

**ASSOCIAÇÃO 2000**  
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Doadores do mês



• **Cidadania em Ação** (pág. 22)

(Mondim de Basto)

• **GAPRIC - Douro Sul** (pág. 24)

(Armamar e Tabuaço)

Cofinanciado:

Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2018



**INR** instituto nacional para a **reabilitação**

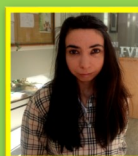
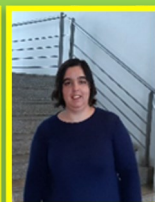
Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

# Viver e Aprender

Newsletter mensal | Edição 132 - Ano 17 | outubro 2018



## Integrações Profissionais Santa Marta de Penaguião Câmara Municipal (pág.4)



## Testemunhos de FPCT (pág. 18)

Conheça a experiência da Márcia, Filipa, Argentina e Carla

Cofinanciado por:



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



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu



## Iniciou **NOVO** curso da Formação Inicial (pág. 11)

**"Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II"**

De 01 Out. 2018 a 19 Nov. 2020

**Resende**

Apoios



# 02 EMPRESAS SOLIDÁRIAS



## Freguesia de Resende

- ◇ Av. Dr. Francisco Sá Carneiro, n. 8154460-226 RESENDE
- ◇ Email: juntafr@gmail.com
- ◇ Telefone: +351 254 877 665
- ◇ www.resende.jfreguesia.com



## Farmácia Queirós Cunha

Cuidamos da sua saúde



## Sapataria

## Pink



## Farmácia Barbosa

Dir. Técnica: Dra. Sofia Azeredo Amorim

Rua de Camões, 360 | 4640-147 Baião - Portugal  
Tif.: 255 541 113 | Fax: 255 541 141



Rua de Camões, 368 | 4640  
Baião 914 107 654

PAPELARIA

## Sandra



# TRAN QUILI DADE



## MÓVEIS FREITAS

Freixeiro-Campelo,  
4640-000 Baião, Porto

## GRÉMIO RITA

PRODUTOS PARA A AGRICULTURA, LDA.

4660 RESENDE | Rua José Pereira Monteiro, 149

## 919 549 335



## TRACTORMARÃO

TRACTORMARÃO - COM. REPAR. MAQ. AGRÍC. E IND., LDA

Rua Pr. Dr. Edgar Cardoso Nº 24  
4660-241 Resende  
NIF: 507 099 460 CAE 46610  
Sociedade por Quotas Matriculada na Conservatória  
Registo Comercial de Resende  
Capital Social: € 5 000,00  
Tel: 254 877 577 - Tlm: 919 690 141  
E-mail: tractormarao@gmail.com

EIRIZCAR  
Venda e Reparações Auto, Lda.



BOSCH  
Service

José Dias  
Tlm. 910 132 950

Fábio Dias (Gestor)  
Tlm. 916 126 456

Rua Zona Industrial do Góve, 147 - Baião  
4640-270 Góve  
Telefone/Fax: 255 552 153

E-mail:  
eirizcar@sapo.pt  
eirizcar@boschcarservice.pt

## FIDELIDADE

SEGUROS DESDE 1808

Alexandre Bastos  
Mediador Exclusivo

mabastosfidelidade@gmail.com  
T. +351 254 878 380 - M. +351 914 740 063

Rua do Pavilhão, 21  
4660-226 Resende - Portugal  
fidelidade.pt

**M**ais um mês em que os protagonistas da A2000 prosseguem as suas vidas, escrevendo, dia após dia, o seu guião neste filme da vida.

E se não há filme sem protagonista, também não há filme sem equipa de realização, sem equipa de produção e sem atores secundários. Todos os bons filmes precisam deste enquadramento para que no final a mensagem do protagonista seja levada mais longe.

No caso da A2000, os seus protagonistas, frequentemente quando chegam não estão habituados a fazer o seu próprio guião nem a representá-lo de uma forma visível e meritória, talvez porque não tiveram a equipa de realização e produção certas para os apoiar!

Quando ir à Biblioteca, ir ao cabeleireiro, fazer uma maquilhagem cuidada, ir à piscina, ir ao museu ... são acontecimentos marcantes numa vida, isso só pode significar que não tem sido o protagonista do seu próprio guião.

Ora, é destes atores que a A2000 acolhe: atores figurantes das suas próprias vidas! Com filmes onde os realizadores se tornaram protagonistas e os produtores cortaram nos gastos e nas cenas principais!

Fazer um filme de qualidade envolve grande investimento, porque estes protagonistas precisam de efeitos/apoios especiais, precisam de um suporte musical e cénico constante, durante o filme todo, para conseguirem dar coerência ao seu guião.

Um protagonista não pode, a meio do filme - só porque os recursos escassearam, ou o realizador se cansou - passar a ator

secundário.

Deixo aqui um pouco da letra da música hip-hop/rap "Protagonista" do Dillaz:

**"...Quando cortarem a fita, berra e grita**

**Na tua vida, só tu ditas o guião**

**O protagonista és tu"**

**"...Regra número 1:**

**tenta expandir a vista faz pela tua conquista, o protagonista és tu**

**Regra número 2:**

**não deixes para outra hora, tu tenta fazer agora para repetir depois**

**Regra número 3:**

**é obrigatório sorrir e no caso de caíres vais levantar-te outra vez**

**Regra número 4:**

**quem conta com a sorte não volta mais forte, acaba por ser fraco"**

**"...Tu tens a arte no organismo e não te dão Valor**

**Como tu que viraste arquiteto e querias ser pintor "**

É, desta forma - talvez menos poética, talvez mais pragmática - que vemos os atores que nos surgem: atores com valor, mas que nunca foram protagonistas porque não tiveram a oportunidade, o apoio, os parceiros, o acompanhamento, o enquadramento certos para poderem tornar-se protagonistas da sua própria vida.

Tenho a certeza que os nossos clientes quando prosseguem o seu caminho, para lá das cenas vividas na A2000, prosseguem em direção ao futuro ... ao som dos Xutos ...

**"Mas, vogando a vontade,**

**rompendo a saudade,**

**vai quem já nada teme,**

**vai o homem do leme..."**

*Marina Teixeira, Diretora Técnica*

## ÍNDICE

**3**  
Editorial

**4**  
Destaque

**7**  
CRIP

**8**  
Notícias

**9**  
Formação Inicial

**20**  
Formação Contínua

**21**  
Projetos INR - Cidadania em Ação

**21**  
Projetos INR - GAPRIC - Douro Sul

**25**  
Gabinete Psicossocial

**27**  
CAARPD

**30**  
Intervenção Precoce na Infância

**32**  
Donativos

## Integrações Profissionais

**A**lberto da Conceição, de 58 anos, residente em Sanhoane, Santa Marta de Penaguião, frequentou os serviços da A2000, e encontra-se atualmente integrado profissionalmente no Município de Santa Marta de Penaguião.

