**PLANO ANUAL**

**2026**

**Delegação de Lisboa**

**R. Francisco Lyon de Castro, lojas12-14**

**tel. 21 3182910-lisboa@acapo.pt | www.acapo.pt**

Conteúdo

[Acronímia 3](#_Toc208838443)

[I. Introdução 4](#_Toc208838444)

[1. Nota Introdutória 4](#_Toc208838445)

[2. Enquadramento do Plano 4](#_Toc208838446)

[2.1. Caracterização da Delegação 4](#_Toc208838447)

[2.2. Contexto de Atuação 4](#_Toc208838448)

[II. Representação de Interesses 5](#_Toc208838449)

[3. Representação de interesses a nível regional / local 5](#_Toc208838450)

[III. Organização Interna 7](#_Toc208838451)

[4. Dinâmica Associativa 7](#_Toc208838452)

[4.1. Iniciativas / Eventos a Desenvolver no âmbito associativo 9](#_Toc208838453)

[5. Comunicação e Visibilidade 9](#_Toc208838454)

[6. Situação Financeira 10](#_Toc208838455)

[7. Instalações, Equipamentos e Infraestrutura Tecnológica 11](#_Toc208838456)

[V. Conclusão 11](#_Toc208838457)

# Acronímia

Na tabela abaixo, encontram-se siglas que estão mencionadas ao longo deste documento. Na coluna 1 da tabela, encontra-se a sigla e, na coluna 2, encontra-se a sua definição.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|

|  |  |
| --- | --- |
| Sigla | Definição |
| CASA  | Connosco Aprende a Ser Autónomo  |
| ACAPO  | Associação dos Cegos e Amblíopes de Portugal  |
| DV  | Deficiência Visual  |
| SMS  | Short Message Service (serviço de mensagens curtas)  |
| ANDDVIS | Associação Nacional do Desporto para Deficientes Visuais |
| DL   | Delegação de Lisboa  |

 |

[Voltar ao índice](#Índice)

# I. Introdução

1. A Delegação de Lisboa da Associação dos Cegos e Amblíopes de Portugal (ACAPO) tem como objetivo, ao longo de 2026, desenvolver diversas atividades de caráter cultural, recreativo, desportivo e de convívio, bem como ações de promoção da saúde. Estas iniciativas foram planeadas para responder às necessidades dos nossos associados e utentes, reforçando o compromisso com a missão de apoiar as pessoas com deficiência visual e as suas famílias, sensibilizando simultaneamente a comunidade para esta temática através do desenvolvimento de projetos que contribuam para a sua desmistificação.
2. Estamos empenhados em estabelecer parcerias que acrescentem valor aos serviços e benefícios destinados ao nosso público-alvo. A Direção da Delegação de Lisboa continuará a colaborar com os municípios da Área Metropolitana de Lisboa, nomeadamente através do Conselho Municipal para a Inclusão das Pessoas com Deficiência de Lisboa e de Loures, bem como com a Casa Pia de Lisboa e a Anddvis, no âmbito da prática desportiva.
3. Assumimos igualmente o compromisso de garantir a manutenção das nossas instalações e equipamentos, assegurando o conforto e a funcionalidade necessários à realização das atividades. Está prevista a melhoria das instalações do Vale de Santo António, com a introdução de novos equipamentos, de forma a proporcionar aos associados uma experiência mais prática e agradável.
4. Em estreita colaboração com a Direção Nacional, trabalharemos para reforçar continuamente a imagem institucional da ACAPO, equilibrando as necessidades locais da Delegação com as orientações estratégicas da organização a nível nacional. O nosso Plano Anual de Atividades assenta nos pilares estratégicos da ACAPO e reflete o nosso compromisso em desenvolver iniciativas locais alinhadas com as prioridades nacionais da instituição.

