

**ASSOCIAÇÃO 2000**  
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Doadores do mês



# Viver e Aprender

Newsletter mensal | Edição 136 - Ano 18 | fevereiro 2019

**Integrações Profissionais**

**Supermercado da Eiriz** (pág.4)

Carla Soares



**GAPRIC - Douro Sul** (pág. 20-21)

Gabinete de Apoio a Programas Includidos na Comunidade

APOIOS



**A minha história de vida** (pág. 9-10)



Daniel Pinto

**FORMEM**

**Auditoria Interna** (pág. 6)

Projeto: Equipa de Auditores Internos



Apoios



# 02 EMPRESAS SOLIDÁRIAS



ALVARÁ N.º 61808  
**HABI PENAGUIÃO**  
CONSTRUÇÕES, LDA.  
Construções de Qualidade, Cimentam Laços de Confiança



[www.habipenaguião.pt](http://www.habipenaguião.pt)

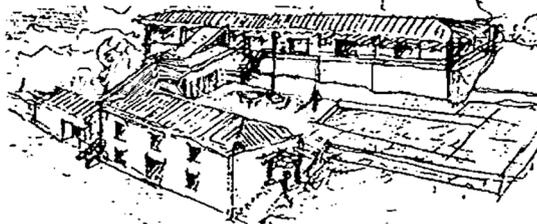
Lugar do Ribeiro, nº 207  
5030-461 Santa Marta de  
Penaguião

Tel: 254 828221  
Fax: 254 828211 |  
[habipenaguiao@gmail.com](mailto:habipenaguiao@gmail.com)



**café Chiquinho**  
Godim - Peso da Régua

Quinta Senhora da Graça



VINHOS & TURISMO RURAL - DOURO PORTUGAL  
S. João de Lobrigos, 5030-429 Sta. Marta de Penaguião  
Tel. 254811609 | Tlm. 916651639  
E-mail: [quintasenhoradagraca@live.com.pt](mailto:quintasenhoradagraca@live.com.pt)



Rua António Almeida, Bº Bombeiros BL4 R/C  
5050-230 Peso da Régua | 254 321 563



**AUTO NUNES**

António Nunes Bertelo

MECÂNICA GERAL

Reta do Aeródromo,  
Zona Industrial,  
Constantim  
5000-082  
Vila Real

\* 963 612 819

**Vagaroso**  
Seguros  
sociedade de Mediação de  
seguros e Promoção Bancária

Av. de Ovar | Ed. Santa Rita II | R/C  
5050-223 Peso da Régua  
Telf: 254 318 374 | Telm: 967 658 719  
[vagarososeguros@hotmail.com](mailto:vagarososeguros@hotmail.com)



**FREITAS**  
CASH & CARRY

Z. INDUSTRIAL VÁRZEA DE ABRUNHAIS |  
| LAMEGO | 254 697 110



**Don Peppo**  
PIZZARIA E RESTAURANTE  
RUA MARQUÊS DE POMBAL  
TELEF: 254 401 278  
[WWW.FACEBOOK.PIZZARIADONPEPPO](http://WWW.FACEBOOK.PIZZARIADONPEPPO)



REPRESENTAÇÃO  
**NASCARFER**  
Carlos Fernando Gomes Ferreira do Nascimento  
RUA CONSELHEIRO LOBATO Nº 394  
TEL/ FAX 253269255  
E-MAIL: [nascarfer@gmail.com](mailto:nascarfer@gmail.com)  
4705 - 089 Braga

**Livraria**  
**TECLIBER**  
Servimos a Cultura  
R. do Columela, 9-11 Telf. 254 611 220/1  
Apartado 191 Fax 254 611 222  
5100-131 LAMEGO [livrariatecliber@mail.pt](mailto:livrariatecliber@mail.pt)

## A angariação de fundos no quotidiano da A2000!

**H**oje em dia, numa organização como a A2000, a velocidade e a exigência da tomada de decisões ao nível da gestão financeira não pode estar alheada de práticas de autofinanciamento, sob pena de se contribuir para a limitação do crescimento, da diversificação da atividade e até da melhoria contínua dos serviços.

A história da A2000 e a sua capacidade de enfrentar as dificuldades quotidianas tem-nos mostrado que os resultados líquidos positivos estão assegurados não só pela gestão transparente e rigorosa dos dinheiros públicos que nos são disponibilizados, mas também por uma estratégia bem estruturada e organizada em torno duma prática de angariação de fundos.

Ora, esta estratégia assenta na partilha premiada, quer das responsabilidades quer do esforço individual de todos os colaboradores, conjugando-se em torno dos objetivos individuais de cada um e das metas da A2000. Para isso, tem-se revelado determinante o alinhamento de toda a organização para um nível de resposta capaz de resolver os desafios mais difíceis do quotidiano e projetar precocemente o seu desenvolvimento futuro, antecipando as necessidades e as competentes soluções à medida.