Beneficiário do Rendimento Social de Inserção, foi aconselhado pela Segurança Social da sua área de residência, a recorrer ao Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP) da A2000 de forma solucionar o seu problema de emprego e ser apoiado por uma equipa especializada.

Com a inscrição no serviço de Emprego de Vila Real e posterior encaminhamento para a A2000, frequentou a Medida de Apoio à Colocação durante 12 meses. Efetuou neste âmbito formação prática em contexto de trabalho (FPCT) no Município de Santa Marta de Penaguião, realizando funções na área da jardinagem.

Alberto da Conceição desempenha no seu local de trabalho diversas tarefas relacionadas com a plantação/replantação de flores e plantas, podas de arbustos e árvores, e ainda a limpeza/ manutenção dos jardins e espaços verdes.

Ao longo deste percurso, o cliente evidenciou uma evolução satisfatória do seu desempenho, revelando autonomia e empenho nas tarefas executadas, bem como uma boa relação com os superiores.

Desta forma, a entidade possibilitou-lhe uma integração profissional através da medida de apoio ao emprego "Contrato de Emprego Inserção +". Para Alberto da Conceição esta contratação permitiu-lhe, ter uma maior estabi-



lidade financeira, permitindo-lhe fazer uma adequada gestão das suas contas, sentindo-se assim mais útil e inserido na comunidade.

O cliente refere que "a A2000" foi muito importante na sua vida pessoal e profissional, pois sente-se agora mais valorizado pelos outros.

*Ana Augusto, Técnica da A2000*



**(Continua na página seguinte)**

(Continuação)



António de 41 anos, residente em Concieiro e Ana Raquel de 25 anos, residente em Santa Marta de Penaguião, ficaram recentemente integrados no Município de Santa Marta de Penaguião.

Após terem frequentado formação profissional na A2000, António e Ana Raquel foram encaminhados para o CRIP da A2000, onde integraram a medida de IAOQE - Informação, Avaliação, Orientação para a Qualificação e Emprego - através do Serviço de Emprego de Vila Real.

O bom desempenho do António e da Ana Raquel no decorrer das ações da A2000, levou a que a entidade lhes tenha possibilitado uma integração profissional, através da medida de apoio ao emprego, denominada "Contrato de Emprego Inserção +".

O António desenvolve atualmente no seu local de trabalho, tarefas relacionadas com a limpeza, manutenção e varredura de ruas, jardins e espaços envolventes à vila.

Para o António esta integração "mudou tudo", em termos profissionais e pessoais, agora "tenho um salário, tenho uma rotina diária, e quero criar novos objetivos de vida". A sua principal preocupação é cumprir com eficácia as tarefas solicitadas, para que atinga um bom desempenho, e que a entidade fique satisfeita.

O cliente refere que a A2000 foi muito importante no seu percurso, conseguiu através dela, atingir o meu objetivo, "ter trabalho", ao mesmo tempo sinto-me mais integrado na minha comunidade.



Por sua vez, a Raquel desenvolve no seu local de trabalho, tarefas relacionadas com o apoio administrativo (fazer cópia e digitalização de documentos, levar a correspondência, entregar os jornais à biblioteca...) e a manutenção dos espaços (limpeza e manutenção do bar, regar os espaços verdes...).

Para a cliente esta integração permitiu-lhe apoiar a mãe nas despesas de casa, contribuindo assim para o orçamento familiar, bem como sentir-se mais reconhecida e realizada.

"A A2000 mudou a minha vida, foi uma experiência muito positiva, não me arrependo da decisão que tomei à cerca de 2 anos atrás, hoje voltava a ingressar o curso."

Esta agradece a todos os técnicos que a acompanharam durante este percurso que mudou significativamente a sua vida.

"Tenho muitas saudades das aulas de cozinha, dos colegas e de todos os técnicos"

"Obrigada!"

(Continua na página seguinte)

# INTEGRAÇÕES

**(Continuação)**

## Santa Marta de Penaguião

ENTIDADE: Município de Sta. Marta de Penaguião

Atividade: Autarquia

Concelho: Sta. Marta de Penaguião

A interlocutora do Município de Sta. Marta de Penaguião - Dra. Sílvia Silva, Vice-Presidente - questionada sobre as expectativas iniciais relativamente às pessoas encaminhadas pela A2000 para a realização de Estágios ou Medidas de Emprego na Câmara Municipal, referiu que as expectativas eram muito positivas, pois o Município de Sta. Marta de Penaguião tem uma vertente social e inclusiva focada na integração das pessoas com deficiência ou incapacidade e, trabalha para que todos possam ter as mesmas oportunidades e consequentemente procura ajudar a que as pessoas possam concretizar os seus sonhos e consequentemente serem mais felizes.

Os formandos da A2000 quando iniciaram a Formação Prática em Contexto de Trabalho foram integrados em equipas de trabalho, foram-lhes atribuídas funções que tiveram de desempenhar, e com o tempo e com a ajuda de todos, foram adquirindo as competências de trabalho e a autoconfiança necessárias para se tornarem uma mais-valia para qualquer entidade que tem a felicidade de os acolher.

Acerca das mudanças observadas nos clientes da A2000 a Dra. Sílvia referiu que a evolução dos formandos foi evidente, quer do ponto de vista do relacionamento interpessoal, quer

no exercício das funções que lhe estavam destinadas. Tendo-se verificado uma progressão clara ao nível da sua autoconfiança, tornando-se assim uma mais-valia para o Município de Santa Marta de Penaguião. Ressaltou também o papel preponderante, da A2000, na formação e preparação deste público para que possam ser pessoas de sucesso, autónomas e plenamente integradas na sociedade e no mercado de trabalho. Referiu também que, felizmente, a A2000 tem um conjunto de profissionais que têm vindo a marcar a diferença no trabalho que executam.

A Dra. Sílvia Silva acrescentou que esta experiência é sem dúvida uma mais-valia para o Município, porque para além de permitir melhorar a qualidade do serviço prestado, também contribuiu para acrescentar experiência e melhorar as capacidades profissionais de jovens do concelho.

A nível social, é da responsabilidade do Município de Sta. Marta de Penaguião contribuir para a melhoria da qualidade de vida de todos os Municípes, cumprindo assim mais uma vez a sua Missão, que é trabalhar para que as pessoas possam melhorar a sua qualidade de vida

Ana Augusto, *Técnica da A2000*

## CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO PROFISSIONAL

### AÇÕES:

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

INSCRIÇÕES  
ABERTAS

**OBJETIVOS** - 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** - 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** - Apoiar 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.

# SERVIÇO



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



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Feira da Maçã em Armamar

A Feira da Maçã em Armamar decorreu entre os dias 19 e 21 de Outubro do corrente ano e mais uma vez a A2000 esteve a marcar presença neste certame.

