




Relatório de Atividades e Contas

2023

ASSOCIAÇÃO MULTIDISCIPLINAR LIFE ESSENCE



INTRODUÇÃO

A Associação Multidisciplinar Essência da Vida foi criada em 8 de abril de 2020, tendo a sua sede social em Vila Nova de Gaia.

As suas Fundadoras são:

- ❖ Orlanda Rosa Vieira de Sá Pereira – Naturopata;
- ❖ Maria da Conceição Rocha de Oliveira Campos- Terapeuta;
- ❖ Inês de Sá Pereira Couto da Silva – Terapeuta.

Este projeto surgiu de uma ideia solidária de ajudar quem mais necessita e que muitas vezes se sente impotente para melhorar a sua saúde e bem-estar, através da Medicina Natural.

Idosos, deficientes e respetivos cuidadores, traumatizados física e emocionalmente, e outras pessoas com mobilidade reduzida, pertencem ao nosso espectro de trabalho, pelas dificuldades e barreiras que enfrentam ao deslocar-se e em obter tratamentos de medicina natural, nomeadamente no apoio ao público mais desfavorecido.

Os órgãos sociais são constituídos por todos aqueles que de alguma forma contribuíram para a constituição da Associação, mas sobretudo por todos aqueles que pela sua desenvoltura, empenho, criatividade, dedicação, doações, parcerias, participação, humanitarismo e espírito de missão, a ajudam a progredir em todo o trabalho associativo, formações e projetos, apoiando também de forma pro bono os beneficiários com dificuldades económicas, que de outra forma nunca teriam acesso a tratamentos de Terapias Naturais.

MISSÃO

- ❖ Prestação de cuidados de saúde, possibilitando o tratamento e o bem-estar de multideficientes, idosos, pessoas com mobilidade reduzida e todos aqueles que de alguma forma se sintam diminuídos da sua qualidade de vida.

VISÃO

- ❖ Criação e ampliação da rede mundial de cuidadores, englobando todos os profissionais de saúde, familiares e outros que pretendam mudar a sua área de trabalho, formando terapeutas e cuidadores e abrindo centros de atendimento, onde os associados possam recorrer ou providenciar deslocações ao domicílio.
- ❖ PREVENÇÃO, PROTEÇÃO, TRATAMENTO E CURA, NUMA VISÃO HOLÍSTICA

R.
W
dos

METODOLOGIA CONCEPTUAL

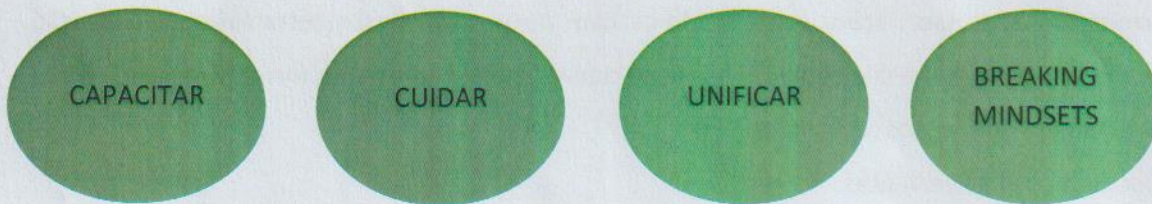
Privacidade	Liderança	Qualidade
Confidencialidade	Pessoas	Inovação
Integridade	Resultados	Cooperação
Recursos Humanos	Solidariedade	Humanitarismo
Responsabilidade	Melhoria	

Todos estes valores são intrínsecos ao nosso trabalho, contribuindo para a sua qualidade, proporcionando inspiração para uma vida com maior significado, por nos tornarmos úteis e nos sentirmos mais ativos socialmente, quando reconhecemos as necessidades dos outros e dedicamos o nosso trabalho a quem precisa.

METODOLOGIA DO PROJETO

A metodologia do projeto baseia-se na prestação de serviços através de formações, consultas e tratamentos pela Medicina Natural, através de formas não invasivas e indolores, que podem ser aplicadas tanto ao recém-nascido, ao deficiente, ao idoso, ou a qualquer paciente crónico, sem interferir com os tratamentos convencionais ou medicação química, promovendo a qualidade de vida, sendo a prestação de serviços executada na sede ou pela deslocação ao domicílio do associado.

Esta metodologia possui quatro vertentes:



CAPACITAR: Instituições, lares, escolas, seus profissionais, técnicos e cuidadores a prestar cuidados holísticos aos seus associados e/ou familiares, permitindo uma visão mais profunda e alargada de todas as formas de cura e métodos não invasivos, com estratégias de inovação permanentes.

CUIDAR: Prestar cuidados de saúde de nível superior ao maior número de pessoas, possibilitando o tratamento e o bem-estar, permitindo uma visão mais profunda e alargada de todas as formas

de cura e métodos não invasivos, com estratégias de inovação permanentes e ajustados aos seus problemas e a realidade envolvente.