[Voltar ao índice](#Índice)

## 2. Enquadramento do Plano

### 2.1. Caracterização da Delegação

1. A Delegação de Lisboa, situada na Rua Francisco Lyon de Castro, lojas 12 e 14, em Entrecampos, centraliza os seus serviços administrativos e técnicos, distribuídos fisicamente por duas lojas. Gere ainda dois espaços de apoio: o projeto CASA, na Damaia (atualmente inativo), destinado a apoiar pessoas com deficiência visual nas Atividades da Vida Diária, e o espaço da Rua Vale de Santo António, onde funcionam o refeitório e o bar, bem como áreas dedicadas a atividades culturais, recreativas, associativas e desportivas, além de serviços de suporte administrativo e técnico.
2. A Delegação dispõe também de uma carrinha de nove lugares, utilizada, sobretudo, para o transporte de associados em atividades culturais, recreativas e desportivas, e, em situações que impliquem maiores deslocações, para apoio técnico ao domicílio de pessoas com deficiência visual.
3. A equipa é composta por duas colaboradoras administrativas, em funções na sede da Delegação, dois funcionários nas instalações do Vale de Santo António e um coordenador responsável pela área do Desporto e pela equipa técnica. Entre os serviços prestados encontram-se o desporto, a restauração e o bar, sendo que os funcionários afetos a estas instalações apoiam igualmente as atividades associativas aí realizadas.
4. Ao longo dos anos, estabelecemos parcerias relevantes com a Câmara Municipal de Lisboa, a Câmara Municipal de Loures, a Casa Pia de Lisboa, a Clínica de São Cristóvão e a Oasis Travel, com o objetivo de apoiar diretamente pessoas com deficiência visual.
5. A Direção da Delegação promove a prática desportiva inclusiva, disponibilizando as modalidades de Goalball, Showdown e Atletismo, e participa ativamente em eventos desportivos locais.

[Voltar ao índice](#Índice)

### 2.2. Contexto de Atuação

A Delegação de Lisboa destaca-se pela forte participação dos seus associados, promovendo atividades socioculturais que visam capacitar as pessoas com deficiência visual. Estas atividades incluem convívios, visitas culturais e workshops, realizados presencialmente ou, quando adequado, à distância, em formato online.

[Voltar ao índice](#Índice)

# II. Representação de Interesses

## 3. Representação de interesses a nível regional / local

**Objetivo nº 1:** Promover a atividade regional / local de representação de interesses e direitos das pessoas com deficiência visual.

As atividades regionais para pessoas com DV promovem a inclusão, autonomia, capacitação e bem-estar, enquanto fatores de sensibilização da sociedade, criando ambientes mais inclusivos e acessíveis.

|  |
| --- |
| Tabela nº 2: Atividades para o Objetivo nº 1 (Promover a atividade regional / local de representação de interesses e direitos das pessoas com deficiência visual) |
| Atividade | Programação |
| Workshops e seminários sobre direitos e acessibilidade | Ao longo do ano |
| Eventos de sensibilização sobre a DV junto das comunidades locais | Ao longo do ano |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Tabela nº 3: Metas para o Objetivo nº 1 (Promover a atividade regional / local de representação de interesses e direitos das pessoas com deficiência visual) |  |
|  Indicador | Valor de referência | Meta |
| Taxa de convites institucionais aceites pela Delegação | 35% | 40% |
| Taxa global de respostas positivas às solicitações de reuniões / audiências | 85% | 87% |
| Taxa de resposta às diligências efetuadas pela ACAPO no domínio da defesa dos direitos e interesses das pessoas com deficiência visual | 40% | 42% |
| Taxa de satisfação dos associados com a ação de representação conduzida pela Delegação | 55% | 55% |

[Voltar ao índice](#Índice)

# III. Organização Interna

## 4. Dinâmica Associativa

Objetivo nº 2 Promover a fidelização dos associados efetivos e potenciar o crescimento associativo

|  |
| --- |
| Tabela nº 4: Atividades para o Objetivo nº 2 (Promover a fidelização dos associados efetivos e potenciar o crescimento associativo) |
| Atividade | Programação |
| Campanhas de informação (email e SMS) | Ao longo do ano |
| Promoção de atividades desportivas, recreativas, de cultura e lazer presencial, on-line e mistas. | Ao longo do ano |
| Divulgar os protocolos e as parcerias que podem usufruir | Ao longo do ano |

|  |
| --- |
| Tabela nº 5: Metas para o Objetivo nº 2 (Promover a fidelização dos associados efetivos e potenciar o crescimento associativo) |
| Indicador | Valor de referência | Meta |
| Taxa de associados efetivos com a quotização regularizada | 16% | 20% |
| Taxa de associados efetivos com quotas em atraso em processo de regularização de quotas | 3% | 3% |
| Nº de novos associados efetivos aprovados | 10 | 12 |
| Taxa de satisfação dos associados com a ACAPO | 55% | 55% |