Com esta feira o município/ concelho pretendeu divulgar os produtos regionais existentes, bem como o turismo que tem vindo a aumentar na região. Para além da maçã, que foi a protagonista, também estiveram presentes outros produtos, tais como a vinho, os queijos e os enchidos.

Ao nível dos costumes e tradições culturais, estes foram representados pelas Associações Culturais existentes no concelho explorando sobretudo a apanha da maçã.

Existiu também um extenso programa de animação, onde foram demonstrados grandes talentos que são "filhos da terra", ou seja, grupos que pertencem ao concelho.

A A2000 teve um stand na Feira da Maçã onde foram expostos alguns trabalhos realizados por clientes, foram também divulgados os vários serviços existentes, ou seja, os serviços formativos e não formativos. Relativamente aos serviços formativos temos a Formação Profissional de Pessoas com deficiência ou incapacidade (FP). No que concerne



aos serviços não formativos temos o Gabinete Psicossocial (GPS), a Intervenção Precoce na Infância (IPI), o Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP) e o Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência ou Incapacidade (CAARPD).

Para apoiarmos a A2000 na angariação, durante os três dias da Feira da Maçã venderam-se crepes e waffles que se tornaram um sucesso e fizeram com que muitas pessoas da comunidade se deslocassem ao stand e consequentemente ficassem a conhecer os serviços prestados pela A2000 em Armamar e noutros concelhos e distritos.

Obrigada a todas as pessoas que nos visitaram e apoiaram!

**Sofia Barros**, *Formadora da 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 II - 2900 horas

A DECORRER, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

- \* SANTA MARTA DE PENAGUIÃO
- \* BAIÃO
- \* RESENDE
- \* CHAVES
- \* TABUAÇO
- \* ARMAMAR
- \* VILA REAL



# SERVIÇO

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Visitas de estudo



O curso 1 - Auxiliar de Serviços Gerais de Sta. Marta de Penaguião teve um mês diversificado, pois, juntamente

com os cursos 7 e 9 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II aproveitaram a Festa do



No âmbito da UFCD 3564 – Primeiro Socorros, fizemos uma visita aos **Bombeiros Voluntários de Santa Marta de Penaguião**. Esta visita teve como objetivos conhecer toda a atuação dos bombeiros e compreender a assistência de Primeiros Socorros que estes prestam em situação de emergência.

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!

Cinema e foram assistir a um filme ao Cinema NOS Nosso Shopping Vila Real.

Foi a oportunidade de vivenciar novas emoções, em clima agradável e descontraído bem como a oportunidade de ir ao cinema pela primeira vez, para a maior parte de nós.

Agradecemos ao Cinema NOS do Nosso Shopping Vila Real por facilitar o horário das sessões e nos ter recebido.



Posteriormente, ainda no âmbito da mesma UFCD recebemos na sala de formação o bombeiro **Hugo Coutinho, dos Bombeiros Voluntários de Fontes**, para uma sessão de esclarecimento sobre o Suporte Básico de Vida (SBV) e Posição Lateral de Segurança (PLS). Gostamos muito...

Obrigado pela sessão!



Formandos do curso 1 - Auxiliar de Serviços Gerais, Sta. Marta de Penaguião

## Novo Curso da Formação Inicial - Resende



No passado dia 01 de outubro, iniciou-se o curso de Assistente familiar e de Apoio à Comunidade II no Seminário de Resende, que se encontra dividido em Formação em Sala com 1800 horas e Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) com 1100 horas. A formação em sala tem-se revelado essencial, pois permite à equipa conhecer cada um dos formandos e desenvolver-lhes competências sociais, pessoais e profissionais para, posteriormente, poderem enfrentar o mercado de trabalho.

O curso é composto por 12 formandos, que se mostraram expectantes e com posturas distintas devido à heterogeneidade do grupo. A diferença de idades leva consequentemente a diferentes experiências de vida, o facto de alguns deles também já terem passado experiências formativas, permite que esses já tenham um maior à-vontade sobre o funcionamento, regras e rotinas, enquanto que para os restantes é tudo novidade.

Saliente-se que foi realizado, logo de início a apresentação dos formandos, onde tiveram oportunidade de falar um pouco sobre si, abrin-

do os braços para uma relação de grupo de aceitação e respeito interpessoal. Neste 1º dia fez-se também a entrega dos materiais que serão necessários para o decorrer da formação e, através da apresentação da UFCD Cidadania e Empregabilidade, deu-se a oportunidade aos formandos de conhecerem o funciona-

mento da A2000. Iniciou-se a apresentação de toda a equipa que os vai apoiar e acompanhar durante o seu percurso pela A2000, explicou-se a Carta de Direitos e Deveres do Cliente, o Referencial do Curso com as várias UFCD's, sendo a componente tecnológica do curso o que mais cativou os formandos.

Nós, equipa A2000, desejamos um percurso na A2000 pautado por muita realização pessoal, social e profissional. Esperamos que no final cada um de vocês sinta orgulho no que conseguiu, tal como nós sentimos sempre que vos observamos e ouvimos.

Boa sorte a todos!

**Carlos Monteiro**, *Formador da A2000*



# FORMAÇÃO

## Baião - Almoço no Restaurante Primavera



Neste mês de Outubro fomos almoçar ao Restaurante Primavera em Baião. Este almoço serviu para nos proporcionar a oportunidade de aplicar os conhecimentos adquiridos nas UFCD's 0632 – Acolhimento e Encaminhamento e 3315 – Nutrição e Dietética e também para comemorar os 5 aniversários que se realizaram neste mês de outubro.

Chegados ao Restaurante, fomos gentilmente recebidos pelo jovem colaborador que logo tratou de juntar as mesas para sentar o grupo e nos deixou com a lista para escolher o almoço. De seguida, recebeu os nossos pedidos e, enquanto eram confecionados, foi-nos servido o creme de legumes. O almoço foi arroz de feijão acompanhado de bifinhos grelhados e abrótea. Todos ficamos deliciados com a refeição, o arroz estava malandrinho e saboroso, a carne e peixe grelhados estavam tenros e suculentos.

Na refeição procuramos aplicar os conhecimentos do módulo de Nutrição e Dietética, fazendo uma refeição equilibrada, tendo em conta a roda dos alimentos. Assim começamos por comer sopa antes do prato principal, porque

a sua base são os legumes e é pobre em gordura. O prato principal era composto por hidratos de carbono e a proteína da carne\peixe. A carne era bifinhos de frango, optando assim pela carne branca por ter menos gordura que a carne vermelha. Ambas as proteínas, carne e peixe, eram grelhadas, evitando os fritos que são muito ricos em gordura. Toda a refeição estava cozinhada de forma saudável, com reduzida quantidade de sal, pois o seu consumo excessivo está associado à hipertensão e, consequentemente, às doenças cardiovasculares pelo que deve ser consumido com moderação.