UNIFICAR: unificar a medicina natural com a medicina convencional, porque a primeira trata causas e a segunda sintomas, complementando-se desta forma, para tal realizar-se-ão sessões de sensibilização para a necessidade de união e cooperação dos profissionais das duas medicinas.

BREAKING MINDSETS: Abertura de delegações nacionais e internacionais, divulgação da medicina natural, reformulação de conceitos sociais, assim como, fazer chegar cuidados de saúde alargados ao maior número de pessoas possíveis, ajustados aos seus problemas e à realidade envolvente.

ÁREAS DE ATUAÇÃO



FORMAÇÃO de terapeutas da área da saúde e todos os que desejem mudar de área profissional, criando uma rede internacional de terapeutas com formação especializada para o cuidado dos nossos associados, devidamente certificada pela DGERT.

A Formação a baixo custo tem um cariz democrático, de forma a que todos possam ter acesso ao conhecimento das técnicas não invasivas e indolores, para tal, torna-se necessário formar terapeutas, profissionais de saúde, cuidadores e todos os que se apresentem para o serviço humanitário nesta Associação, capacitando-os com novos métodos e estratégias de inovação permanentes de forma a criar uma rede internacional de terapeutas com formação especializada para o cuidado dos nossos associados.

Apresentamos duas vertentes:

- ❖ FORMAÇÃO IN-LOCO, onde é realizado o levantamento das necessidades consoante o tipo de pacientes, potenciando desta forma a formação, para a otimização da prestação de cuidados de saúde e cuidados obtidos. As formações serão facilitadas em cada instituição, em horário previamente estabelecido com um número máximo de 10 participantes, sendo alargadas a diferentes profissionais e técnicos;

- ❖ FORMAÇÃO IN-DOOR facilitadas na sala da nossa Associação, em horário previamente estabelecido com um número máximo de 10 participantes, sendo alargadas a diferentes profissionais, técnicos e /ou cuidadores.

CONSULTAS: que iniciam com um diagnóstico que determina a terapêutica a ser utilizada, podendo ser empregues terapias combinadas (Terapia Craniossacral, Terapia Visceral e Terapia Neural), Drenagem Linfática por Ionização, Mesoterapia sem agulhas, Máquinas de Bio ressonância, Máquinas de Bio feedback, Máquina de Reabilitação muscular, Homeopatia, Drenagem pré e pós-operatória, Quiromassagem, Reflexologia, Libertação Emocional. Podem ser facultadas ao domicílio, em Instituições, Lares e outras entidades, ou diretamente no consultório da associação ou nos terapeutas associados, sendo possível o acesso através de um cartão de associado.

PROJETOS: de intervenção direta na comunidade local e alargada através de:

- Consultas e tratamentos de medicina natural a baixo custo com acesso à Bolsa de apoio, através do programa “Trata-te à quarta” e de parcerias com entidades;
- Formações direcionadas para profissionais e/ou cuidadores na área das terapias complementares e social, com possibilidade de redirecionar associados que pretendam mudar de profissão ou reformados que adiram ao programa Envelhecimento Ativo;
- Atividades culturais com intervenção de pessoas com deficiência e terceira idade, pretendendo aumentar a expectativa de uma vida saudável e a qualidade de vida das pessoas frágeis, incapacitadas e isoladas;
- Realização de eventos de saúde, iniciativas solidárias, workshops, seminários, angariação de fundos através de variadas temáticas, protocolos e contratos com empresas e particulares, campanhas publicitárias, atividades dinamizadoras de saúde e bem-estar.

ATIVIDADES DINAMIZADAS EM 2023

No ano de 2023, continuaram a surgir utentes com profundas dificuldades económicas, devido à conjuntura atual, com aumento constantes de preços nos bens alimentícios e dos medicamentos, nas prestações das casas e nas prestações das IPSS que funcionam como centro de dia para os seus familiares, no encerramento de empresas gerando desemprego, problemas ainda gerados pelas guerras que arrastam os países para problemas económicos e políticos, e que provocam um crescimento negativo nas finanças das famílias, sobretudo na população idosa, que luta com dificuldades económicas para as suas despesas diárias, mas ainda nas famílias com deficientes a seu cargo e que viram os custos a crescer consideravelmente, lutando para assegurar o bem estar dos seus membros.

