 2024 são a ADENORMA (Centro Comunitário da Ribeira Grande, Centro Comunitário da Primeira Lombada, Centro Comunitário da Terceira Lombada e Gabinete de Apoio ao Idoso), o Centro Paroquial de São Vicente, o Centro Social e Paroquial do Bom Jesus e a Casa do Povo de Boaventura.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Aulas de educação física a séniores em 7 centros do concelho de São Vicente	Prof. Educação Física	Câmara Municipal de São Vicente	2 aulas de educação física em 90% das instituições do concelho.

7.3.6 Projeto Estimular +

Em 2022, foi implementado o projeto *Estimular +*, que consiste num programa de Estimulação Cognitiva para idosos e que percorre todas as Instituições do concelho. São realizadas sessões semanais com a duração de 1 hora, com o auxílio de um caderno de estimulação cognitiva

hb
Pz
f
X

e de jogos sérios que estimulam várias capacidades como a socialização, a atenção, a memória, etc. Beneficiam deste projeto 86 pessoas com idades compreendidas entre os 60 e os 85 anos.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Sessões semanais de estimulação cognitiva recorrendo a cadernos, jogos sérios	Psicóloga	Câmara Municipal de São Vicente	Pelo menos 1 sessão por semana em 10 centros do concelho.
Pesquisa, elaboração de material e conteúdo para as sessões			Disponibilizar conteúdo atualizado e adaptado às necessidades de cada pessoa.

7.3.7 Teleassistência fixa e móvel

7.3.7.1 Teleassistência fixa

Os aparelhos de teleassistência têm como finalidade prioritária facilitar uma imediata intervenção em situações que coloquem em causa a vida dos idosos, favorecendo um contato imediato com os meios de socorro. O projeto tem atualmente cerca de 400 equipamentos de teleassistência fixa na Região Autónoma da Madeira, em casa de idosos que vivem sós, e que apresentem dificuldades de mobilidade acentuada, assim como um défice na rede de suporte social/familiar.



Parceiros:

Concelho	Instituição
São Vicente	ADENORMA
Porto Moniz	Casa do Povo do Porto Moniz
Santana	Associação Santana Cidade Solidária
Ribeira Brava	ADBRAVA
Calheta	Casa do Povo da Fajã da Ovelha
Ponta do Sol	Associação dos Canhas
	Casa do Povo de Ponta do Sol
Câmara de Lobos	Casa do Povo do Jardim da Serra
	Casa do Povo de Quinta Grande
	Casa do Povo do Curral das Freiras
	Centro Social e Paroquial de Santa Cecília
Funchal	Casa do Povo de São Roque
	ADECOM – Associação de Desenvolvimento do Monte
	IHM – Investimentos Habitacionais da Madeira
Santa Cruz	Santa Casa da Misericórdia de Santa Cruz

7.3.7.2 Teleassistência móvel

A teleassistência móvel destina-se a idosos autónomos em situação de isolamento geográfico no concelho de São Vicente. Este é um serviço gratuito, prático, capaz de realizar um pedido de auxílio permanente (ligado à Associação Humanitária de Bombeiros Voluntários de São Vicente e Porto Moniz), e eficiente em caso de doença súbita ou acidente. O Serviço de Teleassistência Móvel é suportado por telemóveis, disponibilizados gratuitamente aos respetivos beneficiários, de forma a assegurar o pronto auxílio sempre que solicitado e com a resposta mais adequada à situação. Dispomos de 50 equipamentos para empréstimo.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Teleassistência fixa – articulação com os parceiros para avaliar as necessidades.	Assistentes sociais, psicóloga, parceiros, Direção.	Recursos próprios	Manter os 400 equipamentos de teleassistência fixa em pleno funcionamento.
Teleassistência fixa – Manutenção e montagem de equipamentos em São Vicente.	Assistentes sociais, psicóloga, Bombeiros Voluntários de São Vicente e Porto Moniz.	Câmara Municipal de São Vicente. Recursos próprios	Manter os 40 telealarmes instalados em São Vicente.
Teleassistência móvel – Empréstimo e programação dos telemóveis.	Assistentes sociais, psicóloga, Bombeiros Voluntários de São Vicente e Porto Moniz.	Câmara Municipal de São Vicente, Recursos próprios	Disponibilizar 25 telemóveis.
Visitas domiciliárias em São Vicente para verificar o estado de funcionamento dos equipamentos.	Assistentes sociais, psicóloga	Câmara Municipal de São Vicente	Realização de 80 visitas domiciliárias por ano.