No domínio do Acolhimento e Encaminhamento, conseguimos analisar os aspetos comportamentais na função atendimento de clientes e verificamos que o colaborador do restaurante que nos atendeu tinha uma apresentação cuidada (farda limpa e asseada e boa apresentação pessoal), uma boa colocação da voz (tom e ritmo de voz moderados), uma postura prestável (assertividade) e o saber ouvir (praticava escuta ativa). Também a linguagem utilizada no atendimento foi apropriada, com clareza na exposição através do uso de expressões e palavras adequadas o que permitiu a fluência da comunicação entre nós.

No final, todos nós ficamos de barriga cheia com o almoço e agradados com o atendimento profissional do Restaurante Primavera. Esperamos lá voltar!!!

**Sandra Pinto**, *Formadora da A2000*  
**Formandos do Curso 2 – Auxiliar de Serviços Gerais - Baião**

## Uma etapa concluída...

Tudo começou no dia um de Setembro de 2016, uma nova etapa, uma Formação Profissional ministrada pela A2000. Que Associação é esta? Questionávamos nós... A A2000 chegou a Armamar e é uma instituição que ministra formação profissional a pessoas com incapacidade ou deficiência e visa promover a qualificação e a inserção no mercado de trabalho dessas pessoas.

Nessa nova etapa das nossas vidas existia um misto de emoções, muitos medos, muitas ansiedades, muitas inseguranças... Houve dias bons, dias menos bons, alegrias, muitas alegrias e alguns choros. Ao longo destes dois anos adquirimos muitas aprendizagens pessoais, escolares e profissionais, aprendemos a ser mais autónomos, a saber estar e a saber lidar com as adversidades da vida. Aprendemos sobretudo que somos capazes, temos capacidades, somos cidadãos com direitos e deveres, devemos respeitar os outros e ser respeitados.

Em todos os momentos fomos acompanhados por uma equipa técnica que era composta pelos elementos da direção, pela coordenadora da formação, pelas formadoras, psicóloga, assistente social, terapeuta da fala, fisioterapeuta, técnico de apoio e inserção, entre muitos outros. Estes, apoiaram-nos sempre,

estiveram lá, naquele momento que tanto precisamos.

Na Formação Prática em Contexto de Trabalho, cada um de nós foi para uma área distinta escolhida ao nosso gosto. Com esta prática adquirimos muitas competências profissionais, arranjamos novos amigos e companheiros.

Esta formação ajudou-nos e muito, pois hoje em dia estamos completamente integrados na sociedade, direcionados para o futuro e com objetivos bem definidos de forma a melhorarmos a nossa vida.

A A2000 não é apenas uma simples Associação, é aquela Associação que marca pela diferença. É uma família!

Obrigada a todos que estiveram a trabalhar connosco direta e indiretamente!

**Clientes do Curso 18 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade - Armamar**



## Curso 4 - Visita ao Centro de Formação Profissional de Vila Real

Os clientes do Curso 4 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II de Armamar deslocaram-se ao Centro de Formação Profissional do IEFP de Vila Real. Esta visita enquadrou-se na UFCD (Unidade de Formação de Curta Duração) Cidadania e Empregabilidade e teve como principais objetivos visualizar um cabeleireiro, verificar distintos tratamentos capilares, perceber a importância da apresentação pessoal e promover a autoestima dos clientes.

No cabeleireiro, os clientes foram recebidos pelo Formador e pelos respetivos formandos que se encontram a frequentar o curso de cabeleireiro (a). O Formador apresentou os seus formandos e questionou os clientes da A2000 sobre o que gostariam de mudar no seu visual. Cada um explicou as mudanças que gostava de realizar e cada formando rapidamente se disponibilizou para concretizar essa mudança nos clientes da A2000. Alguns dos clientes cortaram o cabelo, outros pintaram e também fizeram penteados.

As mudanças foram bastante interessantes, fazendo com que os clientes percebessem a importância do aspeto físico e saís-



sem bastante felizes com o seu novo aspeto/look.



Sofia Barros, Formadora da A2000

## Curso 8 - Visita ao Centro de Formação Profissional de Vila Real

No dia 4 de outubro, os clientes do Curso 8 – Auxiliar de Serviços Gerais II, de Tabuaço, tiveram a oportunidade de visitar o IEFP - Centro de Formação Profissional, situado na freguesia de Constantim (Vila Real).

Reconhecer a importância dos cuidados de apresentação e bem-estar, avaliar comportamentos, relativos à higiene e apresentação pessoal, para assim refletir hábitos diários e, proporcionar momentos de convívio e lazer, foram os objetivos da visita, enquadrados na UFCD 3517 – Cuidados Humanos Básicos – higiene e apresentação pessoal.

Iniciou-se a viagem, pelas 9h30 da manhã, com saída de Tabuaço e destino Vila Real (Constantim), onde saímos para dar continuidade a mais um dia repleto de miminhos, oferecido pela nossa A2000.

Ainda não havíamos chegado, já se ouviam vozes a planear o tratamento que gostariam de usufruir, relativamente à sua apresentação pessoal, isto porque o trajeto seria até à secção de cabeleireiro, onde no momento decorria um curso de aprendizagem.

Já à entrada do Centro de Formação, os nossos clientes fizeram questão de marcar o antes e depois do procedimento capilar e com recurso ao telemóvel, tiraram algumas fotografias para observarem as transformações.

O resultado trouxe enorme satisfação! Foram vários os *styles* apresentados, que conduziram a uma mudança de visual, dando uso ao que por norma se diz: "*Os cabelos servem como um aliado estético, na medida em que dão forma e valorizam o rosto.*"



O estilo ou arranjo dado aos cabelos, pelas alunas do Curso, que tão bem nos receberam, foi diverso. O uso do alisamento passageiro, do corte, da utilização de pentes e escovas e da aplicação de pinturas e madeixas, transformaram os nossos clientes e elevaram, de certa forma, a sua autoestima.

Este dia, certamente ficará marcado como inesquecível, dada as demonstrações de contentamento, manifestado principalmente pelas clientes do género feminino.

Foi uma manhã bem passada!

Depois de muito agrado, mas com a barriça a "*dar horas*", dado o adiantado do tempo, lá fomos almoçar à cantina do Centro de Formação. Com enorme simpatia, fomos servidos rapidamente e em convívio, almoçámos muito bem!

Chegou o momento de regressar a Tabuaço, depois de uma manhã propícia a vaidades, emoções e satisfação pessoal.

Sem dúvida... estes momentos erguem sentimentos!

**Susana Alves**, Formadora da A2000

# FORMAÇÃO

## Visita à Biblioteca Municipal da cidade da Régua

O curso 9 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II, realizou uma visita de estudo à Biblioteca Municipal da Cidade da Régua.

Esta visita está inserida nos conteúdos de formação base Linguagem e Comunicação e teve como objetivo fomentar nos formandos o gosto pela leitura, a aquisição de hábitos de leitura e participar em atividades interpessoais e de grupo respeitando as regras em diversos contextos.