Esta competência de angariação de fundos tão entranhada, materializada em prática constante e regular, permite à A2000 posicionar-se na liderança local e distrital e bater-se por uma posição no "top five" nacional. Mas, mais importante que as lideranças, esta prática contribui clara e inequivocamente para a sustentabilidade financeira da A2000 e para o desenvolvimento do seu sistema de gestão de qualidade, assente nas certificações EQUASS e na Norma ISO9001:2015., revelando-se também como elo facilitador de interações mais próximas entre as partes interessadas,

com especial importância para a comunidade e todos os seus membros, particulares e empresas.

Este esforço coletivo da A2000, facilmente sustentado pela soma dos esforços de cada um (dirigentes, colaboradores, sócios e amigos) viabiliza o alcance das operações a mais utilizadores dos serviços, servindo melhor as comunidades envolvidas e legitimando a existência da A2000 e da sua performance, capaz de potenciar mudanças que influenciam para um registo comunitário mais inclusivo.

É nesta senda que, com facilidade, dizemos que os dirigentes, colaboradores, sócios e amigos da A2000 não vestem apenas camisola, mas sim a farda completa, interagindo e coreografando para um bem comum! Todos eles têm objetivos de angariação de fundos que são autênticos desafios à normalidade. É por isso e por causa disso que o slogan da nossa farda é "somos (os) maiores!"

Não obstante já o ter dito no editorial anterior, volto a recordar-vos que sinto um enorme orgulho e uma honra ainda maior de pertencer a esta equipa incrível que todos os dias labuta com muita coragem na A2000 para que os seus projetos em prol das pessoas, que por muitos motivos acumulam uma série de fragilidades, disponham dos meios e da motivação suficientes para enfrentarem as vidas menos confortáveis a que o mundo, por vezes, as obriga!

Por tudo o que disse, acrescento que **"o sucesso nunca é definitivo, nem o fracasso é fatal! É a coragem para continuar que conta..."** Continuemos então nesta missão de tornar a A2000 ainda maior na coragem para ser diferente, sem descurar as causas que realizam a inclusão e um mundo mais humano e positivo.

António Ribeiro, *Presidente da Direção*

## ÍNDICE

3  
Editorial

4  
Destaque

5  
CRIP

6  
Notícias

7  
Formação Inicial

19  
Formação Contínua

20  
Projetos INR - GAPRIC - Douro Sul

22  
Gabinete Psicossocial

24  
CAARPD

27  
Intervenção Precoce na Infância

29  
Donativos



**A** Carla Soares, tem 33 anos, reside no Gove, uma freguesia do concelho de Baião. A Carla integrou em abril de 2016 o Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade em Baião. Desde que iniciou a formação que se mostrou sempre dedicada e empenhada ao longo de todo o percurso formativo. Na formação em sala, a Carla sempre estabeleceu uma boa relação com todos os colegas de curso e com os formadores. Iniciou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) em junho de 2017 no Supermercado de Eiriz, de José Manuel Sousa Pinto da Costa, e terminou em junho de 2018. Ao longo da FPCT, a Carla sempre demonstrou empenho, disponibilidade e vontade de aprender todas as tarefas inerentes ao supermercado. Nesta entidade, desenvolveu tarefas relacionadas com a higienização de espaços, reposição, armazenagem e conservação dos produtos e atendimento aos clientes, estabelecendo uma excelente relação de amizade e de trabalho com todas os colaboradores do estabelecimento. Neste sentido, o proprietário decidiu integrar a formanda através da Medida de Apoio do IEFP - Estágio Inserção.

## Integrações Profissionais

Entidade: **Supermercado de Eiriz**

Atividade: **Atividade Comercial**

Concelho: **Baião**

De acordo com as palavras da entidade, "A Carla está sempre disponível, é calma, organizada e ao seu ritmo tenta fazer as tarefas com perfeição..." Segundo a Carla, esta integração vai permitir-lhe uma vida mais estável a nível económico e a sua autoestima está mais reforçada. "É a primeira vez que vou fazer descontos para a Segurança Social. Estou muito feliz e sinto-me muito bem. Vou poder ajudar mais o meu filho, pois posso mais facilmente dar-lhe o que ele precisa e gosto muito das pessoas com quem trabalho e das tarefas que faço (...) quando iniciei a formação estava com medo, porque não sabia como iria correr, mas com o passar do tempo e com o apoio das formadoras vi que foi a melhor coisa que me aconteceu nos últimos anos, porque estava desempregada, sem perspectivas, em casa, e esta formação trouxe-me a possibilidade de arranjar um trabalho. Agradeço à A2000 pela oportunidade, por tudo o que aprendi, pelo carinho demonstrado ao longo da formação (...) e por terem acreditado em mim. Agora sinto-me mais preparada para enfrentar a vida e os problemas, pois sei que se precisar., a A2000 estará disponível para me ajudar. Encontrei amigos para a vida!"

Obrigado a todos!

**Goreti Alexandre**

*Técnica de Acompanhamento e inserção*

## CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO PROFISSIONAL

### AÇÕES:

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

**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.

INSCRIÇÕES  
ABERTAS

# SERVIÇO



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

**PORTUGAL**  
**2020**



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## Auditoria Interna

No dia 15 de fevereiro de 2019 a A2000 esteve em Auditoria Interna, no âmbito do projeto de Auditores Internos da FORMEM (Federação Portuguesa de Centros de Formação Profissional e Emprego de Pessoas com Deficiência).

