

**ASSOCIAÇÃO 2000**  
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Doador do mês

ESTABLISHED 1727  
**MARTHA'S**  
WINES & SPIRITS

# Viver e Aprender



Avaliação de Satisfação dos  
Parceiros da A2000 (pág. 8)



**Integrações  
Profissionais**  
Mercado de Trabalho  
Construções Torres Macedo, Lda. – Alijó (pág.4)



**As aventuras  
do CAARPD**  
(pág.30)



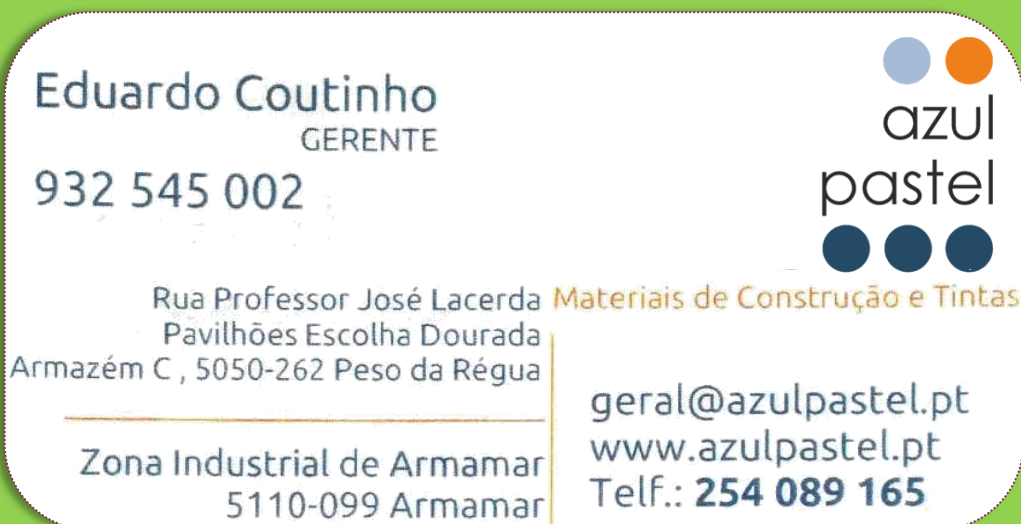
**Santa Marta em Festa**

(pág.10)



Apoios





**E**m todas as newsletters “Viver e Aprender” cada serviço (e dentro de cada serviço cada grupo de clientes) faz um artigo onde relata algo de diferente ou de agradável que aconteceu nesse mês. Em maio, ocorreram várias visitas a entidades ou organismos oficiais que atuam de acordo com padrões sociais ou legais que pautam os nossos comportamentos.

Era a este ponto que queria chegar: leis, ética e moral.

Todas as sociedades têm leis e, nós ocidentais, defendemos que as leis para serem justas devem ser imparciais, nem conotadas com uma religião, nem com uma tendência política. Mas será sempre assim? Sem sairmos do nosso país já pudemos ver o “Aborto” como um ato ilegal e como um ato legal.

Ser homossexual já foi considerado uma etapa do desenvolvimento dos mancebos (na Grécia Antiga) já foi considerado imoral, foi também uma doença e atualmente é um direito inquestionável.

Ser gordo, era beleza hoje é doença...

Os exemplos são inúmeros, e de uma coisa podemos ter a certeza todas as sociedades, ao longo dos tempos foram construindo a sua “moral” que se fundamenta na obediência a costumes e hábitos sociais recebidos pela tradição e educação do dia-a-dia e que regulam o comportamento humano – é útil porque regula os comportamentos sociais e facilita as relações, é castrante quando impede a aceitação de outros costumes e/ou o desenvolvimento de novas ideias e padrões.

É aqui que a ética dá uma ajuda; de uma forma um pouco simplista, pode dizer-se que a ética surge quando alguém procura fundamentar as ações morais exclusivamente pela razão, isto é, ao questionar os costumes, fundamenta teoricamente o melhor modo de viver e conviver, tanto na vida privada quanto

em público, estando relacionada com o sentimento de justiça social, pelo seu cariz mais imparcial.

A verdade é que, mesmo assim, ainda surgem várias orientações éticas, conforme a sua origem sócio-político-cultural. Porém, na nossa sociedade ocidental a maior parte das orientações éticas são comuns e têm o objetivo de criar um ambiente de respeito por valores como por ex<sup>o</sup>.: a vida, a dignidade, a confiança mútua, a honestidade, a verdade, a confidencialidade, a não discriminação, a solidariedade, a liberdade de escolha, a cooperação, a aceitação da individualidade e da diferença.

Quando se trabalha com pessoas é importante que cada um tenha presente este enquadramento ético que delimita as ações dos profissionais para que as suas opções sejam as mais acertadas construindo assim, um caminho de virtude, verdade e de relações justas.

Parece fácil, mas o que vemos diz-nos o contrário, pois geralmente uma atitude certa diante de uma estrutura errada gera grande desconforto. O lema do “Salve-se quem puder” ainda impera e, claro que se salvam os que têm menos escrúpulos, porém acredito que **“Geralmente, quem foge da ética é, fatalmente, atropelado pela moral”**, como disse o escritor e filósofo Juarez Alves.

Não podemos deixar que o “mal” comece a criar raízes dentro de nós, só porque é mais fácil. Quando optamos pela escolha mais difícil, estamos perante uma atitude ética e, isso fortalece-nos, pois não se pode mudar o início, mas pode-se mudar o fim...

Marina Teixeira, *Diretora Técnica*



## ÍNDICE

3	Editorial
4	Destaque
6	CRIP
7	Notícias
12	Formação Inicial
25	Formação Contínua
26	Gabinete Psicossocial
29	CAARPD
34	Intervenção Precoce na Infância
37	Clínica Social
38	Donativos



## Integrações Profissionais

**R**ecentemente integrado profissionalmente, Marco Vaz, de 24 anos, residente em Vilar de Maçada frequentou os serviços da A2000 e encontra-se atualmente integrado na empresa Construções Torres Macedo.

O Marco Vaz foi encaminhado para o Centro de Recursos para a Inclusão Profissional da A2000, mais concretamente para a Medida de Apoio à Colocação, através do Serviço de Emprego de Vila Real, de forma a solucionar o seu problema de desemprego, através de um apoio técnico individualizado e especializado.

Neste contexto realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na empresa Construções Torres Macedo, como servente. Durante a FPCT, o cliente demonstrou um desempenho satisfatório, revelando motivação e empenho nas tarefas executadas, assim como uma boa relação com toda a equipa. Tudo isto permitiu ao Marco aprender/aperfeiçoar as suas capacidades e conhecimentos, tendo as Construções Torres Macedo possibilitado a integração profissional do cliente através da medida de apoio ao emprego – Estágio de Inserção, com a duração de 12 meses.

O cliente desempenha no seu local de trabalho diversas tarefas relacionadas



com a carga e descarga de materiais, provisionamento de instrumentos de trabalho, arrumação e limpeza do espaço de obra, efetuando a reposição de produtos sempre que necessário e a limpeza, conservação de instrumentos, ferramentas e máquinas de trabalho.

Segundo o Marco esta contratação vai permitir aumentar os seus rendimentos, e por conseguinte ser independente no pagamento das suas despesas pessoais, sem recorrer ao apoio dos pais. Para a mãe do cliente esta integração profissional é uma mais-valia para o filho, pois permitiu o aumento da sua autoestima e da sua independência financeira (...)

(Continua na página seguinte)



## (Continuação)

(...) e a inclusão no mercado de trabalho.

“O apoio da A2000 foi fundamental para o sucesso desta nova etapa da minha vida. Agradeço todo o esforço e dedicação dos técnicos envolvidos, que

sempre se mostraram disponíveis em ajudar.”

Ana Augusto, *Técnica A2000*

**Entidade:** Construções Torres Macedo, Lda.

**Atividade:** Construção Civil

**Concelho:** Alijó

A empresa Construções Torres Macedo, é um empresa familiar, sediada em Vilar de Maçada, que se dedica desde há alguns anos à construção/reparação de edifícios, pinturas e acabamentos.

O primeiro contacto profissional desta empresa com o Marco Vaz ocorreu durante a formação prática em contexto de trabalho, no âmbito da Medida de Apoio à Colocação, através do Centro de Recursos para a Inclusão Profissional da A2000.