Através desta visita os formandos tiveram a oportunidade de observar como é o espaço físico de uma biblioteca e como está organizado, como é efetuado o arquivo dos livros, que tipo de atividades são desenvolvidas e o que devem fazer para poderem requisitar livros. Os formandos mostraram-se muito interessados durante toda a visita e colocaram várias questões de forma a

esclarecer algumas dúvidas. Visitaram todas as secções e por fim procederam à visualização de um filme.



No que se refere à postura evidenciada pelos formandos durante a visita de estudo há que valorizar e elogiar o seu ótimo comportamento, o respeito máximo pelas regras elementares de conduta e pelas instruções que tiveram que cumprir durante a visita, o convívio saudável com a formadora num ambiente diferente do existente no dia-a-dia e um sentido de responsabilidade verdadeiramente exemplar.

*Graciana Coelho, Formadora da A2000*

## Visita à Biblioteca Municipal de Vila Real

No mês de Outubro o curso 7- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II, que está a decorrer em Vila Real no Centro de Formação Profissional, visitou a Biblioteca Municipal da cidade de Vila Real.

Esta visita foi realizada no âmbito da formação base de Linguagem e Comunicação ministrada pela formadora Graciana Coelho.

Quando chegamos à biblioteca fomos bem recebidos pelos seus funcionários e começamos por explorar as salas onde temos de permanecer em total silêncio, pois as pessoas que lá vão estão a estudar e a ver filmes e precisam de estar muito concentradas.

De seguida fomos ver o piso dedicado ao público infantil. Este espaço é um pouco mais descontraído e existem muitos livros de histórias infantis, bem como mobiliário adequado a este público.

Por fim foi-nos mostrado o arquivo onde se encontram livros com centenas de anos que estão a ser recuperados, pois o seu estado de deterioração já não permite que estes sejam consultados.

Gostei muito desta visita, pois aprendi muito e permiti-me conviver com os colegas e com a formadora, num espaço diferente e de forma mais descontraída.

**Ana Sousa**, formanda curso 7- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II - Vila Real





## Visita de estudo



No dia 11 de outubro a turma do curso 9 - Assistente Familiar de Apoio à Comunidade II, de Sta. Marta de Penaguião viajou até à cidade de Vila Real acompanhados pela formadora Graciana Coelho, com o objetivo de realizar uma visita de estudo ao Centro de Ciência Viva e ao Teatro.

Assim começamos por visitar o Centro de Ciência Viva, situado no Parque Corgo. Aqui vimos um filme em 3D sobre a fauna e a flora existentes em Trás-os-Montes e Alto Douro. De seguida, fomos ao túnel do tempo onde vimos um vídeo de animação sobre o início da vida no nosso planeta.

Depois continuamos a visita dirigindo-nos

ao comboio do Reino Encantado onde ficamos maravilhados com as paisagens da nossa região. Por fim participamos num jogo educativo interativo onde respondemos a perguntas sobre tudo o que vimos.

Às 13 horas da tarde fomos almoçar ao Shopping, para alguns de nós foi a primeira vez que fomos ao shopping e foi uma experiência única.

Na parte da tarde fomos ver um teatro musical sobre Matemática, a peça intitulava-se "Algorítmico/Música e Matemática". Foi muito interessante, pois vimos que é possível associar a música até com Matemática. Os atores convidaram-nos também a participar e acabamos por escrever uma música com números. Foi uma experiência que aconselhamos a toda a gente!

Foi um dia muito divertido onde aprendemos muitas coisas, cada um de nós à sua maneira!

**Curso 9 - Assistente Familiar de Apoio à Comunidade II - S.M.P.**



# FORMAÇÃO

## Testemunhos de FPCT



Márcia Carreira

**O**lá, eu sou a Márcia, tenho 32 anos e sou residente em Vila Chã, concelho de Vila Pouca.

A minha experiência neste curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade tem sido muito enriquecedora e desafiante pois, já tive de superar alguns obstáculos, quer em formação, quer em estágio. Mas com força de vontade lá fui resolvendo os meus problemas.

No primeiro ano tive de me adaptar à formação em sala, revivi coisas que já tinha aprendido, mas aprofundei mais os meus conhecimentos ao aprender assuntos novos.

Gostei muito desta fase não só pelo que aprendi, mas também pelo clima de amizade e boa disposição que criamos entre todos.

Na segunda fase do curso, o estágio em contexto de trabalho, passei por diferentes experiências /estágios e como estes não corresponderam às minhas expectativas de trabalho fui mudando de local de formação prática, graças à ajuda da Técnica de Acompanhamento e Inserção.

Neste momento estou a estagiar na Junta de Freguesia de Vila Pouca de Aguiar e estou a

gostar. As minhas funções são de auxiliar de limpeza, no interior e exterior do edifício. Por vezes, também faço alguns recados no exterior.

Não estranhei as tarefas, pois também estou habituada a fazer limpezas em casa.

Sinto-me bem, fui bem recebida pelas funcionárias e pelo Sr. Presidente.

Gostaria de ter uma oportunidade de integração profissional neste local, pois queria encaminhar o meu futuro para poder ser mais autónoma financeiramente e realizar alguns sonhos e necessidades do meu dia a dia.

Quero agradecer à A2000 pela oportunidade que me deram em frequentar esta formação e a todos os colaboradores que fazem parte dela e que nos apoiaram durante este tempo, ajudando-nos e orientando-nos para a vida.

Gostava também de agradecer aos locais de estágio onde já passei, agradecendo a forma como me receberam e que me permitiram aprender e crescer.

**Márcia Sofia Carreira, Formanda da A2000**



(Continua na página seguinte)

**(Continuação)**

**S**ou a Filipa Santos e estou no Curso 18 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, em Armamar.

No início do mês de Outubro de 2017 comecei a realizar FPCT na Associação de Solidariedade Social e Recreativa de São Cosmado. Faço diversas tarefas, todas ligadas aos idosos. Auxilio todas as colegas a fazer a higiene pessoal dos idosos dependentes e semidependentes. De seguida começo na organização dos quartos, fazendo camas e limpezas. Depois vou buscar o pequeno-almoço para os idosos acamados/ dependentes e dou-lho. No final de todas estas tarefas levo toda a roupa suja à lavandaria e despejo os lixos.



Filipa Santos

Filipa Santos, *Formanda da A2000*



Argentina Costa

**O**lá! Sou a Argentina Costa, sou da Folgosa do Douro e estou a frequentar o Curso Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade na A2000 em Armamar.

Estou a realizar FPCT na Universidade Sénior (USA) na Câmara Municipal de Armamar e no dia-a-dia faço limpezas nas várias salas que são utilizadas pelos alunos da USA. Para além disso, também costumo fazer alguns recados sempre que me pedem.