No âmbito daquele projeto da FORMEM foi promovida uma bolsa de auditores internos (com formação certificada) para proceder a auditorias internas entre diferentes organizações, com incidência nos princípios da Norma EQUASS 2018 (European Quality in Social Services). Neste sentido, mediante as necessidades de cada organização, são realizadas auditorias internas por organizações similares, de forma a verificar o cumprimento dos indicadores da Norma.

Assim, tendo em conta que a A2000 fará a renovação da Certificação da Qualidade dos Serviços Sociais (EQUASS Assurance – nível 1), sistema de garantia e controlo da qualidade que permite à A2000 o reconhecimento a nível europeu e através do qual atesta a qualidade dos seus serviços junto de clientes e partes interessadas, solicitou à FORMEM auditoria interna, no sentido de

verificar o cumprimento dos requisitos da Norma. Esta foi realizada no dia 15 de fevereiro/2019, pela auditora coordenadora Dra. Virgínia Fernandes (CerciGui) e a auditora Dra. Paula Sousa Franqueira (APACI).

Esta auditoria interna foi pautada por um elevado profissionalismo por parte das auditoras, aferindo a conformidade do desempenho da organização com os requisitos fundamentais do EQUASS e avaliando a operacionalização do sistema de gestão da qualidade. Foram propostas algumas melhorias que serão colocadas em prática no decurso do ano, fundamentais para a melhoria contínua dos serviços da A2000.

De salientar que esta metodologia de permuta de auditores internos entre organizações congéneres é uma mais valia, não só pela economia de recursos financeiros, mas principalmente porque permite uma visão externa à dinâmica organizacional, introduzindo melhorias significativas às diferentes abordagens utilizadas.

**Ana Antunes**

*Psicóloga 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 II - 2900 horas

A DECORRER, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

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

INSCRIÇÕES  
ABERTAS

Informações/ Inscrições:

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

Cofinanciado por:



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



UNIÃO EUROPEIA  
Fundo Social Europeu

## A minha história de vida



**O**lá, o meu nome é Daniel Fernando Cardoso Pinto, tenho 30 anos e vivo em Ancede no concelho de Baião

com a minha mãe e somos 3 irmãos. Neste momento, frequento o Curso de Auxiliar de Serviços Gerais II em Baião e decidi partilhar com vocês a minha história de vida.

A minha infância foi passada em Areias Altas, uma localidade próxima da estação de comboios de Mosteiró. Era um meio pequeno, tinha poucas casas, mas muitas árvores de fruto e eu adorava subir as árvores para colher as frutas. Sempre fui um rapaz calmo e brincava sozinho por ser o mais velho, mas gostava das minhas aventuras.

Na minha juventude, passei a ter mais responsabilidade, fiz novos amigos na escola e em casa ajudava a tratar dos animais e a tomar conta dos meus irmãos mais novos.

O meu pai era pescador, pescava com redes no Rio Douro e, com ele, adquiri vários conhecimentos sobre a pesca. Ele também me ensinou que, se quisesse alguma coisa na vida, tinha de lutar por ela. Entretanto, mudei de residência e fui viver para Ancede onde concluí o 5.º ano de escolaridade.

Em Ancede ganhei gosto pelo Atletismo, porque tinha alguns amigos que praticavam essa modalidade numa associação local. Durante cerca de seis anos, participei em diversas provas de

Atletismo na região norte do país, onde consegui ganhar vários troféus coletivos e individuais.



Sempre tive vontade de conquistar a minha independência e, após ter ficado retido no sexto ano, decidi sair da escola e começar a trabalhar. Tive várias experiências profissionais: ajudante de pichelaria, ajudante de cozinha e, mais tarde, servente na construção civil.

Com dezoito anos, decidi emigrar para Espanha e lá fui trabalhar na construção civil. Estive durante seis anos nesse país. Percorri várias cidades em trabalho e vinha a Portugal, aos fins-de-semana, com alguma frequência.

Aos 21 anos tirei a carta de condução e foi algo que me realizou pessoalmente e que me ajuda nas minhas deslocações diárias.

Tudo corria bem na minha vida, até me surgir um problema de saúde. Tinha 23 anos de idade, estava em Espanha a trabalhar quando senti falta de força numa perna e comecei a mancar. Um dos primeiros sintomas foram o formigueiro no pé e perna direitos, a parte que ficou mais afetada... Depois vieram ataques de ansiedade, fadiga muscular, falta de sono e os espasmos musculares. Após várias idas ao médico e vários exames, foi-me diagnosticada Esclerose Múltipla. Para quem não sabe...