7.4 Infância e Juventude

7.4.1 Projeto “Semear Saúde, Colher Sorrisos”

Este projeto pretende estimular o cultivo de sementes para a produção de brotos de várias espécies vegetais para consumo doméstico e promover nas hortas pedagógicas (existentes em 86 escolas da Madeira) a produção e consumo generalizado nas próprias cantinas das escolas e depois nas próprias casas dos alunos.

Em 2017, fruto de um protocolo com a Secretaria Regional de Agricultura e Pescas, este projeto integrou o plano de formação da Escola Agrícola da Madeira em São Vicente. Em 2020, é

Handwritten signatures and initials in blue and black ink.



lançado o Manual de Produção de Rebentos e Plantas Jovens com o apoio da Secretaria Regional da Agricultura e Desenvolvimento Rural.

Entre 2016 e julho de 2023 foram realizadas 375 ações a 7500 crianças de escolas de toda a Região Autónoma da Madeira. Este projeto é desenvolvido em parceria com a Secretaria Regional da Agricultura e Desenvolvimento Rural com o apoio da Fundação Manuel António da Mota.

Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Ações nas escolas da RAM	Técnicos Superiores da SRA	SRA	1 sessão por semana numa escola.
Produção de material de divulgação, germinadores, manual de instruções.		Fundação Manuel António da Mota	Produção de material para utilização nas ações semanais.
		SAIPEM	

7.5 Cultura e Formação para a comunidade

7.5.1 Programa Eco-Escolas

Em 2016, a ADENORMA aderiu ao programa Eco-escolas, tendo assim a oportunidade de assumir um papel importante na formação de cidadãos mais responsáveis e na construção de um ambiente institucional mais sustentável. A ADENORMA desenvolve o programa nos três centros comunitários.

Handwritten signatures and initials: "db", "RC", and "8".

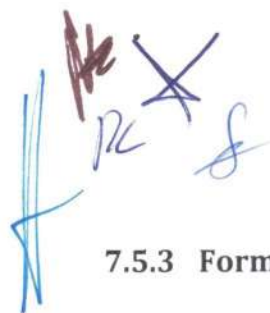
Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Implementação seguindo os 7 passos do programa.	Coordenadoras, utentes, funcionários, parceiros (Câmara Municipal de São Vicente, CACI, Junta freguesia de São Vicente, Casa do povo de Ponta Delgada).	Câmara Municipal de São Vicente, recursos próprios.	Obtenção do Galardão Verde; Avaliação do programa superior a 60%;

7.5.2 Projeto “Preservar Cultura e Tradições”

Consciente de que na sua missão social também cabe a preservação, divulgação e estímulo das tradições culturais e sociais da comunidade, a ADENORMA desenvolverá em 2024 iniciativas de cariz cultural, uma forma de elevar a auto estima dos nosso cidadãos, recolhendo memórias, desenvolvendo formatos diferentes de divulgação e assim dando a conhecer a toda a sociedade aspetos particulares e importantes da vivência de um Povo e de uma comunidade, que menos lembrados ou até desconhecidos por muitos, merecem ser revisitados, trabalhados e preservados.

Estas iniciativas revestir-se-ão de diferentes formatos e modelos de apresentação, sempre envolvendo os nossos habitantes e dando também a conhecer vultos maiores das artes, da escrita e da cultura popular e tradicional.

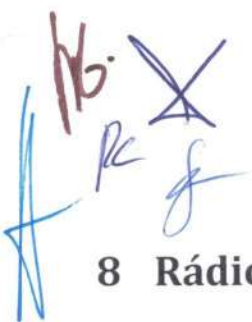
Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Recolha de tradições e vivências do concelho de São Vicente.	Utentes dos centros comunitários, comunidade em geral, funcionários.	Recursos próprios	Compilação dos registos.