Argentina Costa, *Formanda da A2000*

**S**ou a Carla Grade e estou a realizar FPCT (Formação Prática em Contexto de Trabalho) no Restaurante Mira o Douro em Armamar desde o dia dois de Outubro de 2017. No Restaurante faço vários serviços, preparo os alimentos para os confeccionar, por vezes ajudo na confeção das refeições e faço limpezas no estabelecimento sempre que necessário.

Carla Grade, *Formanda da A2000*



Carla Grade

# FORMAÇÃO

# FORMAÇÃO CONTÍNUA

PO ISE - TIPOLOGIA DE OPERAÇÃO 3.01 -  
QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E INCAPACIDADE

ÁREAS DE FORMAÇÃO:

## 1. Promoção da Empregabilidade - 400h

A DECORRER, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

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



Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## CIDADANIA

### EM AÇÃO

#### Mondim de Basto

##### Objetivo:

- ⇒ Mobilizar a comunidade para a inclusão das pessoas com necessidades especiais.

##### Ações:

- ⇒ Levantamento das dificuldades dos cidadãos com necessidades especiais (crianças, jovens, adultos);
- ⇒ Identificação dos constrangimentos à inclusão na comunidade (através de inquérito à comunidade);
- ⇒ Execução de atividades promotoras de inclusão de pessoas com necessidades especiais isoladas;
- ⇒ Palestras de sensibilização e esclarecimento
- ⇒ Seminário de apresentação dos resultados do projeto.

*Incluir não é mudar a pessoa com necessidades especiais, é mudar o meio envolvente de modo a criar-lhe condições e oportunidades para uma plena participação.*

Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2018



**INR** instituto nacional para a  
**reabilitação**

Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

## Continuar por Terras de Basto!!

**A** dois meses do término do Projeto “Cidadania em Ação”, a A2000 continua a avançar por terras de Basto, trabalhando afincadamente para o alcance do seu objetivo primordial: mobilizar a comunidade para a plena inclusão de pessoas com deficiência ou incapacidade (PCDI).

À semelhança do mês anterior, permanecemos focados no tratamento dos dados provenientes dos inquéritos públicos efetuados aos cidadãos residentes neste concelho, por forma, a recolher informação sobre os contextos sociais em que as PCDI estão inseridas.

Paralelamente e já com alguns resultados evidenciados pelos questionários, vamos esboçando o programa do seminário final, selecionando os temas mais oportunos a esta problemática. Acreditamos que os resultados deste seminário serão estimulantes e pertinentes, contribuindo de alguma forma, para um envolvimento e mobilização da comunidade nos processos de inclusão.

Tal qual um filme, o caminho da inclusão apresenta os protagonistas e os antagonistas, ambos participantes da mesma história, com uma grande diferença, neste filme não há plateia. Se a sociedade assumir um papel passivo nesta caminhada inclusiva isso significa que ela colabora com os antagonistas.

As pessoas com deficiência conseguirão protagonizar um final feliz, em Mondim de Basto, se cada um dos Mondinenses, direta ou indiretamente contribuírem para isso.

Por último, agradeço a colaboração, disponibilidade e envolvimento de algumas Associa-



FISGAS DE ERMELO-Mondim de Basto

ções locais (diretores técnicos, colaboradores e Órgãos da Direção), Agrupamento de Escolas de Mondim de Basto (na pessoa da sua Diretora) e aos Srs. Presidentes de Juntas de Freguesia, o meu MUITO OBRIGADO!

Não podemos esquecer que este “filme” da inclusão social é da responsabilidade de cada um e de todos coletivamente!!

**Patrícia Maçãs, Psicóloga**

# GAPRIC

## DOURO SUL

### GAPRIC - Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunida-

#### Objetivo:

- ⇒ Integração social de adultos com deficiência ou incapacidade, em risco de exclusão social, dos concelhos de:

**Armamar e Tabuaço**

#### O GAPRIC - Douro Sul pretende:

- ⇒ Desenvolver as competências pessoais e relacionais;
- ⇒ Apoiar na construção de um percurso pessoal mais participativo e autónomo na comunidade;
- ⇒ Promover a realização de atividades que valorizem o contributo de cada um;
- ⇒ Realizar atividades integradoras e promotoras da solidariedade na comunidade.



### INSCRIÇÕES ABERTAS

#### Informações/ Inscrições:

- Sede da A2000
- [www.a2000.pt](http://www.a2000.pt)

O GAPRIC - Douro Sul, é um serviço gratuito e promove:

- Competências pessoais e sociais
- Integração ocupacional e social
- Envolvimento da comunidade nos processos de inclusão

Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2018



**INR** instituto nacional para a  
**reabilitação**

Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

*Inclusão:  
Construindo pontes*

GAPRIC - DOURO SUL

## GAPRIC - Douro Sul

**O**utubro! Um mês em que as atividades continuam a todo o vapor nos concelhos de Armamar e Tabuaço. Este, foi um mês pautado por muito trabalho e com algumas datas comemorativas que não podiam ficar no esquecimento.

No Concelho de Armamar comemorámos o Dia do Pão e da Alimentação de uma forma muito especial e divertida, uma vez que foi possível tornarmo-nos pasteleiros por um dia. Esta atividade foi proporcionada graças à gentileza do Sr. Lourenço, que tem sob a sua gerência a Pastelaria Fundação, com fabrico próprio, e que nos autorizou a visita às suas instalações.

Chegados ao local, já apetrechados com os chapéus de pasteleiro que elaborámos em sala, qual a nossa alegria quando nos informam que, além de observar a zona de pastelaria, também poderíamos participar na confeção das próprias bôlas. Desde a massa até ao recheio, foi uma divertida experiência que levamos para a vida. No final, além das bôlas que cada um confeccionou, foi-nos oferecido também um bolo alusivo ao nosso projeto, o GAPRIC-Douro Sul. Aqui fica o nosso grande agradecimento ao Sr. Lourenço por toda a simpatia e disponibilidade, bem como a todos os funcionários que nos dedicaram um pouco do seu tempo e que partilharam connosco estes momentos.

Já por terras de Tabuaço, este mês ficou marcado por uma nova atividade que muito nos fez felizes: o início das aulas de hidroginástica

nas Piscinas Cobertas Municipais. Aqui, com a orientação do Professor Paulo, podemos explorar um pouco mais o meio aquático, assim como as nossas aptidões e desenvolver algumas técnicas de nado. Este é um período de trabalho, mas também de muita diversão que nos permite desenvolver as mais variadas competências, desde a atenção à motricidade, passando pela autonomia, relaxamento, fortalecimento muscular, entre muitas outras. Esta oportunidade deve-se à dedicação e empenho deste município que tão prontamente nos apoia no desenvolvimento deste projeto e que zela pelo bem-estar de quantos dele fazem parte. Um bem-haja!