**(Continua na página seguinte)**

# FORMAÇÃO

(Continuação)



... A Esclerose Múltipla ou nome científico (EM) é uma doença neurológica, crónica e auto-imune, ou seja, as células de defesa do organismo atacam o próprio sistema nervoso central, provocando lesões cerebrais e medulares. Embora a causa da doença ainda seja desconhecida,

a EM tem sido foco de muitos estudos no mundo todo, que têm possibilitado uma constante e significativa evolução na qualidade de vida dos pacientes. Os pacientes são geralmente jovens, em especial mulheres de 20 a 40 anos. A Esclerose Múltipla não tem cura e pode-se manifestar por diversos sintomas, como por exemplo: fadiga intensa, depressão, fraqueza muscular, alteração do equilíbrio da coordenação motora, dores articulares e disfunção intestinal e da bexiga  
(Texto adaptado do site [www.esclerosemultipla.info](http://www.esclerosemultipla.info)).

A doença obrigou-me a deixar de trabalhar, abandonar a Espanha e regressar para Portugal para viver com os meus pais. Foi-me atribuída uma incapacidade de 70% e, como não podia trabalhar e também não queria ficar parado, comecei a frequentar cursos de formação. Através deles completei o ensino secundário. Durante este tempo fui cuidador do meu pai. Que se encontrava dependente, prestando-lhe cuidados de higiene pessoal, alimentação e mobilidade, medicação e acompanhamento ao médico/exames. Em 2016 presenciei a morte do meu pai, foi um dia muito triste e nunca irei esquecer. Em casa passei a ser eu e a minha mãe porque os meus irmãos vivem fora. Um está emigrado e o outro vive com a namorada.

Para completar o vazio que vivia de tantas perdas, decidi dedicar-me a descobrir e fazer trabalhos manuais usando pedra e madeira.

Hoje, sinto-me estável com a minha doença, feliz com a vida que levo e entusiasmado com a formação que frequento na A2000 porque me sinto



compreendido e apoiado. Pela primeira vez, tenho esperança num futuro mais risonho e quem sabe conseguir ficar integrado a trabalhar.

Para concluir, deixo-vos com um dos meus escritos...

*Alvorada da calma, palavras singelas que me congelam a alma...*

*Na balança vejo a diferença do pesado para o leve... Eu devo tanto ao destino, mas quanto é que ele me deve?*

*Paro e, por segundos, viajo sem sair do sítio, entre lágrimas e sorrisos, sinto-me no paraíso...*

*Um paraíso onde posso sentir o cheiro da noite e nela viver o medo da solidão quando na noite me perder.*

*Onde olho a lua e, com um só olhar, sinto-a tão longe, mas quase a consigo tocar.*

*Sobre folhas rasgadas deste caderno, escrevo o que sinto e escrevo-o com sangue, mesmo que a caneta não tenha culpa.*

*Por vezes sinto-me sozinho, sem força para viver, sinto-me tão fraco que nem consigo adormecer.*

*Escrevo todas estas letras sem de nenhuma me esquecer e, se eu adormecer, sei que vou sonhar!*

*E, nesse sonho, encontrar o sonho de viver e de novo acordar!*

*Abrir os olhos e ver que a vida nos dá tudo e nós nem metade lhe damos...*

*Assim, acordo do sonho e rasgo o dia em busca do novo ser, onde espalho magia no ar, semeio ventos e colho tempestades, planto o sol e colho o arco-íris, sem nunca pensar em desistir de viver.*

Daniel Pinto

Curso 2 – Auxiliar de Serviços Gerais II

(Baião)

## Torneio de Boccia - Resende e Baião

Neste mês de fevereiro, os formandos dos 2 cursos de Resende convidaram os colegas do Curso de Baião para realizarem um torneio de Boccia entre todos. Além do torneio, seria também um excelente momento para promover o convívio.

Nas semanas anteriores ao torneio, já o entusiasmo era tanto que os formandos aproveitavam os intervalos para treinar, recordar as regras do jogo e afinar a pontaria. Estavam todos ansiosos com a aproximação deste dia, pelo espírito de competição e de fraternidade. Para constituir as equipas, colocaram-se os nomes de todos os formandos de Baião e Resende num papel e, aleatoriamente, sortearam-se os elementos de cada equipa. A ideia foi desafiar os formandos a saírem da zona de conforto, escapando às habituais relações de proximidade e afinidade, convivendo assim com outros colegas. Chegando o dia, a meio da manhã, os formandos de Baião deslocaram-se para Resende, onde os colegas os esperavam com ansiedade e expectativa. Logo deram início às eliminatórias, das quais o Prof. Carlos foi o árbitro, auxiliado pela Técnica Marlene e pelas formadoras Sandra e Sónia.



Para o almoço combinaram um almoço "piquenique". A ementa foi escolhida por todos – várias bolas, pizzas, sandes variadas, sumos, bolos... Na hora de almoço contámos com a presença da Psicóloga Nídia e da TAI Goreti. Almoçaram connosco e ficaram a assistir tanto à semifinal como à final, que se seguiram.

Para todos foi um dia diferente, um dia de aventura e amizade! Obviamente não podem ganhar todos, mas aqui ficam os parabéns aos que participaram, sempre cheios de entusiasmo neste torneio. Em todos foi unânime a vontade de repetir.