Segundo o proprietário da empresa, Sr. Nuno Macedo, as expectativas que inicialmente possuía em relação ao Marco foram satisfeitas, pois este demonstrou uma adequada evolução ao longo da formação prática em contexto de trabalho (FPCT), melhorando os seus comportamentos e competências profissionais, necessárias à função. Foi fundamental para esta evolução, todos os co-



laboradores da empresa que sempre se disponibilizaram em ajudara e orientar o Marco na realização das tarefas. Com esta integração profissional ocorreram mudanças visíveis, tanto a nível profissional como pessoal, estando o Marco mais responsável, feliz e sobretudo mais valorizado pela sociedade,

“Esta experiência foi uma mais-valia para a empresa, pois podemos contribuir de forma determinante para a melhoria da qualidade de vida de uma pessoa”. O Sr. Nuno Macedo referiu que a A2000 foi um elemento facilitador desta integração profissional, esclarecendo e apoiando a empresa em todo o processo.

INSCRIÇÕES  
ABERTAS

## CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO PROFISSIONAL

### AÇÕES:

#### IAOQE – INFORMAÇÃO, AVALIAÇÃO, ORIENTAÇÃO E QUALIFICAÇÃO NO EMPREGO

**OBJETIVOS** – Visa apoiar as pessoas na tomada de decisões vocacionais adequadas, disponibilizando a informação necessária para o efeito, promover a avaliação da sua funcionalidade e incapacidade e a determinação dos meios e apoios considerados indispensáveis à definição e desenvolvimento do seu Plano Pessoal de Emprego (PPE). Realiza ainda a prescrição de pedidos de apoio/Ajudas Técnicas para o acesso ou manutenção do emprego e acesso ou frequência à formação; e avaliação da capacidade de trabalho no âmbito do emprego apoiado.

#### AC – APOIO À COLOCAÇÃO

**OBJETIVOS** – Visa promover a inserção no mercado de trabalho, através de um processo de mediação entre as pessoas com deficiência e incapacidades e as entidades empregadoras, equacionando aspetos relativos à acessibilidade, adaptação do posto de trabalho, desenvolvimento de competências de empregabilidade, bem como sensibilizando as entidades para as vantagens da contratação deste público, apoiando o candidato na procura ativa de emprego e na criação do próprio emprego.

#### APC – ACOMPANHAMENTO PÓS-COLOCAÇÃO

**OBJETIVOS** – Visa a manutenção no emprego e a progressão na carreira, através do apoio técnico a pessoas com deficiência e incapacidades e às respetivas entidades empregadoras, designadamente, ao nível da criação de condições de acessibilidade, de adaptação do posto de trabalho e de apoio à reorganização do processo produtivo no início da sua atividade.



**PO ISE**  
PROGRAMA OPERACIONAL  
INCLUSÃO SOCIAL  
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Avaliação de Satisfação dos Parceiros da A2000

**E**m 2016 a A2000 teve essencialmente dois tipos de parceiros: – **Estratégicos** – que tiveram o papel de financiar ou proporcionar recursos físicos e/ou materiais imprescindíveis à A2000 para concretizar os seus objetivos

– **Funcionais** – que partilharam recursos facilitadores da concretização dos objetivos da A2000, mas que em simultâneo, concretizaram os seus próprios objetivos, que poderiam ser de divulgação, encaminhamento, ou aceitação de estágiários, por exemplo.

Os parceiros são elementos vitais que enriquecem a execução dos serviços da A2000, garantindo as condições que a A2000 sozinha teria dificuldade em assegurar. Alguns são comuns aos vários serviços, outros são específicos de cada um.

Em 2016, foram estabelecidos **177 Acordos de Parceria, 26 dos quais estratégicos**. Mais um ano em que não houve mecenas nem parceiros de inovação que catapultassem a A2000 para um patamar onde a qualidade e a diversidade dos serviços fossem o elemento de destaque.

Atendendo aos cinco serviços disponibilizados pela A2000 (Formação

Profissional; Centro de Recursos para a Inclusão profissional; Intervenção Precoce na Infância; Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social com pessoas com deficiência e incapacidade; Espaços de Convívio) houve entidades parceiras comuns a mais do que um serviço (com objetivos diferentes), assim ao nível estratégico foram envolvidas **22 entidades**, e ao nível funcional foram envolvidas **147 entidades** – ou seja houve 8 entidades que estabeleceram parceria com mais do que um serviço.

No final do ano, estes parceiros efetuaram uma avaliação onde revelaram o seu grau de satisfação para com os serviços da A2000 (em 7 itens), revelaram ainda qual a mais valia que a parceria trouxe à entidade e verificou-se que:

No serviço de Formação Profissional ocorreram respostas de "Pouco satisfeito" dispersas por diferentes itens e, no serviço do Centro de Recursos (CRIP), ocorreram respostas "Pouco satisfeito" (...)

(Continua na página seguinte)

# A2000



(...) apenas no item “Conhece os serviços da A2000” – note-se que este serviço trabalha com parceiros de fora do concelho que não conhecem a A2000, pelo que a imagem da instituição é mais imprecisa, ou seja este é um aspeto a melhorar.

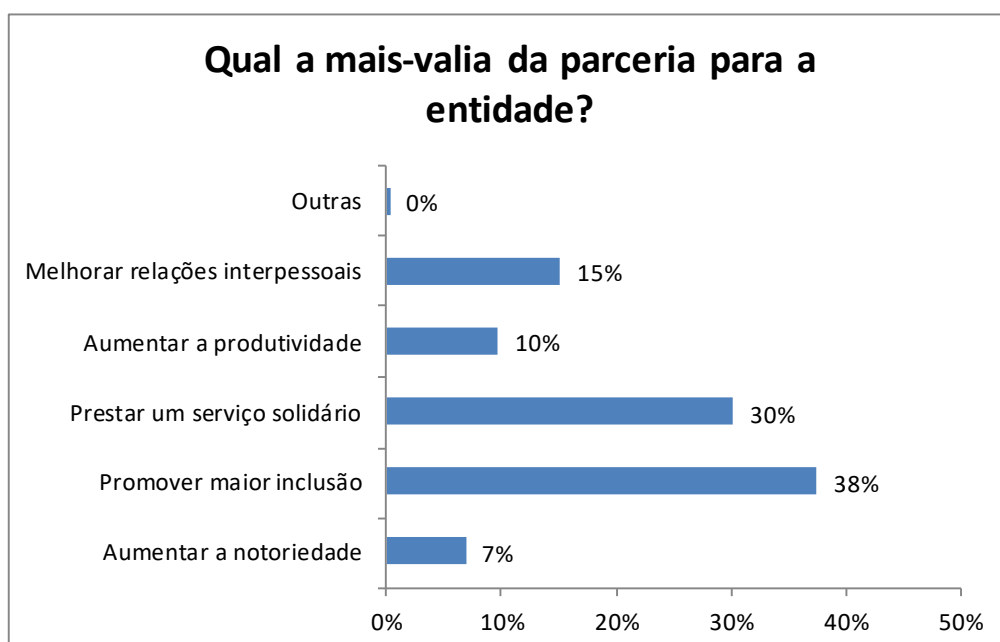
Nos restantes serviços não houve respostas de insatisfação e em todos os itens, com exceção do “Conhece todos os serviços da A2000”, predomina o “Muito satisfeito”.

Quanto às mais-valias que as entidades percecionaram, salientam-se a “Promoção da inclusão” e o “Prestar um serviço solidário”, o que revela a existência de sentido de responsabilidade social das entidades.

Os parceiros assinalaram ainda que “Se a A2000 não existisse onde se notaria mais a diferença” era na “Inclusão das pessoas com deficiência ou incapacidade” o que revela que a imagem criada pela A2000 está coerente com a sua missão.

Em suma os parceiros encontram-se satisfeitos com a A2000 e seus serviços, por sua vez na avaliação efetuada pela A2000, esta constatou que dos 227 objetivos estabelecidos aos parceiros foram cumpridos por estes 226.