O final deste mês de outubro foi assinalado pela comemoração da Festa do Cinema e, como tal, não poderíamos deixar de festejar nos dois Concelhos e realizar a nossa sessão privada com direito a pipocas. Após a escolha de um filme de interesse comum e da confeção das próprias pipocas, eis que se apagam as luzes e por algum tempo todos entramos numa nova história, onde a ficção se torna realidade e as suas personagens se tornam parte do mesmo mundo. No nosso mundo, todos vivemos uma história e cabe-nos a nós construir o episódio seguinte, escolher o elenco e potenciar o que de melhor temos para partilhar de modo a que no fim possamos dizer: "E viveram felizes para sempre"!

**Clientes do GAPRIC - Douro Sul**





## GABINETE PSICOSSOCIAL (GPS)

Com 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, procura responder às necessidades reveladas pela comunidade, neste momento promove Espaços de Convívio para idosos autónomos e apoia pessoas com deficiência grave.

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 Lobjigos (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.

SERVIÇO

AÇÕES DIRIGIDAS À FAMÍLIA NA SUA TOTALIDADE

AÇÕES DIRIGIDAS A PRÉ-IDOSOS E IDOSOS

AÇÕES DE APOIO À COMUNIDADE EM GERAL



## Preparando as festividades

**E**ste ano tem passado a correr e com a vontade e alegria dos nossos idosos, as sessões cada vez parecem mais curtas.

Como sempre temos feitos as mais variadas atividades e os nossos idosos mostram-se sempre recetivos à variedade.

Neste mês, realizámos uma atividade que já não realizávamos há muito tempo, que foi a análise de vídeos. Analisámos vídeos de magia, com lições de moral e de atenção. Temos que dizer que foi muito bom testar a perspicácia dos nossos clientes.

Fizemos também as nossas habituais sessões de TIC, Arraiolos e Atividade Física.

Para finalizar o nosso mês, e porque estamos a aproximar-nos da quadra festiva mais esperada, os nossos idosos já começaram a pesquisar decorações para o Natal na internet, bem como teatros para apresentar.

Vamos agora para o penúltimo mês do ano, mas já está tudo a pensar no Natal, e queremos fazer desta, uma quadra memorável.

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



## Um mês sem fronteiras ...

**P**or Santa Marta de Penaguião este mês foi muito importante e ativo para nós, pois fizemos muitas atividades incríveis com os nossos técnicos.

Durante este mês tivemos muitas sessões de informática e de atividade física. Finalmente reabriram as Piscinas Municipais de Santa Marta de Penaguião e com isso regressaram as nossas aulas de hidroterapia que são muito boas para nós.

Mas foi no fim do mês que andámos mais atarefados e que mostrámos o nosso verdadeiro valor. No dia 23 de outubro, a convite da Santa Casa da Misericórdia de Baião, participámos nos XIX Jogos Sem Fronteiras. Este foi o nosso dia mais emotivo do mês. De manhã realizou-se a parte competitiva com desportos aquáticos nas Piscinas Municipais de Baião. De seguida, fomos almoçar à Casa da Juventude de Chavães - Baião, e fizemos atividades de socialização com clientes de outras instituições. Regressámos a casa após o lanche. Foi, sem dúvida, um dia para mais tarde recordar.

No dia 24 de outubro, ainda a recuperar das nossas atividades em Baião, fomos de manhã ao Festival do Cinema, no Nosso Shopping em Vila Real. Assistimos ao filme "Small Foot: Uma Aventura Gelada". Gostámos muito de assistir a este filme de animação e comer pipocas.

No entanto, todo este mês foi a correr, e nós esmerámo-nos nas decorações do Halloween. Fizemos umas máscaras muito assustadoras e uma decoração para a nossa sala de trabalho. Para finalizar este mês de loucos, tivemos o nosso merecido lanche de Halloween com toda a comunidade A2000.



Vamos agora aproveitar este balanço de bom trabalho e começar a preparar as quadras festivas que nós mais gostamos no ano.



(Continua na página seguinte)

(Continuação)

**P**or **Mesão Frio** o frio chegou, mas nós continuamos a fazer atividades ao ar livre para aproveitar o lindo sol de outono. Em grupo fomos visitar o miradouro de S. Silvestre e aproveitámos o bom tempo para apanhar folhas de diversas formas e cores, foi o máximo.



A mãe de uma colega nossa fez anos e em conjunto realizamos um postal de aniversário.

Fizemos exercícios de mobilidade global e coordenação motora. Apesar de sabermos que estas atividades nos fazem bem à saúde, são aquelas que menos gostamos porque nos obriga a estar muito concentrados e coordenados. Para acabar a atividade bem-dispostos, escolhemos fazer dois jogos com bola, que era muito pequenina. Um dos jogos foi imitar o bowling e o outro foi um jogo livre com passes de bola entre nós. Foi muito divertido.

Realizámos outra atividade que gostámos muito, que foi comemorar a Festa do Cinema, e fomos ver o filme "Smallfoot - Uma aventura gelada", onde aproveitamos para comer pipocas.



E não foi tudo, ainda fizemos umas sopas de letras, uma atividade que gostamos muito. Assim terminámos o nosso querido mês de outubro com uma grande variedade de atividades e experiências.



Técnicos e Clientes do CAARPD

# CAARPD

## INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA (IPI)

**A** Intervenção Precoce na Infância consiste num conjunto de medidas de apoio integrado 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.



## Beijar os avós

**D**esta vez, para este pequeno espaço, trago um tema que, foi muito debatido nas redes sociais e, tem sido alvo de muitas questões por parte de alguns pais que acompanho, no âmbito da Intervenção Precoce, cujos filhos são muito tímidos e não gostam de beijos: “dar ou não beijinho à avó/ avô” e até que ponto se deve ou não “obrigar” a criança a fazê-lo.

É um tema alvo de muitas opiniões, uns defendem, outros condenam... cada um terá, certamente, a sua opinião e as suas razões, por isso, não vou contestar nem apoiar nenhuma das considerações, vou apenas abordar a questão enquanto psicóloga, não deixando completamente de lado o sentimento relativamente à questão.

Assim, há dois pontos em que nos devemos focar: em primeiro lugar, a razão pela qual a criança não quer dar um beijo; em segundo lugar, e num patamar muito mais sentimental, vem a importância dos avós na vida da criança, pois falarmos em beijar os avós e não em beijar outra pessoa com quem não se tem grande afinidade, o que é bastante diferente.

Vamos pensar, então, na nossa primeira questão: Porque é que a criança não quer cumprimentar ou dar um beijo? Devemos, analisar qual a razão que está implícita nesse comportamento:

1. Porque está a fazer uma birra;
  2. Porque está rabugenta (pode estar com sono, doente,...);
  3. Porque está contrariada com os pais, por qualquer razão, e está a fazer o oposto daquilo que lhe estão a dizer para fazer;
  4. Porque vê aquelas pessoas poucas vezes e poderá não as identificar como próximas;
  5. Porque na vez anterior em que estiveram juntos, lhe disseram ou fizeram algo que ela não gostou;
  6. Porque não gosta de beijos e que o apertem (porque sabemos que muitas pessoas mostram o seu afeto através de abraços apertados e muitos beijos seguidos);
- ... haverá ainda, outras razões que mesmo sendo menos comuns podem influenciar o comportamento de uma criança. Como tal, cabe aos pais, em pri-

meira instância, perceber qual a razão implícita naquele momento para que possam responder da forma mais adequada possível à situação presente e até, sempre que possível, antever essas situações. Por exemplo, se a criança vê poucas vezes os avós, os pais podem, previamente, conversar com a criança sobre as pessoas que vão visitar e dizer-lhes qual o comportamento que devem adotar, para que esta não veja o beijo como uma obrigação mas sim como um cumprimento.