**Sandra Pinto, Carlos Monteiro  
e Sónia Pereira**  
*Formadores A2000*



## Visita aos Bombeiros de Chaves

No dia 30 de janeiro, os formandos do Curso 3 – Auxiliar de Serviços Gerais II, foram fazer uma visita ao Quartel dos Bombeiros de Salvação Pública de Chaves, no âmbito da UFCD de Primeiros Socorros.

Fomos recebidos pelo Sr. Comandante João Carlos Silva que nos deu as boas-vindas e posteriormente apresentou-nos os bombeiros (as) Carina Silva, Carlos Pinto, Daniel Chamoinha, Daniela Silva e Tiago Silva que nos guiaram pela visita ao quartel.

Iniciámos a visita conhecendo a frota automóvel: ambulâncias, carros de combate a incêndio florestal, carros de combate a incêndio urbano, jipes e tanques. Os bombeiros mostraram-nos o material que cada carro continha e qual a sua função. Alguns de nós puderam pegar nesses instrumentos e comprovar o seu peso.

De seguida, fomos para uma sala para uma palestra sobre Posição Lateral de Segurança e Suporte Básico de Vida. As Bombeiras Carina Silva e Daniela Silva foram fazendo algumas simulações e nós também as pudemos fazer. O nosso colega João foi o primeiro a voluntariar-se para a demonstração da Posição Lateral de Segurança. Entretanto, os bombeiros mostraram-nos um bo-



neco para fazer a simulação do Suporte Básico de Vida. Também aqui pudemos fazer a simulação. Embora um pouco envergonhados aceitámos o desafio.

Durante estas simulações, os bombeiros, foram-nos alertando para a importância de, enquanto fazemos estes procedimentos, ligarmos ou pedirmos a alguém para ligar o 112, bem como de darmos uma localização correta ou o máximo de dados que conseguirmos para que o socorro seja mais eficiente e rápido.

Foi muito interessante esta visita e estamos gratos aos bombeiros que com todo o profissionalismo nos guiaram durante a visita.

Curso 3 - Auxiliar de Serviços Gerais II  
(Chaves)



## Visita à Biblioteca Municipal de Chaves

No dia 15 de fevereiro de 2019, os formandos do Curso 11 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II, de Chaves, realizaram uma visita de estudo às instalações da Biblioteca Municipal, no âmbito das atividades desenvolvidas na UFCD Linguagem e Comunicação.



A Biblioteca disponibilizou uma pessoa que nos fez uma extraordinária visita pelas diferentes zonas da Biblioteca.

Começámos por ver a exposição dos alunos da Escola dos Aregos, na sala multiusos junto à receção.

Seguidamente, fomos ver três salas que não estão abertas ao público: a sala de arquivo dos livros antigos, onde nos foram mostrados dois missais, verdadeiros ex-libris da biblioteca e onde o senhor nos explicou os cuidados a ter ao manusear aquele tipo de livros (usar luvas, não tirar fotocópias ou fotografar). Foi-nos também dito que a biblioteca possui os fac-símiles das duas primeiras obras em Língua Portuguesa a serem impressas em Portugal, mais precisamente em Chaves, de seu nome “Sacramental” e “Tratado de Confissom”, sendo que, os originais foram levados pela altura dos descobrimentos para o Brasil e estão na Biblioteca do Rio de Ja-

neiro. De seguida fomos à segunda sala de arquivo, que é uma sala onde estão guardados os livros que são doados por autores ou por outras pessoas, e que por já terem exemplares expostos ficam ali guardados. Por último, vimos a sala de restauro, onde uma senhora repara os livros que se vão deteriorando e compila os exemplares do jornal local “A Voz de Chaves”, em livro, para posterior consulta.

Após a visita a estas salas subimos ao piso um, aberto ao público, onde pudemos ler e consultar vários géneros textuais, usar computadores e internet, ver filmes ou ouvir música. No piso dois encontramos uma sala dedicada às crianças, com vários géneros de obras, computadores, filmes, música e fantoches.

A Biblioteca está equipada com elevadores, para que desta forma as pessoas com deficiência motora se possam facilmente deslocar por todos os pisos.

Foi uma visita muito interessante, pois não imaginávamos as coisas incríveis que havia na nossa biblioteca e o quanto pode ser divertido frequentá-la!

**Curso 11 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II**  
(Chaves)



## A visita à Florista

No âmbito da UFCD Decoração de Espaços os formandos do Curso 3 – Auxiliar de Serviços Gerais II de Chaves, deslocámo-nos à florista “Andreia” com a finalidade de aprofundar os nossos conhecimentos na área da decoração.

A escolha de uma florista, para esta visita, baseou-se em perceber não só quais são as plantas adequadas para decorar cada local de uma casa ou local de trabalho, mas também para conhecer algumas técnicas para arranjos florais.

A D. Andreia foi muito atenciosa e disponibilizou-nos as flores que nós quiséssemos para fazermos os arranjos. Escolhemos rosas (vermelhas, brancas e amarelas), gerberas, vivás e fetos. Fizemos dois bonitos ramos e um arranjo de mesa. Posteriormente, a florista ensinou-nos a fazer um arranjo com vários tipos de catos usando terra “normal” e terra “viva”, que é uma espécie de bolinhas de gelatina.