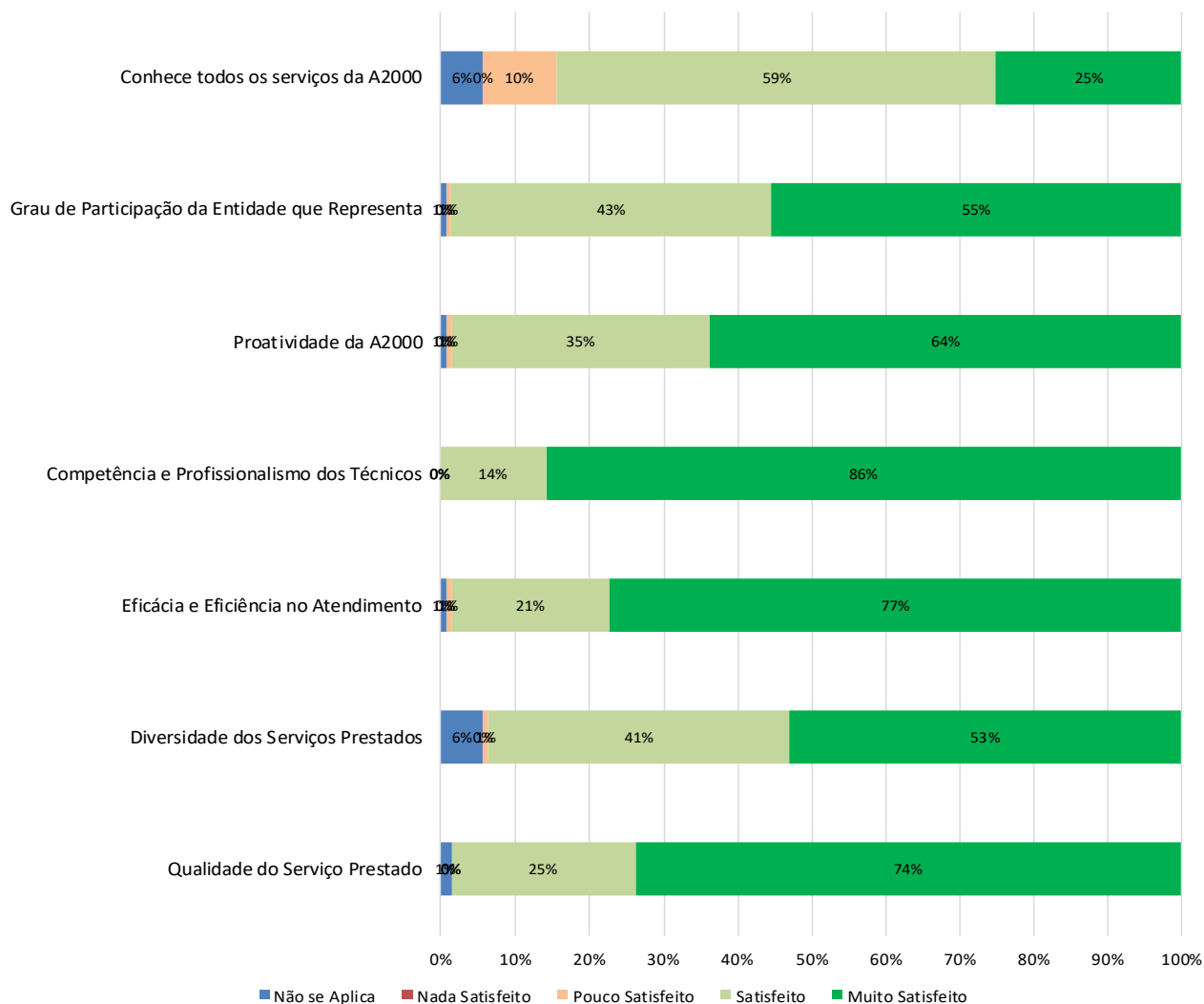
A A2000 sente-se imensamente grata por, em 2016, ter encontrado tantas entidades que se disponibilizaram a colaborar nesta missão de construir um mundo mais justo e mais equitativo.



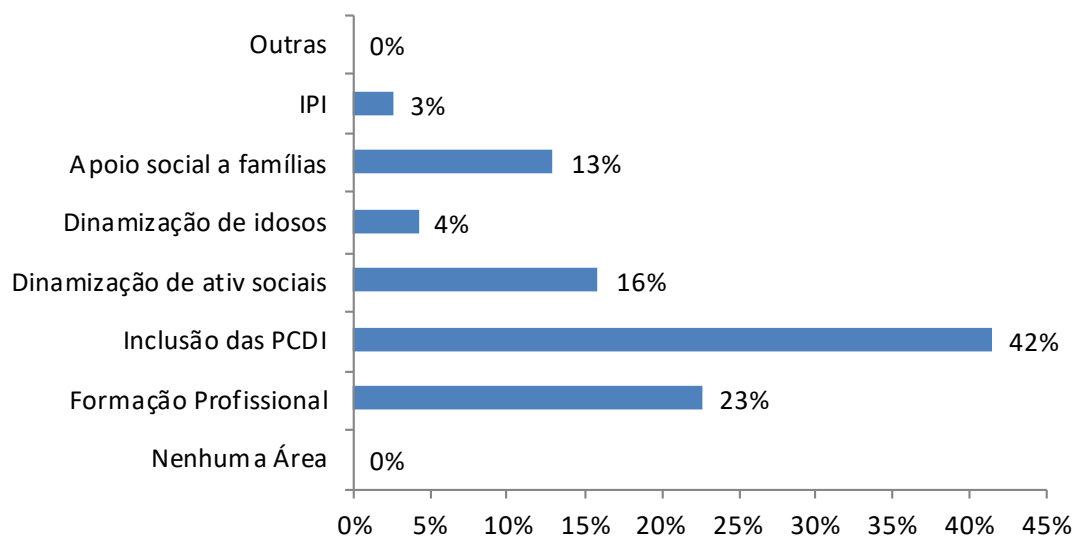
(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Resultados da Avaliação de Satisfação efetuada pelos Parceiros



## Se a A2000 não existisse onde se notaria a diferença?



# A2000

## Santa Marta em Festa

No dia 28 de Maio teve lugar na Praça do Município a 1ª edição do “Santa Marta em Festa”, organizada pelas Instituições Particulares de Solidariedade Social (IPSS’s) de Santa Marta de Penaguião com o apoio da Câmara Municipal. Este evento teve como objetivo a angariação de fundos para as IPSS’s do concelho: Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000; Fundação Dr. Carneiro Mesquita (Fontes); Fundação Luís Vicente (São João de Lobrigos).

A festa começou às 17h30 com a atuação do Grupo Diatónicos que continuou o seu espetáculo à noite, sempre com muita animação e alegria.

Durante o espetáculo tivemos o privilégio de apreciar os talentos daqueles que se inscreveram no evento e surpreenderam os presentes, apesar da chuva que caía. Temos de facto verdadeiros

artistas na nossa terra.

As instituições organizadoras ofereceram a todos os participantes e àqueles que nos apoiaram uma lembrança elaborada pelos idosos da Fundação Luís Vicente.



(Continua na página seguinte)



## (Continuação)

O evento terminou com um sorteio de Férias (5 dias/4 noites para Algarve, Açores ou Madeira), oferecidas pelo Stand i9auto – Automóveis, tendo sido premiado o bilhete com o nº 1.

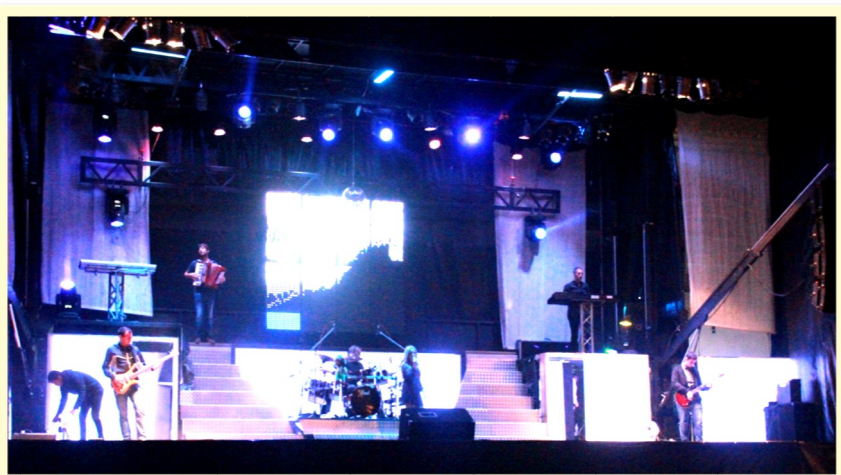
Apesar do mau tempo tudo terminou em bem. Deixamos aqui o nosso reconhecimento a todas as pessoas/entidades que nos apoiaram: Município de Santa Marta de Penaguião; apresentadores: Gina Martinho e Paulo Conde; **“Marias Malucas Romeiras de Portugal”** que animaram a festa gratuitamente com a sua boa-disposição e alegria, não arredando pé nem mesmo quando a chuva se fazia sentir; **Grupo Diatónicos**; **Canarinhos Infantis**; Stand i9auto – Automóveis; Irmãos Novos – Supermercados Lda. (Coviran – Sta. Marta de Penaguião); Restaurante Stº. António; Pizzaria Limonete; Talho Santa Marta; Padaria de Fontes; Supermercado de Fontes (Luís Miguel Ribeiro); Dibireal – Sequeira & Gonçalves, Lda.; Padaria Plácido e Plácido, Lda.; e participantes



que iluminaram esta festa com o seu talento: Domingos Ferreira; Diana Figueiredo; Rui Filipe Alves; Henrique Ribeiro; Ricardo Guedes; Daniela Pinto e Matilde Conceição; Rafaela Guedes; Duarte Conceição; Pedro Teixeira; Fernando Moreira e Ricardo Vaz; e aos colaboradores das IPSS's organizadoras que fizeram um enorme esforço para que tudo corresse na perfeição;