Pensando agora na segunda questão, ou seja, na importância que um avô ou avó tem na vida de uma criança, quero fazer-vos refletir um pouco acerca dessas pessoas. Mas afinal, quem são os avós? São simplesmente, os pais dos pais, os pilares de toda uma vida, aqueles que, durante anos, têm vindo a mimar e a proteger, a educar e a acompanhar os filhos, que neste momento são pais e têm uma criança que é adorada por eles, sem qualquer limite.

Os avós, para além de tudo o que fazem como pais, fazem tudo e muito mais pelos netos. Voltam a ser crianças e a relembrar, com amor, o tempo em que os filhos eram pequenos. Dão amor incondicional, não esperando nada em troca... mas derretem-se quando veem um sorriso, ou levam um beijinho e um abraço.

Então, será que perante isto, não se deve insistir para a criança beijar os avós? Dar beijinho a alguém tão importante é o mínimo que se pode fazer para retribuir um pouco do amor que se recebe.

Mas claro que não considero pertinente obrigar uma criança ou fazer chantagem com ela, mas sim chamá-la à atenção, insistindo e até tentando persuadi-la a fazê-lo, para que perceba que não só é uma questão de respeito e educação, mas acima de tudo um ato de amor e carinho.

E, obviamente que cada um deve fazer o que acha melhor, até porque para se ser educado ou simpático basta dizer apenas um “olá”, não é necessário que o beijinho o acompanhe, mas isso, depende da educação e da personalidade de cada um.

**Joelma Sequeira Monteiro, Psicóloga**

# i9auto<sup>®</sup> automóveis

**N**o mês de novembro um dos doadores da A2000 é o stand “i9auto-automóveis”.

O stand **i9auto-automóveis** é uma das entidades financiadoras da A2000, tendo vários protocolos celebrados no âmbito da inclusão socio-profissional de públicos desfavorecidos, pelo que cumpre o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

**i9auto-automóveis** é a marca de uma empresa que se dedica ao comércio de automóveis

seminovos e usados, com mais de duas décadas de experiência no setor.

Num amplo espaço com exposição permanente de mais de 45 viaturas, devidamente recondicionadas de forma a serem vendidas com a máxima confiança.

Esta empresa aceita todo o tipo de viaturas como retoma, facilitando o pagamento. Temos soluções em CRÉDITO AUTÓMÓVEL, com ou sem entrada inicial, com prazos até 120 meses e taxa fixa.



## GARANTIA

Confiança, qualidade e prestígio são uma prioridade



## O stand **i9auto-automóveis**

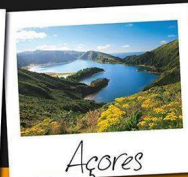
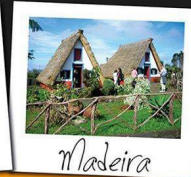
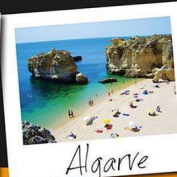
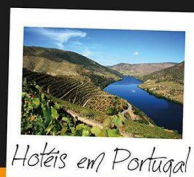
na compra do seu automóvel

**oferece-lhe** umas

fantásticas férias de 5 dias/4 noites, a vários destinos de Portugal à escolha: norte e centro (até 2 pessoas), Algarve (até 6 pessoas), Madeira e Açores (até 4 pessoas).



**i9auto**  
automóveis



## OFERTA FÉRIAS




NA COMPRA DE UMA VIATURA  
[www.i9auto.com](http://www.i9auto.com)


GANHE 5 DIAS DE NORTE A SUL DO PAÍS E ILHAS EM QUALQUER ÉPOCA DO ANO!

[www.i9auto.com](http://www.i9auto.com)


Visite o stand **i9auto-automóveis** de **Segunda a Sábado** das **9h00 às 19h00** (encerrado para almoço das 13h00 às 14h00) e **Domingos** das **14h30 às 18h00**.

 [facebook.com/i9auto-automóveis/](https://facebook.com/i9auto-automoveis/)

 [instagram.com/i9auto/](https://instagram.com/i9auto/)

 Telefone: **259 331 027**

 Email: [geral.i9auto@sapo.pt](mailto:geral.i9auto@sapo.pt)

 Morada: **Recta do Aeródromo,  
Zona Industrial de Constantim  
5000-082 Constantim - Vila Real**



# DOADOR DO MÊS

## FINANCIAMENTO AUTOMÓVEL

Temos a melhor parceria para o financiamento da sua viatura. Apostamos no mais baixo preço, na simplicidade, clareza e seriedade, mas também na rapidez de decisão. Consulte o nosso especialista em FINANCIAMENTO AUTOMÓVEL.

**"FAZEMOS  
QUESTÃO DE  
ACOMPANHAR O  
CLIENTE ATÉ NO  
MOMENTO  
PÓS-GARANTIA"**



## i9auto-automóveis apoia os desportos!



DOADOR DO MÊS



## *Predivimeã*

EMPREENDEIMENTOS IMOBILIÁRIOS, LDA.

No mês de novembro um dos doadores da A2000 é a Predivimeã Empreendimentos Imobiliários, LDA

A Predivimeã Empreendimentos Imobiliários, LDA é uma empresa que tem como finalidade a indústria de construção civil, obras públicas e compra e venda de imóveis. Esta empresa tem a sua sede na Rua Nossa Senhora de Fátima em Vila Meã que pertence ao concelho de Amarante.

Trata-se de uma empresa familiar, fundada em Setembro do ano de 2003. A empresa é dirigida pelo Senhor Joaquim Teixeira, também residente em Vila Meã.

Sempre dedicado às causas solidárias o Senhor Joaquim Teixeira não fica indiferente quando se trata de apoiar uma causa



nobre. Neste âmbito a A2000 tornou-se uma das entidades que o Senhor Joaquim Teixeira decidiu apoiar, uma vez que se trata de uma entidade que ajuda as pessoas mais desfavorecidas. Assim o senhor Joaquim Teixeira espera que este seu contributo ajude "na continuidade do excelente trabalho realizado pela A2000".

## CONTACTOS



Bouça da Pousada - Real  
4605 Vila Meã

Tel.: 255 734 736  
Fax: 255 734 083

DOADOR DO MÊS

# DOADORES