Objetivo nº 3: Incrementar a participação associativa

Fundamental para aumentar o envolvimento e a participação dos associados nas atividades e melhorar a eficácia da associação na inclusão e o combate ao isolamento das pessoas com DV.

|  |
| --- |
| Tabela nº 6: Atividades para o Objetivo nº 3 (Incrementar a participação associativa) |
| Atividade | Programação |
| Realização de almoços-convívio; Festas comemorativas (Carnaval, Dia da Mulher, Santos Populares, São Martinho, Natal e Passagem de Ano); Festa da Cultura, Programas recreativos e Culturais (Visita Cultural, Sessões de leitura) e programa de Férias de Verão, workshops e Torneios de Jogos de Mesa. | Ao longo do ano |
|  |  |

|  |
| --- |
| Tabela nº 7: Metas para o Objetivo nº 3 (Incrementar a participação associativa) |
| Indicador | Valor de referência | Meta |
| Média de associados por atividade associativa | 35 | 35 |
| Nº de atividades associativas realizadas | 25 | 25 |
| Nº de registos no Sistema de Gestão e Tratamento de Sugestões e Reclamações com origem nos associados | 5 | 5 |

Objetivo nº 4: Valorizar o contributo dos associados cooperantes para a instituição

|  |
| --- |
| Tabela nº 8: Atividades para o Objetivo nº 4 (Valorizar o contributo dos associados cooperantes para a instituição) |
| Atividade | Programação |
| Realizar encontros temáticos e diversas atividades recreativas, desportivas e de lazer dirigidas aos sócios cooperantes e captação de novos associados | Ao longo do ano |

|  |
| --- |
| Tabela nº 9: Metas para o Objetivo nº 4 (Valorizar o contributo dos associados cooperantes para a instituição) |
| Indicador | Valor de referência | Meta |
| Taxa de associados cooperantes com quotas regularizadas | 4% | 5% |

4.1. Iniciativas / Eventos a Desenvolver no âmbito associativo

|  |
| --- |
| Tabela nº 10: Iniciativas / Evento de Natureza Associativa |
| ***Evento / Iniciativa*** | ***Público-alvo*** | ***Resultados esperados*** | ***Programação*** |
| Almoços-convívio | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Ao longo do ano |
| Visita Cultural | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Ao longo do ano |
| Comemorações do Dia Internacional da Mulher | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | março |
| Competições de Goalball, Showdown, corridas e maratonas | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Ao longo do ano |
| Festejos do Carnaval | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | fevereiro/março |
| Festas dos Santos Populares | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | junho |
| Programa de Férias de Verão | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | setembro |
| Magusto | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | novembro |
| Festa da Cultura | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | novembro |
| Festa de Natal | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | dezembro |
| Festa de Passagem de Ano | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Dezembro |
| Sessões de leitura | Associados e não associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Ao longo do ano |
| Workshops | Associados | Promover a capacitação pela participação da pessoa com DV | Ao longo do ano |

[Voltar ao índice](#Índice)

## 5. Comunicação e Visibilidade

Objetivo nº 5: Contribuir para a divulgação da instituição e do trabalho desenvolvido

Atrair novos parceiros, aumentando a visibilidade da Associação, garantindo a sustentabilidade e o impacto do trabalho desenvolvido em prol das pessoas com DV e suas famílias.

|  |
| --- |
| Tabela nº 11: Atividades para o Objetivo nº 5 (Contribuir para a divulgação da instituição e do trabalho desenvolvido) |
| Atividade | Programação |
| Divulgação nos media clássicos e redes sociais das atividades de maior impacto como dias comemorativos de diversas efemérides relacionadas com a DV, conferências colóquios. | Ao longo do ano |
| Promover encontros temáticos e debates sobre a DV | Ao longo do ano |
| Participação em conferências e grupos de trabalho com autarquias, Área Metropolitana de Lisboa, sobre mobilidade | Ao longo do ano |

|  |
| --- |
| Tabela nº 12: Metas para o Objetivo nº 5 (Contribuir para a divulgação da instituição e do trabalho desenvolvido) |
| Indicador | Valor de referência | Meta |
| Taxa de resposta dos órgãos de comunicação social aos comunicados de imprensa enviados | 50% | 50% |

[Voltar ao índice](#Índice)