*“Nada do que fazemos faz sentido, se não tocamos no coração das pessoas.”*

**Aurora Gouveia**, Técnica da A2000



# A2000

# FORMAÇÃO INICIAL

POISE – TIPOLOGIA DE OPERAÇÃO 3.01 –

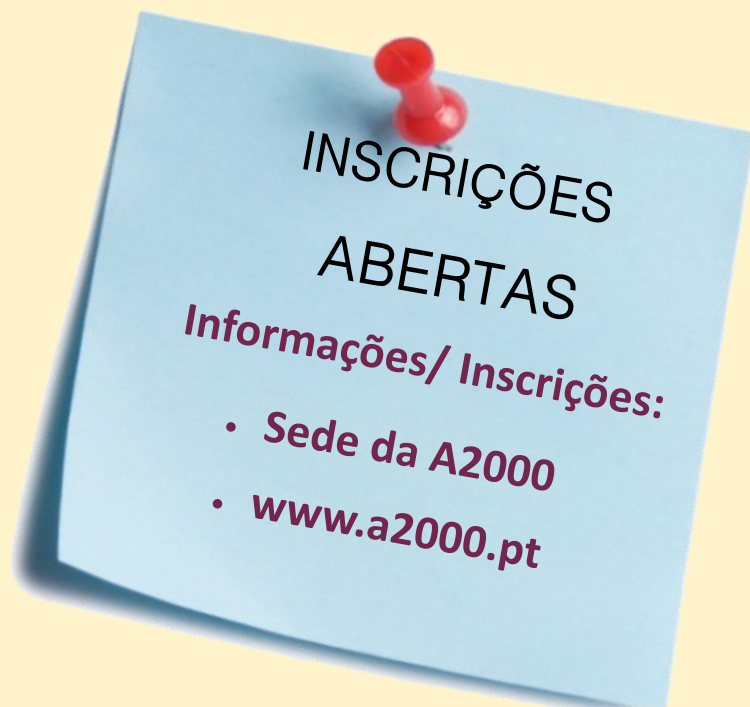
QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E INCAPACIDADE

ÁREAS DE FORMAÇÃO:

1. Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – 2900 horas
2. Auxiliar de Serviços Gerais I – 2900 horas
3. Auxiliar de Serviços Gerais II – 2900 horas

A DECORRER, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

- \* SANTA MARTA DE PENAGUIÃO
- \* BAIÃO
- \* RESENDE
- \* CHAVES
- \* MONTALEGRE
- \* TABUAÇO
- \* VILA POUCA DE AGUIAR
- \* ARMAMAR



Cofinanciado por:



**PO ISE**  
PROGRAMA OPERACIONAL  
INCLUSÃO SOCIAL  
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Visita à G.N.R. de Tabuaço

No passado dia 17 de Maio do corrente ano, os formandos do Curso 17 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade visitaram no âmbito da UFCD 3535 – Ética Profissional e Legislação Laboral o Quartel da Guarda Nacional Republicana de Tabuaço. Os mesmos, foram recebidos pelo Comandante da G.N.R. de Tabuaço que realizou uma breve abordagem teórica sobre os direitos e os deveres dos cidadãos perante a G.N.R. De seguida, houve um momento de perguntas e respostas, onde os clientes puderam colocar todas as suas dúvidas e o Comandante com todo o cuidado e simpatia se aprontou de imediatamente para responder a todas as dúvidas colocadas.

Posteriormente, e depois de todos os esclarecimentos, a visita prosseguiu para as várias repartições do quartel que tinha sido inaugurado recentemente, possuindo assim umas instalações no-

vas.

Os clientes visitaram a Sala de Trabalho do Comandante, a Secretaria, a Sala de Apoio à Vitima de Violência Doméstica, a Sala de Interrogatórios, uma das Celas existentes no Quartel, a Sala de Patrulha, a Sala onde é realizado o Teste de Alcoolémia, as Camaratas, a Cozinha, a Sala de Formação e o Parque de Viaturas.

Os formandos tiveram, no decorrer da visita, a possibilidade de visualizar a máquina onde é feito o teste de alcoolémia e de o realizarem.

A visita foi bastante produtiva, pois todos os formandos tiveram a possibilidade de ficarem esclarecidos relativamente às dúvidas que tinham em relação aos seus direitos como cidadãos relativamente à Guarda Nacional Republicana.



Curso 17 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – Tabuaço

# FORMAÇÃO



## RLIS – Rede Local de Intervenção Social – Armamar –



Curso 18 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – Armamar

FORMAÇÃO

No decorrer do mês de Maio, os formandos dos cursos de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade de Armamar e de Tabuaço receberam informação sobre o que é a RLIS.

Os formandos de Armamar visitaram a RLIS que é uma valência da Santa Casa da Misericórdia de Armamar e a Doutora Cátia, iniciou a explicação teórica dizendo que a RLIS é constituída por uma Coordenadora e por duas Técnicas Superiores de Serviço Social.

Foi dada a informação que esta valência presta um serviço a pessoas com vulnerabilidade social e que se encontram em situações de crise e/ou

emergência social. Assim, a equipa presta apoio técnico como em diversas áreas, por exemplo ao nível da saúde, da educação, da terceira idade, entre outros.

Os formandos de Tabuaço receberam a visita de duas Técnicas que trabalham na Rede Local de Intervenção Social (RLIS) de Tabuaço – valência da Sta. Casa da Misericórdia de Tabuaço que também nos explicaram que todas as pessoas que se encontram em situação de carência podem dirigir-se à RLIS e pedirem ajuda.

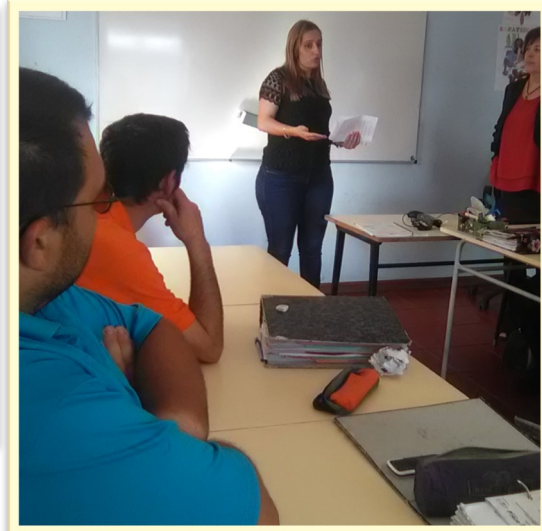
(Continua na página seguinte)

(Continuação)

## RLIS – Rede Local de Intervenção Social – Tabuaço –



Curso 17 – Assistente Familiar e de Apoio à  
Comunidade – Tabuaço



FORMAÇÃO

Essas ajudas podem ser no âmbito da saúde, habitação, educação, entre outras, sendo que as prestações podem ser atribuídas a famílias e/ou a pessoas individuais.

No decorrer das explicações, foi referido por ambas as equipas que qualquer pessoa pode requerer apoio à RLIS e que qualquer cidadão (vizinhos, município, juntas de freguesia) ou instituição da comunidade (Segurança Social, saúde, IEFP, IPSS, entre outros) pode sinalizar um indivíduo ou uma família que se encontre vulnerável.

O objetivo principal do serviço é precisamente fortalecer as competências das pessoas e das famílias, promovendo a sua autonomia e fortalecendo as relações familiares, para além disso a RLIS

permite também fazer um acompanhamento social ao longo de um percurso de inserção social.

Este contacto com as Equipas da RLIS – respetivamente de Armamar e de Tabuaço – foi bastante útil porque permitiu um maior conhecimento sobre uma nova resposta ao nível social e sobre os seus apoios.

Os formandos de Armamar agradecem a simpatia da Dra. Cátia e os formandos de Tabuaço agradecem a disponibilidade das Dras. Aurora Gonçalves e Cláudia Barbosa que os visitaram para falar sobre a RLIS.

**Cursos 17 e 18 – Assistente Familiar  
e de Apoio à Comunidade**

## Sessão de Esclarecimento – Internet + Segura

No passado da 5 de Maio, os formandos dos cursos 15 e 16 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, – respetivamente, de Baião e Resende – tiveram a oportunidade de assistir a uma palestra ministrada pela GNR de Lamego através do projeto “Internet + Segura”.



A referida palestra realizou-se no âmbito da UFCD Tecnologias da Informação e da Comunicação– Usar a Internet para obter informação – e teve como principal objetivo sensibilizar-nos para o mau uso desta ferramenta, tão útil no nosso quotidiano, mas sobretudo, os cuidados a ter no uso das chamadas redes sociais.