Dado o apoio insuficiente que é dado às famílias com membros com deficiência, tanto financeiro como no seu papel como cuidadores informais, o que os leva ao esgotamento físico e psíquico, e aos idosos sem melhorias no seu estado de saúde, conduziu-os à procura de novas soluções para os seus problemas de saúde, diminuição do tempo de espera para consultas e/ou tratamentos, medicação natural e sem efeitos secundários, proporcionando o aparecimento de pessoas com necessidades especiais e suas famílias, cancerosos, traumatizados, entre outros, a recorrerem a formas alternativas de tratamentos, que lhes permitissem adquirir mais qualidade de vida, com terapias e tratamentos menos invasivos, e que possibilitassem retirar-los da letargia que preenche os seus dias, ocupando-os com atividades sociais, culturais, de grupo e individuais que lhes facultem crescimento mental e emocional, aumento da agilidade física, convívio, mas sobretudo a inserção “na família do coração”, onde se sentem acolhidos e apoiados nas suas necessidades.

Este ano a Associação Multidisciplinar Essência da Vida, apostou no envelhecimento ativo abrangendo todas as idades e grupos sociais, demonstrando a sua aptidão, vontade de vencer e crescimento constante, lançando projetos de interesse social que visam o envolvimento da comunidade local e alargada, de embaixadoras, de beneméritos: particulares e empresas tendo crescido continuamente no número de associados e voluntários, dinamizando a sua atividade na sua sede e fora dela e sempre dando provas do seu empenho na construção de uma sociedade melhor e mais equitativa.

Segue uma breve apresentação de todas as atividades e iniciativas dinamizadas durante este ano:

Handwritten signature

- ❖ Assinatura de protocolos de parceria com a IPSS Sol Maior – Cooperativa de Solidariedade Social, com a Associação Porto Histórico e Medieval e com as empresas Sons que Curam e Contente Design;
- ❖ Prestação de Consultas e Tratamentos no CSPNSV.org – Centro Social Paroquial de Nossa Senhora da Vitória, no Porto, a idosas que se associaram individualmente, assim como na Congregação das Servas Franciscanas de Nossa Senhora das Graças, Braga;
- ❖ Projeto “Juntos a cuidar” – O projeto de voluntariado para todos os que gostam de se aliar a causas sociais, teve novas alterações na equipa, desenvolvendo os vários projetos e promovendo a angariação de novos associados e de fundos, automotivando-se, empoderando os seus membros promovendo o envelhecimento ativo através das suas várias atividades, entre os idosos e deficientes, que preferem trocar o seu trabalho por consultas e terapias;
- ❖ A Bolsa de apoio continua a reverter para o apoio a tratamentos, no estabelecimento de parcerias com entidades que promovam o bem-estar dos associados ou a melhoria de funcionamento da instituição, na obtenção de ofertas para resolução de problemas básicos, tais como: oferta de medicação (laboratório homeopático), oferta de óculos para deficientes, roupas e artigos para o lar, calçado, entre outros;
- ❖ O Projeto “Trata-te à Quarta”, inclui todas as terapias naturais, não invasivas e indolores e está aberto à comunidade em geral, independentemente dos seus meios financeiros, já que neste dia são gratuitos os tratamentos, permitindo uma interação com a Bolsa de Apoio, ao possibilitar a transferência de utentes para associados consoante os seus rendimentos e a interação com outros projetos e grupos de trabalho associativo, projeto onde continuamos a ter adesão do público;
- ❖ Reconstrução do site através da Contente Design e de Inês Silva, com novas funcionalidades, vídeos e atualização constante de conteúdos, numa procura de melhor servir os associados e captar novo público;
- ❖ Os vídeos dos testemunhos dos pais e avó dos nossos deficientes autistas, que tão gentilmente acederam a gravar e disponibilizar no site e nas plataformas digitais, permitiram recolher ajuda para os seus tratamentos e para a Bolsa de Apoio, ajudando estes associados a usufruir de tratamentos gratuitos.
- ❖ No desenvolvimento das nossas atividades culturais acederam a ser nossas Embaixadoras as poetisas Maria Beatriz Ferreira e Maria da Graça Melo, que se disponibilizaram a gravar vídeos enaltecendo a Associação e as suas atividades, disponibilizados no nosso site e nas plataformas digitais, contribuindo para a divulgação dos nossos serviços e apoios;

Handwritten signature

❖ Destaque para a área cultural:

- Lançamento do Livro de poesia Filhos D'Alma na Associação Portuguesa de Poetas em Lisboa com boa adesão do público e associados, por forma a angariar fundos para a Bolsa de Apoio para as crianças com deficiência e idosos, sendo uma forma de quebrar barreiras e preconceitos quanto à espiritualidade na poesia, baseando-se na vivência dos vários pacientes que ao longo de 21 anos fizeram e/ou fazem parte do nosso dia a dia, nos seus relatos de sofrimento ou ultrapassar os seus desafios e permitindo dar a conhecer a associação à comunidade local e alargada.

O livro foi apresentado publicamente nas redes sociais através de vídeos e fisicamente na sede da Associação Portuguesa de Poetas e está a ser vendido no site, na editora e seus distribuidores e à consignação nas várias empresas participantes no projeto e por outras que se solidarizaram posteriormente, assim como pelos voluntários e particulares.