A amabilidade e generosidade da D. Andreia foram extraordinárias, pois ofereceu-nos todos os arranjos feitos por nós para decorarem a nossa



sala de formação, e ainda nos deliciou com um belo lanche de pastéis de Chaves e sumos!

Obrigada D. Andreia pela forma como nos recebeu!

Curso 3 – Auxiliar de Serviços Gerais II  
(Chaves)



## Visita ao Zoo Santo Inácio - Vila Nova de Gaia



**N**o âmbito da UFCD 3522 – “Tratamento de Plantas e Animais”, os formandos do Curso 7 – Assistente Familiar de Apoio à Comunidade II, de Vila Real, visitaram no dia 7 de Fevereiro, o Zoo Santo Inácio, localizado em Vila Nova de Gaia.

Nesta visita identificámos como objetivos reconhecer técnicas básicas de tratamento de plantas e animais, identificar as características individuais dos animais e plantas, observar as várias espécies que fazem parte da natureza, criar as noções da alimentação e higiene dos animais, conhecer a diversidade da flora e fauna existentes, e proporcionar momentos de convívio e lazer.

Começámos por assistir à alimentação dos pinguins onde nos foram transmitidas pelo seu cuidador algumas curiosidades sobre os mesmos tais como: os pinguins serem provenientes da Costa do Chile e do Peru, serem aves marinhas com o peito e face riscados e um chamamento rouco. O pinguim pode parecer desajeitado em terra, mas dentro de água é um excelente nadador, usando as suas asas como barbatanas e a cauda e as patas como leme.

Na exploração do zoo, foi evidente a quantidade e diversidade de espécies de animais e de

plantas. Cada uma com uma beleza exclusiva e distinta!

Macacos, leões, rinocerontes, hipopótamos, papagaios, crocodilos, chitas e tantos, mas tantos outros foram vistos a ocupar este espaço.

Cada grupo de animal era apresentado num letreiro onde estava descrito o tipo de alimentação, as características da espécie, o método de reprodução e ainda algumas curiosidades.

Todos nós apreciámos imenso o que vimos, especialmente os macacos, face à interação que houve. Alguns de nós conseguiram tocar nos animais e fazer-lhes carinhos, como por exemplo, ao cão da Pradaria.

Visitamos também o reptilário, inicialmente com certo medo, mas impressionou-nos bastante, devido ao número e variedade de répteis. Neste território, tivemos a oportunidade de ver os tratadores a alimentarem os animais. Frutas e plantas foram os alimentos espalhados. As cobras permaneciam imóveis. Era provável que ainda estivessem a digerir o último mantimento.

O tempo passou rapidamente e o lugar das aves foi o último a ser registado. Aves tão belas e distintas foram avistadas e tocadas por quem quis. Sim, porque muitas permitiram esse contacto!

Para todos nós, esta visita foi muito gratificante porque permitiu-nos interagir com os animais e visualizá-los ao vivo pela primeira vez.

Foi uma experiência maravilhosa para todos nós!

**Curso 7 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II**  
(Vila Real)

## Visita à Resinorte - Bigorne

**N**ós, clientes do Curso 14 – Auxiliar de Serviços Gerais II de Armamar, no âmbito da UFCD Cidadania e Empregabilidade, visitámos as instalações da Resinorte em Bigorne. Esta visita teve como objetivos identificar os diferentes tipos de resíduos existentes, nomear as vantagens e desvantagens da reciclagem, descrever o conceito de reciclagem e reconhecer o tratamento dos materiais recicláveis.

A Dra. Bruna Teixeira, que nos recebeu, começou por falar da história da Resinorte e da sua área de atuação, referindo que a mesma foi constituída em 2009 e atua em Alijó, Amarante, Armamar, Baião, Boticas, Cabeceiras de Basto, Celorico de Basto, Chaves, Cinfães, Fafe, Guimarães, Lamego, Marco de Canavezes, Mesão Frio, Moimenta da Beira, Mondim de Basto, Montalegre, Murça, Penedono, Peso da Régua, Resende, Ribeira de Pena, Sabrosa, Santa Marta de Penaguião, Santo Tirso, São João da Pesqueira, Sernancelhe, Tabuaço, Tarouca, Trofa, Valpaços, Vila Nova de Famalicão, Vila Pouca de Aguiar, Vila Real e Vizela.

Relativamente ao funcionamento da Resinorte, a Dra. Bruna explicou que numa primeira fase as viaturas de recolha chegam à zona de receção e são pesadas

numa balança, e quando saem são novamente pesadas, sendo assim possível verificar a quantidade de resíduos transportados. Seguidamente, o material é descarregado e levado com o auxílio de um empilhador para um tapete que vai até à mesa de triagem.

Posteriormente seguimos, então, para a unidade de triagem onde existe uma cabine com um tapete rolante onde vários colaboradores especializados vão separando manualmente os vários tipos de lixos. Os que não são recicláveis continuam no tapete e vão para um contentor. Os reciclados são separados e cada tipo de resíduo vai para um contentor específico. Ainda na cabine, existe um íman que retém os metais ferrosos, como por exemplo o ferro, não seguindo para a reciclagem. De salientar que todos os colaboradores utilizam os equipamentos de proteção individual e antes de saírem do local de trabalho tomam banho nas instalações da Resinorte.