Sabemos que a internet é, nos dias de hoje, uma fonte de entretenimento e informação quase indispensável na vida das pessoas. Porém, e como foi abordado nesta sessão, representa também uma ferramenta perigosa quando não utilizada da forma correta.

Assim, foram expostos vários vídeos onde se podiam averiguar as atitudes erradas, mas muito comuns, que cometemos no uso das redes sociais.

A saber:

Não aceitar convites de estranhos (muito menos dialogar através de chats e falar da nossa vida privada); ter cuidado com o que se publica a nosso respeito; não acreditar em tudo o que se vê; não clicar em todos os links sugeridos (poderá ser um vírus que danifica os arquivos e o computador, ou até mesmo roubar as nossas senhas e apoderar-se do nosso perfil e contas bancárias); não partilhar fotos de família com dados como local de trabalho, datas, eventos a que se tenciona ir, com quem vai e por último não cair na tentação da fofoca e difamação. Até porque, como alertou o Sr. Agente, este não deixa de ser considerado crime punível judicialmente (tal como agredir fisicamente alguém ou roubar).

(Continua na página seguinte)



(Continuação)

No final da palestra foi aberto um debate para esclarecermos algumas dúvidas, onde a grande maioria se remetia ao jogo "Baleia Azul" que despertou a curiosidade e a atenção de todos.

Para dar seguimento a este assunto, em conjunto com a formadora de TIC, fizemos uma pesquisa na internet sobre como podemos fazer uma navegação mais segura nas redes sociais bem como a taxa de criminologia no nosso país, como em todo o mundo, de crimes neste campo. Pela nossa pesquisa encontramos números assustadores: 30 milhões de mensagens de spam são enviadas diariamente; 78 % dos cibernautas portugueses estão mal informados sobre como se protegerem contra ameaças de ciber-crimes e 400 milhões

de pessoas são vítimas de ciber-crime em todo o mundo!

Cursos 15 e 16 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade –  
*Baião e Resende*



SABIAS QUE...



*Um estudo abrangendo 13,022 adultos, entre os 18 e os 64 anos de 24 países do Mundo, referente ao ano de 2013, estima que existam 378 milhões de vítimas de ciber-crime por ano, um milhão por dia e 12 a cada segundo.*

FORMAÇÃO

## Formandos de Baião visitam Parque da Cidade



fazer o piquenique. Cada um de nós tinha levado a merenda e partilhamos entre nós. Aproveitamos para conversar e sobre o início da nova fase para todos, a FPCT, e falamos dos nossos medos e desafios. Todos estamos ansiosos, mas cu-

**N**o dia 25 de Maio viajamos até ao Porto para conhecer o Parque da Cidade e fazer um piquenique de final de formação em sala e início de formação prática em contexto de trabalho (FPCT). O dia começou chuvoso e cnzento, mas o São Pedro foi simpático e parou a chuva durante o tempo da visita.

Chegados ao Parque da Cidade fizemos um passeio pelo parque para apreciar a sua dimensão e beleza. Todos ficamos encantados com a imensidão do Parque da Cidade, é o maior parque urbano do país com cerca de 10 km de caminhos. A beleza natural do parque também cativou a nossa atenção com todo aquele arvoredo com lagos, flora e fauna variada, integrada no meio da cidade.

Chegada a hora de almoço, estendemos as mantas e foi o momento de

riosos e entusiasmados por entrar numa nova fase e novo desafio. Depois do piquenique, fomos dar mais uma volta pelo parque e fomos até à esplanada, uns tomaram café e outros comeram gelado.

O passeio chegou ao fim, gostamos bastante do dia passado na natureza, do convívio entre nós e com as formadoras e o sentimento misto de entusiasmo e nostalgia que todos sentimos pela nova etapa que se avizinha.



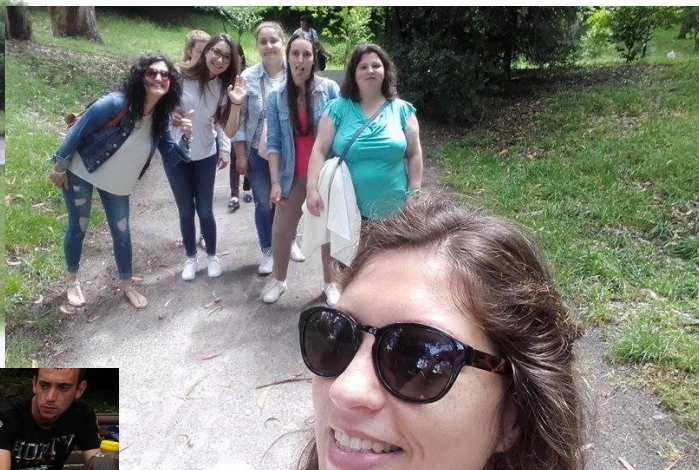
**(Continua na página seguinte)**



(Continuação)

## O Parque da Cidade...

É o maior parque urbano do país, com uma superfície de 83 hectares que se estendem até ao Oceano Atlântico, uma particularidade rara a nível mundial. Foi projetado pelo arquiteto paisagista Sidónio Pardo, tendo sido inaugurado em 1993 (1.ª fase) e finalizado em 2002. A presença da pedra assume uma característica preponderante deste parque, onde a construção de muros de suporte de terras, estadias e pavimentos criam uma ideia rural e campestre. Em 2000, foi selecionado pela Ordem dos Engenheiros, como uma das 100 obras mais notáveis construídas no século XX em Portugal. Entre outros equipamentos, acolhe ainda o Centro de Educação Ambiental, o Pavilhão da Água, o Sea Life Center e o Queimódromo.



Curso 15 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – *Baião*

FORMAÇÃO



## Maio repleto de atividades

**D**urante o mês de maio o curso 13 – Auxiliar de Serviços Gerais II realizou muitas atividades.

### 09/05/2017 – Visita aos Bombeiros Voluntários de Santa Marta de Penaguião:

Esta visita realizada no âmbito da UFCD 3564 – Primeiro Socorros, teve como objetivos conhecer toda a atuação dos bombeiros e compreender a assistência que estes fazem de Primeiros Socorros. Gostámos muito, pois para além de uma pequena palestra sobre o tema, tivemos ainda a oportunidade de fazer uma visita guiada às instalações e viaturas dos bombeiros.

Obrigado por nos terem recebido!



### 16/05/2017 – Visita dos Bombeiros Voluntários de Fontes à nossa sala:

Novamente no âmbito da UFCD 3564 – Primeiro Socorros, recebemos na nossa sala de formação os bombeiros José Taveira e Tiago Carvalho, dos Bombeiros Voluntários de Fontes, para uma sessão de esclarecimento sobre o Suporte Básico de Vida (SBV) e Posição Lateral de Segurança (PLS).

Obrigado pela sessão!



(Continua na página seguinte)



## (Continuação)

### 19/05/2017 – Visita à Feira de Emprego, Empreendedorismo, Qualificação, Formação e Orientação Escolar em Mesão:

No âmbito da Unidade de Formação – Procura Ativa de Emprego (Formação para a Integração), visitamos a Feira de Emprego, Empreendedorismo, Qualificação, Formação e Orientação Escolar em Mesão Frio.

Esta visita facilitou-nos o acesso a informação, promovendo a ligação entre o mundo formativo e empresarial.



### 22/05/2017 – Comemoração do aniversário da Goreti:

Neste dia comemoramos o aniversário da nossa colega Goreti. Com a formadora Manuela fizemos o almoço e depois almoçámos todos juntos, formandos e técnicos, para festejarmos o aniversário da nossa colega.



### 23/05/2017 – Visita ao Cinema de Vila Real

Durante a formação (TIC e LC) trabalharemos a história do cinema, no dia Mundial do Cinema, e todo o grupo de formandos mostrou interesse em ir assistir um filme num “cinema de verdade”.

Assim sugerimos esta visita que foi aceite pela A2000.



(Continua na página seguinte)

# FORMAÇÃO

**(Continuação)**

E lá fomos nós assistir ao filme “A Bailarina”, depois na sessão de Linguagem e Comunicação realizámos uma proposta de trabalho sobre o filme.

Gostámos muito e ficou a vontade de repetir a experiência.

### 30/05/2017 – Visita ao Museu de Numismática de Vila Real

O objetivo da visita era que conhecêssemos e explorássemos a coleção numismática existente no museu. Assim tivemos a oportunidade de aprofundar os nossos conhecimentos sobre o dinheiro, conteúdo esse trabalhado nas sessões da Unidade de Formação Base – Matemática para a Vida.

Aproveitámos para agradecer ao Dr. João pela forma simpática e divertida com que nos guiou durante a visita.