## 6. Situação Financeira

Objetivo nº 6: Assegurar o equilíbrio financeiro da Delegação no desenvolvimento global do Plano Anual

|  |
| --- |
| Tabela nº 13: Atividades para o Objetivo nº 6 (Assegurar o equilíbrio financeiro da Delegação no desenvolvimento global do Plano Anual) |
| Atividade | Programação |
| Diversificar as fontes de receitas através de doações, patrocínios e parcerias para aumentar a autonomia financeira | Ao longo do ano |
| Avaliação do desempenho financeiro | Semestral |
|  |  |

|  |
| --- |
| Tabela nº 14: Metas para o Objetivo nº 6 (Assegurar o equilíbrio financeiro da Delegação no desenvolvimento global do Plano Anual) |
| Indicador | Valor de referência | Meta |
| Grau de execução do orçamento | 94% | 95% |
| Proveitos financeiros e não financeiros de iniciativas e dinâmicas locais | 79000.00 | 80000.00 |

[Voltar ao índice](#Índice)

## 7. Instalações, Equipamentos e Infraestrutura Tecnológica

|  |
| --- |
| Tabela nº 15: Atividades para Benefício das Instalações, Equipamentos e Infraestrutura Tecnológica |
| Atividade | Programação |
| Melhoramentos na DL do sistema de ar condicionado, ventilação e isolamento acústico. | Ao longo do ano |
| Continuação de melhoramentos no Vale de Santo António a nível da habitabilidade. | Ao longo do ano |
|  |  |

1. A Delegação de Lisboa dispõe de dois espaços principais: um localizado na Rua Francisco Lyon de Castro, entre as lojas 12 e 14 (não contíguas, o que dificulta a circulação entre os espaços), e outro na Rua do Vale de Santo António, destinado a atividades associativas, culturais e técnicas, além de contar com bar e serviço de restauração. Estes espaços estão distribuídos entre a área administrativa e de atendimento, o que assegura privacidade, mas pode dificultar a comunicação e a logística.
2. As instalações da Rua Francisco Lyon de Castro são bem iluminadas e equipadas com ar condicionado; contudo, a ausência de janelas limita a ventilação natural, afetando a qualidade do ar em todos os espaços. A sala de espera, utilizada por sócios, utentes e acompanhantes, poderia ser mais confortável, beneficiando da inclusão de sofás e de materiais informativos sobre deficiência visual. A proximidade ao aeroporto, associada ao tráfego constante de aviões, origina elevados níveis de ruído, que prejudicam a concentração, aumentam o stress e dificultam a comunicação, constituindo uma barreira que afeta diretamente a produtividade dos serviços.
3. Apesar da instalação, a nível nacional, do serviço Globalconnect da MEO, em 2021, ter gerado benefícios imediatos ao nível da redução significativa de custos, o sistema, por depender da rede de internet, regista ocasionalmente instabilidade, o que interfere no bom funcionamento do atendimento telefónico.
4. A Delegação dispõe ainda de uma carrinha de nove lugares, utilizada para transporte de associados e apoio aos atendimentos. No entanto, dada a sua utilização intensiva e desgaste, a aquisição de um novo veículo, preferencialmente elétrico, representaria uma mais-valia, trazendo vantagens em termos de menor consumo e impacto ambiental.
5. Por fim, o espaço do Vale de Santo António é dedicado a eventos e atividades associativas, tanto diárias como ocasionais, dispondo de um salão com palco, salas de reunião, salas de jogos, sala de convívio, gabinetes administrativos e um refeitório. Este espaço promove a socialização e contribui para combater o isolamento social entre os associados.

Conclusão

1. A Delegação de Lisboa tem como objetivo concretizar as atividades planeadas para 2026, reforçando a qualidade da resposta prestada a sócios e utentes. Continuamos a adaptar e a melhorar os nossos serviços de acordo com as novas necessidades das pessoas com deficiência visual, das suas famílias e da comunidade em geral, contribuindo também para atrair novos sócios e parceiros sociais.
2. O programa que apresentamos é flexível e exequível, contando com a colaboração de todos. A Direção mantém-se aberta a sugestões e propostas que contribuam para a melhoria da qualidade de vida das pessoas com deficiência visual.
3. Reafirmamos, assim, o nosso compromisso em continuar a trabalhar em prol da comunidade e em cumprir a missão da ACAPO.

[Voltar ao índice](#Índice)

Lisboa, 30 de Setembro de 2025

A Direção de Delegação

\_Paulo Santos - Presidente\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_Aciolinda Fragoso - Secretária\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_Isaurindo Fonseca - Tesoureiro\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_