**(Continua na página seguinte)**

(Continuação)

Passada esta fase e depois de todos os materiais separados, estes são prensados e enfardados para ocuparem menos espaço.

Visualizámos de seguida material que não é possível ser reciclado, como por exemplo televisões, frigoríficos, entre outros, mas que estavam embalados e que depois irão para empresas transformadoras específicas. Quando temos algum desse material que já não funciona, devemos colocá-lo perto dos caixotes do lixo para depois fazerem a recolha (normalmente feita pelo Município).

Por fim a Dra. Bruna explicou que os resíduos sólidos produzidos pelo ser humano são depositados no aterro sanitário. Referiu também que na zona basal do aterro sanitário existe uma barreira para que os líquidos libertados não se infiltrem no subsolo. Aliás, explicou-nos que esses líquidos são tratados e tornam-se água própria para consumo. Informou-nos também que o cheiro um pouco desagradável que advém do aterro sanitário é transformado em

energia elétrica que por vezes ilumina a cidade de Lamego.

Para terminar a visita, mostraram-nos os novos ecopontos que têm vindo a ser colocados em todas as Freguesias e Concelhos, inclusive em Armamar.

Através desta visita a Dra. Bruna alertou-nos para a importância da prática da reciclagem, avisando-nos para alguns materiais e objetos que não podem ser reciclados.

Curso 14 – Auxiliar de Serviços Gerais II  
(Armamar)



## CURIOSIDADES

- 📌 Não é necessário lavar as embalagens antes de as colocar nos ecopontos.
- 📌 Através do plástico das garrafas é possível fazer roupa que utilizamos no dia-a-dia.
- 📌 Por dia, cada um de nós, em média, produz cerca de 1,3 Kg de resíduos.

# FORMAÇÃO

No dia 2 de janeiro de 2018, o curso de Auxiliar de Serviços Gerais II de Santa Marta de Penaguião iniciou uma nova etapa.

Todos começámos este desafio com algum medo e receio. Sem dúvida alguma que dentro de nós existia um misto de emoções.

Ao longo deste ano melhorámos muito os nossos conhecimentos fazendo de nós cidadãos mais responsáveis e autónomos, criámos ligações muito fortes entre nós e com a A2000, instituição que jamais poderíamos esquecer. Notámos que existiu um grande esforço da nossa parte e de toda a equipa para que tudo corresse como planeado.

Esta formação ajudou-nos bastante, pois hoje em dia estamos completamente integrados na sociedade, e focados em objetivos bem definidos de forma a melhorarmos a nossa qualidade de vida.

Agora que estamos a entrar na reta final, mas com mais um ano pela frente, deparamo-nos já com saudades de tudo o que cá vivemos,

## Balanço do Ano - 2018

momentos de grandes alegrias, boas amizades e muitas partilhas. Para trás deixamos um balanço bastante positivo da formação em sala, tanto a nível pessoal como profissional.

Queremos deixar um agradecimento em especial a toda equipa técnica que é composta pelos elementos da direção, pela coordenadora da formação, pelas formadoras, psicóloga, terapeuta da fala, entre muitos outros, que sempre nos apoiaram nos momentos mais difíceis.

Estamos de partida para a formação prática em contexto de trabalho e nas bagagens levamos todas as ferramentas que adquirimos. Não será um adeus, mas sim um até já, pois dentro do nosso coração a A2000 não é uma instituição de passagem, mas sim uma casa que irá ficar gravada nas nossas vidas para todo o sempre.

**Curso 1 - Auxiliar de Serviços Gerais II**  
(Santa Marta de Penaguião)



## 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:



# SERVIÇO

## GAPRIC - Douro Sul

## Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunidade



**F**evereiro, o mês mais curto o ano, mas um mês repleto de atividades e novidades! Este, foi um mês bastante trabalhoso mas, olhando para trás, podemos fazer um balanço bastante positivo e recompensador.

Por terras de Armamar, ao longo destas semanas, pudemos viver algumas experiências que muito nos deixaram felizes e que aqui evidenciamos. Este mês fica marcado pelo início das atividades na nossa sala nova. Devido ao apoio do município, foi-nos disponibilizado um novo espaço que será agora a nossa casa e ao qual damos agora uma nova vida e que transparece aquilo que somos e fazemos. Temos agora um novo cantinho com a nossa cara, o cantinho que será a base do nosso desenvolvimento e onde seremos, de certeza, muito felizes.

As atividades de piscina continuam tão produtivas e enriquecedoras como antes, porém, agora temos uma novidade. Este mês demos também início a atividades de ginásio para aqueles que assim o desejarem. Esta, foi uma experiência que muito nos agradou pois, perante estes

exercícios tão distintos daqueles que se realizam em meio aquático, foi possível que todo o grupo se mantivesse ativo. Contribuindo assim para o desenvolvimento das suas capacidades e para a criação de hábitos de vida saudável.