### 30/05/2017 – Visita ao Teatro de Vila Real



Assistimos à peça de teatro “Bem Mar Me Quer”, uma peça baseada na obra literária de Mia Couto. Durante as sessões de Linguagem e Comunicação e nos tempos livres andámos a ler o livro e imaginávamos as personagens e a própria história à nossa maneira. Depois de lermos o livro e assistirmos à peça teatral, na sessão de Linguagem e Comunicação, realizamos uma Proposta de Trabalho como forma de consolidação de conhecimentos.

Foi muito giro pudermos assistir a uma peça que fazia parte do nosso imaginário.

Agora, a partir do mês de junho, vamos entrar numa nova aventura – Formação Prática em Contexto de Trabalho. Em breve daremos notícias...

**Curso 13 Auxiliar de Serviços Gerais II –  
Santa Marta de Penaguião**

## Testemunho de FPCT

**O**lá, o meu nome é Miguel Ângelo da Silva Soares tenho 19 anos e resido, desde sempre, em Santa Marta de Penaguião.

Comecei os meus estudos na zona onde resido, concluindo o 9º ano aos 14 anos. Dos 14 aos 17 anos o meu percurso escolar estagnou, desmotivado e sem objetivos desisti dos estudos em Fevereiro de 2015.

Tentei imediatamente entrar no mercado de trabalho, mas com pouco sucesso devido à tenra idade e baixa formação e experiência, fazendo apenas alguns biscates.

Depois de algum tempo tive conhecimento da existência de Formação Profissional na A2000 e nela vi a oportunidade que me faltava e inscrevi-me.

Em Outubro de 2015 comecei a formação, no início estava um pouco de pé atrás mas rapidamente vi na equipa da A2000 o suporte que me fazia falta, desde os tempos de escola, e que ainda hoje preciso.

A formação em sala mostrou-se muito valiosa, preparando-me para um futuro profissional, mas claro sem esquecer a formação base (português, matemática...). Durante a formação em sala os formadores foram levantando as minhas perspetivas e analisando as minhas capacidades, vendo em que áreas elas se poderiam encaixar, preparando a

etapa que viria a seguir: formação prática em contexto de trabalho.

A formação em sala durou até Dezembro de 2016, a partir dessa data

comecei a minha formação prática no contexto de trabalho (FPCT) numa empresa em Vila Real. Apesar da entidade estar contente com o meu trabalho, a dada altura senti que as funções que desempenhava não se encaixavam com as minhas necessidades. Então o técnico de acompanhamento e inserção (TAI) que supervisiona o meu “estágio”, teve de encontrar um outro local que respondesse às minhas necessidades. Assim desde Fevereiro de 2017 estou a “estagiar” na Adega Martha’s Porto em São João de Lobrigos.

Estou muito contente com o meu “estágio” e sinto um gosto especial em participar na continuidade da produção de um produto que é tão tradicional na Região onde nasci e cresci.

O meu desejo é que tudo continue a correr às mil maravilhas e espero que o meu testemunho possa inspirar ou ajudar alguém.

**Miguel Ângelo da Silva,**  
*formando da A2000*





## Um percurso de sucesso

O meu nome é Sónia Branco, tenho 31 anos, moro em Cambezes do Rio, uma aldeia do concelho de Montalegre. Neste momento, estou a frequentar o Curso Auxiliar de Serviços Gerais da A2000.

Antes de entrar para este curso, eu estava em casa, desempregada e sem nada para fazer. Sentia-me mal e muito desanimada, pois não me sentia útil. Desde que fui contactada pela A2000, a minha vida mudou completamente. Comecei a vir para Montalegre todos os dias para receber formação. Tenho aprendido muitas coisas novas e conheci muitas pessoas. Fiz amigos que vou levar para a vida, tanto em contexto de formação, como agora em FPCT.

Comecei por fazer FPCT no Lar da Santa Casa da Misericórdia de Montalegre, mas desde janeiro que fui transferida para a Creche que pertence à mesma entidade, para realizar o meu sonho de trabalhar com crianças. Gostei muito de trabalhar com os idosos, mas sem dúvida que as crianças são a minha paixão.

O meu dia na creche começa logo de manhã cedo a recolher as crianças que vão chegando com os pais e entrego-as nas respetivas salas. De seguida faço as limpezas dos corredores e escritório da Direção e onde for mais necessário. Por volta das 11h30 dou apoio na sala dos 2 anos e ajudo na sala das refeições. Nem querem saber a confusão que lá vai com as crianças à hora de almoço. Umas querem comer muito e outras pouco ou nada. Mas com paciência,

tudo corre bem!

No final de almoço, fazemos a higiene dos pequenos para depois os encaminharmos para o dormitório.

Fico no dormitório até as crianças adormecerem e por vezes apetecia-me tirar uma soneca com elas também. Quando estão todos a dormir como anjinhos, eu vou almoçar e ajudar na cozinha e no refeitório.

Quando as crianças acordam, levo-as para as salas ou para o parque exterior, se o clima ajudar, até à hora do lanche. Ao lanche, recomeça o reboliço.

Os meus dias nunca são iguais, porque, tratando-se de “pequenos diabretes”, há sempre surpresas. Há quase sempre um aniversário, uma atividade extra, uma visita a algum local de interesse. Ainda no outro dia fomos aos Bombeiros Voluntários de Montalegre conhecer o Quartel e os carros.

Estou muito feliz com o meu trabalho e espero sinceramente ficar integrada no final da FPCT!

**Sónia Branco**, *Formanda Curso Auxiliar de Serviços Gerais de Montalegre*





## FORMAÇÃO CONTÍNUA

PO ISE – TIPOLOGIA DE OPERAÇÃO 3.01 –

QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E INCAPACIDADE

### ÁREAS DE FORMAÇÃO:

1. Operador de Loja – 125 horas
2. Auxiliar Educativo – 150 horas
3. Empregado de Restauração – 175 horas

A INICIAR EM 2017, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

- \* Santa Marta de Penaguião
- \* Baião
- \* Resende
- \* Chaves
- \* Tabuaço



# SERVIÇO

Cofinanciado por:



**PO ISE**  
PROGRAMA OPERACIONAL  
INCLUSÃO SOCIAL  
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## GABINETE PSICOSSOCIAL (GPS)

**C**om este serviço a A2000 presta apoio Psicossocial a famílias e indivíduos, designadamente serviços na área formativa e ocupacional contribuindo para o desenvolvimento de competências ao nível dos Saber-Ser, Saber-Fazer e Saber-Aprender, com objetivo último de aumentar a inserção social e/ou profissional.

O Serviço está em execução desde maio de 2010 e, ao nível operacional, atualmente, desenvolve-se em parceria com:

- Município de Sta. Marta de Penaguião;
- 5 Freguesias do Concelho (Sever, Fontes, Alvações do

Corgo, União de Freguesias de Louredo e Fornelos, União das Freguesias de Lobrigos (São Miguel e São João Baptista) e Sanhoane)

Juntos reúnem forças no sentido de intervir preventivamente e colaborar na criação de respostas integradas ao nível familiar, ocupacional, social e profissional.

O Serviço não tem financiamento estatal, pelo que a sua sustentabilidade está garantida por fundos da A2000 e das entidades da autarquia acima nomeadas.

AÇÕES DIRIGIDAS À **FAMÍLIA** NA SUA TOTALIDADE

AÇÕES DIRIGIDAS A PRÉ-IDOSOS E IDOSOS

AÇÕES DE APOIO À COMUNIDADE EM GERAL



## III Encontro de Boccia Sénior

Como já vem sendo hábito todos os anos, os Espaços de Convívio juntam-se para a mais desejada competição do ano – o Torneio de Boccia. Como 2017 não podia ser diferente, no dia 29 de Maio realizou-se o III Encontro de Boccia Sénior no Fórum de Atividades de Santa Marta de Penaguião. Para além dos Espaços de Convívio de Fontes, Alvações do Corgo; Lobrigos e Vila Maior; Sever e Louredo e Fornelos, foram também convidadas a participar as restantes IPSS's de Santa Marta de Penaguião e o CLDS de Santa Marta de Penaguião que trabalham com este público, das quais se juntaram a nós: o CLDS; a Fundação Luís Vicente e o Centro Social e Paroquial de S. Miguel de Lobrigos.

Neste encontro participaram cerca de 60 idosos que foram divididos por equipas, jogando freguesias e IPSS umas contra as outras. Foram criadas 14 equipas compostas por 5 jogadores, em que três jogavam e dois eram suplentes. Nestas atividades os jogadores são bastante competitivos por isso ao longo do ano pedem aos técnicos para treinarem. Para facilitar a identificação das equipas, todos os jogadores tinham um número, para assim haver uma melhor organização das equipas e dos jogos.