7.5.3 Formação para a comunidade

A ADENORMA iniciou programas de formação para os seus colaboradores e desafiou entidades formadoras para levar a cabo em São Vicente, uma formação para pessoas desempregadas. Pretendemos em 2024 dar continuidade a este projeto de formação profissional, como propulsor para melhores condições de acesso à empregabilidade.

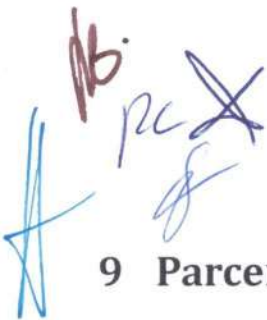
Ações a desenvolver	Pessoas a envolver	Financiamento	Resultados Esperados
Captação de recursos financeiros para a realização de formação profissional (candidaturas a prémios ao abrigo da responsabilidade social das empresas, apoios de entidades públicas e outros)	Direção, assistentes sociais, psicóloga.	Candidaturas a prémios ao abrigo da responsabilidade social das empresas, apoios de entidades públicas e outros.	Alcançar apoio financeiro para a realização de pelo menos 1 curso de formação.
Estabelecimento de parcerias com entidades formadoras acreditadas	Direção, assistentes sociais, psicóloga.	Recursos próprios	Parceria com 1 entidade formadora acreditada na RAM para a realização de cursos de formação profissional.
Realização de um curso de formação profissional, gratuito, que vá de encontro às necessidades do mercado de trabalho.	Direção, assistentes sociais, psicóloga, entidade formadora, formandos.	Candidaturas a prémios ao abrigo da responsabilidade social das empresas, apoios de entidades públicas e outros.	Realização de pelo menos 1 curso de formação com o mínimo de 10 formandos.



8 Rádio Porto Moniz

Em 2001 surgiu a Rádio Porto Moniz, uma rádio local neste concelho. Opera na frequência 102.9 fm e em streamonline www.radioportomoniz.pt. Tem uma programação diária diversificada, indo de encontro aos interesses dos ouvintes da localidade.

Programação de segunda a sexta	
9:15 Informação local	Com Jornalista Mafalda Abreu
9:00/12:00 – Manhãs Populares	Wilson Pestana – Programa de música portuguesa com especial atenção à música popular portuguesa e aos artistas regionais. Partilha da informação local, títulos da imprensa regional, meteorologia, alertas de proteção civil, informação dos eventos que vão decorrer.
12:00/14:00 – Alto Som	Wilson Pestana – Programa com hits com destaque para a nova música portuguesa, reggaeton, funk, sertaneja, etc. Informação desportiva (12:45h Bola Branca em simultâneo com a Rádio Renascença), informação regional (13:00h em simultâneo com a Rádio JM) e informação local (14:15h com a jornalista Mafalda Abreu).
14:00/15:00 Recuerdos	Programa de música com seleção musical de Wilson Pestana.
15:00/19:00 Porto Moniz a 100%	Nuno Timóteo – Programa de música com musica internacional, entrevistas, passatempos, música pedida.
19:10 Informação local	Com Jornalista Mafalda Abreu
19:10/20:00 All Top	Segunda-feira: Country Terça-feira: Rock Quarta-feiras: Sertaneja Quinta-feiras: Reggae Sexta-feira: Kizomba
21:00 Terço	
Programação de Sábado	
11:00/12:00 Aplauso	Programa de João Luís Mendonça dedicado à divulgação de artistas regionais.
Programação de Domingo	
11:00/12:00	Germano Entrevista
19:00	La Hora Del Mosquito



9 Parcerias

O estabelecimento de parcerias continua a ser uma área de particular interesse e de investimento institucional. Atualmente contamos com várias parcerias com entidades públicas e privadas, e que contribuem para o normal funcionamento da instituição e para ações específicas. Das várias parcerias para o ano 2024, destacamos:

- Instituto de Segurança Social da Madeira IP-RAM
- Câmara Municipal de São Vicente
- Instituto de Emprego da Madeira
- PSP
- SESARAM
- Polo de Emprego de São Vicente
- Juntas de freguesia do concelho de São Vicente
- CACI de São Vicente e Porto Moniz
- Centro Social e Paroquial de São Vicente
- Centro Social e Paroquial do Bom Jesus
- Associação Crescer Sem Risco
- Bombeiros Voluntários de São Vicente e Porto Moniz
- Casa do Povo Porto Moniz
- Associação Santana Cidade Solidária
- Adbrava
- Casa do Povo da Fajã da Ovelha
- Associação dos Canhas
- Casa do Povo da Ponta do Sol
- Casa do Povo do Jardim da Serra
- Casa do Povo do Curral das Freiras
- Centro Social e Paroquial de Santa Cecília
- Casa do Povo de São Roque
- ADECOM – Associação para o Desenvolvimento do Monte
- IHM – Investimentos Habitacionais da Madeira
- Santa Casa da Misericórdia de Santa Cruz

10 Marketing e Angariação de Fundos

Em 2024 pretendemos continuar a publicar as nossas atividades nas redes sociais e no site institucional como forma de divulgação do trabalho realizado ao longo do ano.

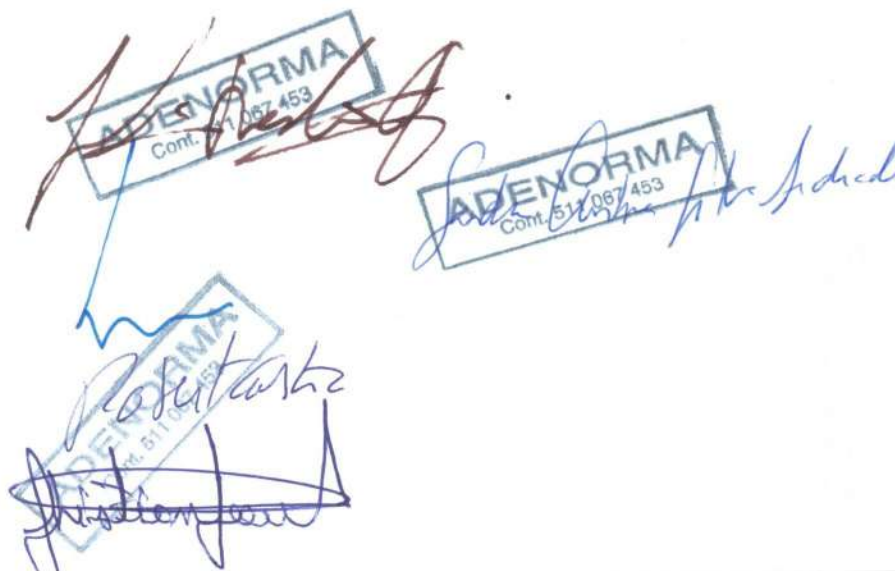
No âmbito da responsabilidade social das empresas iremos, como tem sido prática habitual, realizar candidaturas a prémios para projetos sociais no âmbito do envelhecimento (ajudas técnicas), economia social (Pomar solidário) e cultura e formação para a comunidade (cursos de formação profissional). Por outro lado, iremos, junto de empresas regionais estabelecer parcerias de cooperação financeira entre as partes garantindo apoio para o incremento das respostas sociais.

A ADENORMA irá reforçar a divulgação através das redes sociais, e-mail, site institucional e Rádio Porto Moniz, a angariação de fundos, nomeadamente a consignação de 0.5% do IRS.

11 A ADENORMA faz 30 anos

A Associação de Desenvolvimento da Costa Norte da Madeira completa 30 anos de existência e de plena atividade no ano de 2024.

Deste modo, a Direção desenvolverá um conjunto alargado de iniciativas com o objetivo de celebrar este marco na história da nossa instituição – promovendo o maior e melhor conhecimento de quem somos e do que fazemos.



The image shows three blue ink signatures written over blue rectangular stamps. Each stamp contains the word "ADENORMA" in bold capital letters and the text "Cont. 511 087 453" below it. The signatures are written in a cursive style.