- O grupo de expressão dramática ensaiou uma peça de teatro de mímica, em que a ideia da história, contada sem palavras, mas através dos gestos, movimentos e expressões faciais, pretende a interação tanto dos participantes (deficientes entre outros associados e voluntários) e a criação e expressão de sentimentos, ideias, crenças, aumento da mobilidade, envelhecimento ativo e criativo, melhoria das capacidades cognitivas e da memória a curto/longo prazo, coordenação, aumento autoestima, empoderamento, reelaboração do seu papel individual, libertação de bloqueios mentais e emocionais, interação social e ampliação da rede de relacionamentos e apoio, diversão, aprendizagem e melhoria da qualidade de vida numa atividade semanal que dura 90 minutos. Apresentação pública do trabalho final.
- As aulas de alfabetização de adultos pretendem motivar, ajudar a obter conhecimentos básicos para as tarefas diárias, empoderar o estudante, independentemente da sua idade, utilizando o método Paulo Freire ao empregar o universo vocabular do estudante e o diálogo constante sobre as suas vivências.
- As sessões de musicoterapia, também integraram as atividades, proporcionando o uso da música e da pintura, para a libertação de traumas, medos, e outros processos dolorosos existentes e convidando à conversa sobre os mesmos, intensificando desta forma o crescimento emocional e as relações sociais do grupo.

- As tertúlias poéticas mensais com as poetisas: Maria da Graça Melo, Beatriz Ferreira, Mabel Cavalcanti, onde participaram ainda os poetas Daniel Braga, Fernanda Mendonça, César Carvalho, sempre muito apreciadas.
- Tertúlias de História com o Dr. José Martins Pereira, historiador que nos faz visitar momentos cruciais da nossa história e em especial de Vila Nova de Gaia e Porto, sempre com o seu humor peculiar.
- Oficinas da escrita – Projeto para crianças que foi realizado com os pais e filhos, deficientes da associação e com alunos do Colégio de Nossa Senhora das Graças em Braga, dando origem a 9 histórias diferentes, duas já publicadas e as outras 7 em preparação

Outras Atividades realizadas, ligadas ao desenvolvimento e reconhecimento da Associação no mercado e na comunidade:

- Dinamização de várias iniciativas de angariação de roupas e brinquedos, tendo-se procedido à distribuição gratuita a famílias carenciadas do Concelho de Vila Nova de Gaia, sendo cada peça identificada por publicidade da Associação de forma a divulgar a mesma.
- Angariação de bens em empresas têxteis: Gipanolar e Celestex, que contribuíram com têxteis, que foram distribuídos pelos associados mais carenciados.
- Contactos com vários fornecedores, tendo participado na campanha de angariação de medicamentos homeopáticos e fitoterápicos a Farmácia Melo, assim como outros particulares para doação aos deficientes apoiados pela nossa bolsa.
- Realização de 3 Workshops culinários, com comida saudável.
- Realização de 1 Workshop de Defesa Psíquica e de encontros mensais de partilha de Reiki em grupo.

Atividades a aguardar resposta de outras entidades para concretização:

Oficinas Criativas na Biblioteca de Municipal de Gaia

Oficinas Criativas nas Oficinas da Gaiurb com deficientes

Oficinas Criativas o Colégio Camões em Rio Tinto

Lançamento do Livro Filhos d'Alma na Biblioteca de Municipal de Gaia

Por falta de meios financeiros e/ou humanos para a sua realização ficaram por realizar os projetos:

- Feira de saúde solidária - Substituídos por workshops alimentares;
- Podcast's temáticos – Substituídos por musicoterapia, entre outros workshops;

- Formações certificadas – Processo formativo a aguardar a candidatura a fundos comunitários e a entrada de um (a) Coordenadora e Gestora de Formação;
- Mascote Life Essence – Em processo de criação;
- Giveaway

É neste espírito solidário, de mútuo apoio, empatia, serviço ao próximo, crescimento constante e pela divulgação boca-a-boca do nosso excelente trabalho de recuperação de lesões físicas, tanto superficiais como profundas e apoio em todas as áreas da vida dos nossos associados, que a vida da nossa associação se desenvolve, implantando-se e fazendo a diferença na comunidade em que está inserida, criando raízes e lançando ramos em todas as direções.

A direção da Associação Multidisciplinar Essência da Vida

Orlanda Rosa Vieira de Sá Pereira

Maria da Conceição Rocha de Oliveira Campos

Inês de Sá Pereira Couto da Silva

ASSOCIAÇÃO MULTIDISCIPLINAR
ESSENCIA DA VIDA
LARGO DOS AVIAADORES 55-1/FRT
4400-031 V.N. GAIA
NIF 515961272
☎ 939411842/220935732



Inês Silva
Conceição