O Salão do Fórum, gentilmente ce-



dido pelo Município de Santa Marta de Penaguião, esteve dividido em três campos com as medidas regulamentares e foram aplicadas todas as regras que constituem este jogo. Em cada campo estava um árbitro com o material necessário e fundamental para a boa realização dos jogos.



(Continua na página seguinte)

# GPS



**(Continuação)**

Depois de todos os encontros realizados, foram somadas as pontuações e dadas a conhecer as qualificações, tendo sido estas:

**1º lugar:** Equipa nº 19 (CLDS – Medrões)

**2º lugar:** Equipa nº 16 (Sever)

**3º lugar:** Equipa nº 18 (Alvações do Corgo)

O convívio com outras instituições é sempre salutar. É importante salientar que com esforço e trabalho em equipa tudo é possível, exemplo disso foi a equipa de Medrões, participante pelo CLDS, que nunca tinha jogado Boccia, mas no final sagrou-se equipa vencedora.

Ao longo de toda a competição não faltou boa disposição e um enorme fair-play entre as equipas.

**Técnicos do Gabinete Psicossocial**





## Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência ou Incapacidade (CAARPD)

*Assegura o atendimento, acompanhamento e o processo de reabilitação social a pessoas com deficiência ou incapacidade (PDCI).*

### Objetivos:

- ⇒ Informar e encaminhar para os serviços e equipamentos sociais.
- ⇒ Capacitar e apoiar as famílias de pessoas com deficiência ou incapacidade.
- ⇒ Promover programas de reabilitação inclusivos para pessoas com deficiência ou incapacidade.

As duas modalidades previstas pelo CAARPD caracterizam-se, respetivamente, do seguinte modo:

**A – Atendimento e Acompanhamento Social**

**B – Reabilitação Social**

### População-Alvo

Ambas as modalidades do CAARPD abrangem quaisquer pessoas com deficiência ou incapacidade (PCDI), com idade superior a 16 anos e respetivas famílias.

### Concelhos de Intervenção

- ⇒ Santa Marta de Penaguião;
- ⇒ Peso da Régua;
- ⇒ Mesão Frio;
- ⇒ Mondim de Basto



## CAARPD – Maio

No mês de Maio comemora-se o dia da mãe e, como prenda – os elementos do CAARPD de Sta. Marta de Penaguião – fizeram uma chávena com um queque dentro. Para a elaboração da prenda da mãe utilizamos papel de EVA; cola quente; tesouras e para a confeção dos queques foi necessária farinha, açúcar, ovos, fermento e



manteiga.

No dia 3 de maio fomos ao Parque Biológico da Serra das Meadas, em Lamego. Foi uma grande caminhada, mas gostámos porque ao longo do percurso vimos muitos animais: cavalos, cabras, ovelhas, porquinhos da índia, veados, águias muito grandes, corvos, corujas, patos, gansos, tartarugas. No final da visita aproveitámos as mesas de piquenique do parque para almoçarmos todos juntos. De tarde aproveitámos para ir visitar a Feira dos Cavalos, em Lamego. Tivemos ainda oportunidade de tirar fo-



tografias com um milhafre que colocaram no nosso braço, no início estávamos assustados, mas depois até foi engraçado.

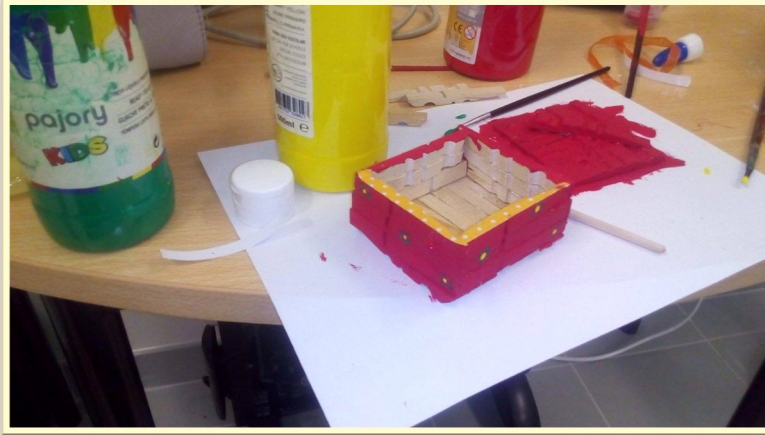
De tarde seguimos viagem para a Feira dos Cavalos que estava a decorrer em Lamego, vimos os cavalos a correr e a competir uns contra os outros.

As terças-feiras continuam a ser passadas nas Piscinas Municipais de Santa Marta de Penaguião onde continuamos a aprender a nadar de costas e a flutuar na água. Este mês demos pela primeira vez a cambalhota na água e, por acaso, até é divertido. Temos é que aguentar um bocado debaixo de água sem respirar.

Fomos convidados a participar na Feira Medieval de Lobrigos, em Santa Marta de Penaguião (...)

**(Continua na página seguinte)**

(Continuação)



Esperemos que o próximo mês seja tão ou mais divertido do que este mês de Maio!

(...) e para isso tivemos que pôr mãos à obra e fazer alguns trabalhos para depois serem vendidos na feira.

Assim, fizemos porta chaves com imagens do Mickey e da Minnie, bases para painéis, caixas de molas, conchas com velas e porta velas. Para a realização destes trabalhos usamos: molas de madeira, espátulas, cola quente, tinta vermelha, azul, amarela, rosa, cor de pele, conchas, feltro, copos de iogurte, paus de castanheiro, velas, linha, agulhas, argolas e enchimento.



Clientes do CAARPD de Santa Marta de Penaguião

# CAARPD



## CAARPD em Mesão Frio

**N**o CAARPD de Mesão Frio o mês de maio foi recheado de atividades muito úteis e interessantes para o dia-a-dia.

Começamos o mês com a elaboração de trabalhos manuais para poderem ser vendidos em alguns eventos desenvolvidos pelo Município de Mesão Frio e da A2000. Damos início à construção de porta-retratos, usando espátulas que foram muito bem coloridas por nós e depois colamos as espátulas para formar um bonito porta-retratos. Também como forma de celebrarmos a presença do bom tempo e da Primavera, desenhamos flores a partir de moldes, que depois foram cortadas, pintadas e coladas em espátulas para servirem de marcadores para os livros.

Como não podia deixar de ser, uma vez que o exercício físico é muito importante para a nossa saúde, a nossa fisioterapeuta trouxe-nos um circuito psicomotor com vários exercícios de expressão corporal/musical e com as nossas ideias fomos criando exercícios físicos para os colegas reproduzirem.

Como tem sido habitual, também realizamos atividades onde treinamos o cálculo mental, reconhecimento de palavras-imagens, associações de objetos-funções, cores, formas e imagens.

O ponto alto do nosso mês, foi a

nossa visita à “Feira do Emprego, Empreendedorismo, Qualificação, Formação e Orientação Escolar”, organizada pelo Município de Mesão Frio. Visitamos as barracas das várias entidades, que tinham representadas profissões, como GNR, Bombeiro, Tropa, Pasteleiro... Nesta nossa visita aproveitamos para dar a conhecer às pessoas do concelho a A2000 e o nosso projeto, uma vez que gostaríamos muito de receber mais pessoas nas nossas atividades.





Também tivemos a oportunidade de aprender com a ajuda da nossa colega Maria do Rosário, a dobrar e a passar a roupa a ferro sem nos queimarmos e deixarmos engelhas na roupa.

Finalmente, terminamos o mês de maio experimentando diversos jogos como construção de torres, de colares e pulseiras com peças pequenas de encaixar.

Clientes do CAARPD de  
Mesão Frio



# CAARPD

## INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA (IPI)



**A** Intervenção Precoce na Infância consiste num conjunto de medidas de apoio inte-

grado centrado na criança e na família, incluindo ações de natureza preventiva e reabilitativa, designadamente no âmbito da educação, da saúde e da ação social.

A resposta social abrange crianças dos 0 aos 6 anos, com alterações nas funções ou estruturas do corpo que limitam a participação nas atividades típicas para a respetiva idade e contexto social ou em risco grave de atraso de desenvolvimento, bem como as suas famílias, residentes nos concelhos de Santa Marta de Penaguião, Peso da Régua, Mesão Frio e Mondim de Basto.

A A2000, Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS), possui um Acordo de Cooperação com a Segurança Social representando-a na Equipa Local de Intervenção (ELI).

O presente acordo foi celebrado com base no decreto-lei nº281/2009 de 6 de outubro, que criou o Sistema Nacional de Intervenção Precoce na Infância (SNIPI),

o qual consiste num conjunto organizado de entidades institucionais e de natureza familiar, que garante as condições de desenvolvimento das crianças com funções ou estruturas do corpo que limitam o crescimento pessoal, social, e a sua participação nas atividades típicas para a idade, bem como as crianças em risco grave de desenvolvimento. O Acordo de Cooperação formaliza a participação das seguintes entidades parceiras:

- **Ministério do Trabalho e Segurança Social**/Centro Distrital de Segurança Social de Vila Real, na comparticipação financeira da A2000 que afeta 3 técnicos a meio tempo: Técnico Superior de Serviço Social, Psicólogo e Terapeuta;
- **Ministério da Educação**/ Agrupamento de Escolas Diogo Cão, que afeta a tempo inteiro 2 Educadores de Infância;
- **Ministério da Saúde**/ Agrupamento de Centros de Saúde Douro I – Marão e Douro Norte/ Centro de Saúde de Santa Marta de Penaguião, que afeta a 5% o Médico e o Enfermeiro e a meio tempo 1 Psicopedagogo.



Ministério da Saúde



SEGURANÇA SOCIAL



DIREÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO DO NORTE



## Hidroterapia

**A** Hidroterapia é um trabalho que resulta da combinação da imersão com exercícios que devem ser sempre ativos com vista à reabilitação do indivíduo.

A atividade aquática promove sensações de prazer e de bem-estar físico, emocional e social nos indivíduos. Esta atividade facilita e apoia a realização de movimentos de difícil execução em terra, promove o contacto corporal e a comunicação com outras pessoas, bem como a participação em novas situações de aprendizagem (Varela et al., 2000).

A intervenção em meio aquático pretende incidir no desenvolvimento global do indivíduo, tanto nos aspetos fisiológicos e funcionais, como nos aspetos psicomotores, psicológicos ou sociais. Pretende-se proporcionar ao indivíduo uma experiência complexa e um maior conhecimento de si próprio e da água (Sarmiento & Mirna, 1992 cit. in Varela et al., 2000).

### Efeitos Fisiológicos

- Aumento da frequência respiratória
- Diminuição da pressão sanguínea
- Aumento do suprimento de sangue para os músculos
- Aumento do metabolismo muscular
- Aumento da circulação periférica
- Aumento da frequência cardíaca
- Melhoria da qualidade de retorno do sangue ao coração
- Aumento da taxa metabólica
- Diminuição de edemas das partes do corpo submersas.
- Redução da sensibilidade dos terminais nervosos
- Relaxamento muscular geral

**(Continua na página seguinte)**



(Continuação)

### Efeitos Terapêuticos

- Reeducação dos músculos paralisados
- Alívio da dor
- Diminuição dos espasmos musculares
- Manutenção ou aumento das amplitudes articulares
- Fortalecimento muscular
- Aumento da tolerância ao esforço
- Melhoria da circulação
- Diminuição de edemas
- Encorajamento para atividades funcionais
- Manutenção e melhoria do equilíbrio, coordenação e postura
- Adequação gravitacional devido às características do meio

### Efeitos Psicológicos

- Aumento da auto-estima
- Aumento da confiança
- Aumento da interação social
- Aumento do grau de independência

Tem como indicações Doenças reumáticas (Artrite Reumatóide; Artrose; Artrite; Osteoartrite; Polimialgia reumática; Espondilite anquilosante; Poliartrite crônica juvenil), Doenças Neurológicas (Acidente Vascular Cerebral; Atraso do

desenvolvimento motor; Parésias e plégias; Ataxias; Esclerose múltipla; Distrofia muscular de Duchenne; Atrofia Espinal; Paralisia cerebral; Patologias discais; Traumatismo crânio-encefálico; Sequelas de meningite; Parkinson; Fibromialgias; Polineuropatia; Lesões dos nervos periféricos; Inibição do tônus; Doenças Ortopédicas (Fraturas; Cirurgias; Pré-operatórios de próteses; Lesões dos tecidos moles; início da descarga de peso), gravidez, obesidade, alterações posturais e disfunções respiratórias.

Como Contra-Indicações podem-se salientar Doenças transmissíveis pela água, Febres altas, Traqueostomia, Insuficiência cardíaca, Doenças nos rins, Alterações gastrointestinais, Doenças infecciosas, Feridas abertas, Doenças de pele, Tímpanos perfurados, Dispositivos auditivos, Ausência de controlo de esfíncteres, Epilepsia incontrolada, Diabetes instáveis, Hemofilia, Alterações da pressão arterial e Tratamentos radioativos há menos de 3 meses.

Mas, se não tem nenhum problema dos referidos no último parágrafo a hidroterapia é muito útil.

**Ana Correia, Fisioterapeuta**

## O QUE É?

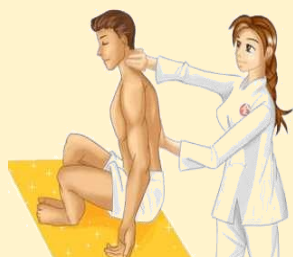
**A** “Clínica Social” visa prestar serviços especializados de forma a melhorar a qualidade de vida das pessoas, contando para tal, com uma equipa multidisciplinar qualificada e especializada que desenvolve recursos que satisfaçam as necessidades e as aspirações individuais e/ou familiares. Inserida na missão da A2000 pretende abranger todas as pessoas em situação de vulnerabilidade social ou financeira que necessitem deste serviço.



**Psicologia**



**Massagem**



**Fisioterapia**



**Terapia da fala**



**Terapia ocupacional**

A Clínica Social funciona em instalações cedidas pelo Município de Santa Marta de Penaguião



SERVIÇO



ESTABLISHED 1727

**MARTHA'S**

WINES &amp; SPIRITS

**E**m junho o doador do mês da A2000 é a empresa “Martha’s Wines & Spirits”. A empresa Martha’s Wines & Spirits é uma das entidades financiadoras da A2000, tendo protocolos celebrados no âmbito da inclusão socioprofissional de públicos desfavorecidos, pelo que cumpre o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

Com ligações ao Douro desde 1727, é uma empresa familiar com longa tradição na produção de vinho do Porto e Moscatel do Douro e mais recentemente destilados artesanais..

Os seus vinhos em garrafas de design irreverente, exprimem a qualidade e a paixão que os seus produtores transpõem neles.

As suas vinhas, propriedade da família, situam-se na região do Baixo corgo, São João de Lobrigos, pelo Monte de São Pedro, vale do Fontão e Nossa Senhora da Graça.

A Sabedoria e paixão pelo vinho e pela terra que vem sendo transmitida ao longo de várias gerações permite produzir vinhos de extrema elegância e qualidade, a partir das melhores castas da região: Touriga Nacional, Touriga Franca, Tinta Barroca, Tinto Cão, Tinta Amarela e Tinta Roriz, Malvasia Fina, Viosinho, Donzelinho, Gouveio, Moscatel, Rabigato e Moscatel Galego.

## Prémios

Decanter Asia Awards Silver Medal; Japan Wine Challenge Gold Medal; Drinks Business Bronze Medal; Dijon Vinidivio Coup de Coeur du Jury

## Produtos

Colheitas, Porto com Indicação de Idade, Moscatel do Douro, Aguardentes Vínicas e Bagaceiras, brandy artesanal.



### Marcos importantes:

Martha's Special Reserve Tawny Port – foi considerado pela Revista Wine Enthusiast, um dos três melhores Vinhos do Porto da categoria Reserva e escolhido como Editor's Choice; teve também 91 pontos no prestigiado Concurso Decanter.

Lançaram no final de 2016 uma Aguardente Vínica Velha que obteve 17/20 valores nas três principais Revistas da especialidade em Portugal, bem como uma medalha de Ouro na Roménia e uma de medalha de prata em Moscovo.

## CONTACTOS



Morada: Travessa S. Gonçalo nº 2

S. João de Lobrigos 5030 – 428 Santa Marta de Penaguião



Telefone: 254 828 095



E-mail: [info@marthasgroup.com](mailto:info@marthasgroup.com)



Site: [www.marthasgroup.com](http://www.marthasgroup.com)

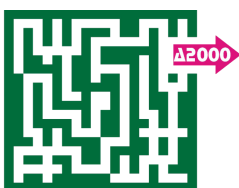


# DOADORES



Ficha Técnica

Viver e Aprender | Edição 115 | Maio 2017



ASSOCIAÇÃO 2000  
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Propriedade: A2000

Contribuinte: 505 045 125

Edição: Marina Teixeira

Coordenação: António Ribeiro

Produção e Paginação: Kelly Guedes

Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000

Morada: Av. 25 de Abril, nº39  
Sta. Marta de Penaguião

Telefone: 254 822 046  
Telemóvel: 935 575 882

Site: [www.a2000.pt](http://www.a2000.pt)  
Email: [a2000@a2000.pt](mailto:a2000@a2000.pt)



ER-1072/2012