## Cofinanciamento

**Armamar**  
CÂMARA MUNICIPAL

**TA  
3uAÇO**  
MUNICÍPIO

(Continua na página seguinte)

(Continuação)



Pelo Concelho de Tabuaço, também podemos salientar algumas atividades que nos trouxeram novos ensinamentos e que fomentaram um maior envolvimento na comunidade. Com o mês de Março à porta, torna-se importante salientar algumas datas relevantes para nós e para a comunidade em geral. Março será o mês em que se comemora o Dia Mundial da Água e, tendo em conta a importância que este recurso tem para toda a humanidade, achámos pertinente abordar este tema de forma a alertar a população para a necessidade de poupar este recurso tão valioso. Assim, demos início a uma pesquisa aprofundada sobre o tema, a uma discussão sobre os aspectos que devem ser realçados e à criação de cartazes de sensibilização para uma futura exposição nesta data comemorativa.

Mas Fevereiro é também o mês do amor. É o mês em que se comemora o Dia de S. Valentim e, como tal, não poderíamos deixar passar esta data sem falar deste nobre sentimento que move o mundo e que se personifica em tantos momentos e gestos de carinho. Pois o amor

pode ser vivido das mais variadas formas e intensidades. Assim, de modo a partilhar um pouco desse sentimento tão poderoso, fomos para a rua dar "abraços grátis", e deixar um sorriso nos lábios de todos aqueles que por nós se cruzavam. Esta, foi uma atividade muito enriquecedora, pois pudemos ser o raio de sol do dia cinzento destas pessoas, afinal, o amor é o sentimento que mais aumenta quando é partilhado. Em ambos os Concelhos foi também vivida toda a azáfama da preparação do dia mais folião do ano, o dia em que podemos ser aquilo que quisermos e onde a imaginação não tem barreiras: o Carnaval. Este, será de certeza um dia de grande diversão e gargalhadas. Querem saber como foi? Terão de esperar pela próxima notícia...

Cientes do GAPRIC - Douro Sul  
(Armamar e Tabuaço)



## 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 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



## Continuar em grande...

Por fim, resta-nos esperar por março, que trará a festa de Carnaval e muitos outros momentos de partilha de alegria e experiências.

**F**evereiro, apesar de ser o mês mais pequeno do ano, é sem dúvida dos mais intensos.

Logo pelo início do mês, tivemos a visita dos Missionários da Missão País. Estes jovens universitários trouxeram até aos espaços de convívio momentos e palavras de carinho, e conforto para os nossos clientes, ajudando-os nas várias atividades propostas, trazendo também atividades lúdicas.

Fevereiro abraçou o Carnaval com toda a força e os nossos clientes fizeram as suas máscaras para festejar no início do próximo mês de forma apropriada e como merecem, com uma festa de arromba.

E porque as máscaras precisam de brilho exterior e interior, as aulas de Educação Física tiveram lugar nos nossos Espaços de Convívio com o objetivo de encontrar o equilíbrio entre o corpo e a alma.



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



SEGURANÇA SOCIAL

## O CAARPD é notícia em fevereiro...

O mês de fevereiro foi muito divertido, mas também muito trabalhoso. O espírito de equipa foi fundamental para a realização de todas as atividades.

Começámos por realizar tarefas de recorte, pintura e colagem para concluir o nosso calendário de aniversários. De forma a aproveitar o sol quente de inverno, fizemos uma visita a um colega que devido a problemas de saúde, se encontra em casa. Foi bom matar as saudades e colocar a conversa em dia.

Já a pensar no verão, decidimos lembrar quais os alimentos mais saudáveis, e para isso recorremos à roda dos alimentos.... Foi muito interessante.

Como o Carnaval está para chegar, fizemos umas sopas de letras e palavras cruzadas sobre o tema. Depois veio a parte mais esperada, a construção das máscaras/ fatos para brilharmos no desfile de Carnaval.



Para pôr à prova a nossa criatividade, fomos pintar garrafas para a rua. Aprendemos a misturar as cores como forma de criar novas. Nesta atividades fomos abordados por pessoas que elogiaram o nosso trabalho.

(Continua na página seguinte)

# CAARPD

**(Continuação)**

No mês de fevereiro, em Santa Marta de Penaguião, tivemos a visita da Missão País, um projeto católico de jovens universitários, que contagiam corações com as suas missões cristãs.

Com o Carnaval à porta, iniciámos a elaboração dos fatos para o desfile de Santa Marta de Penaguião, com o tema "A Matemática". Os missionários da Missão País, prestaram auxílio na sua concretização dos fatos de carnaval, trazendo animação e alegria aos dias do CAARPD.

Ainda no mês do amor, celebrámos o São Valentim, realizando postais surpresa para quem mais gostamos.

Ao longo destas semanas, também realizámos algumas atividades de treino cognitivo e do processo de tomada de decisão e resolução de problemas; atividades de treino de escrita e atividades de oposição-desafio.

Participámos ainda, na inauguração do projeto Eco Ilhas, realizado na praça do município pela Resinorte em conjunto com Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião. Aprendemos como devemos tratar do nosso ambiente e como devemos separar os nossos resíduos.

Comemorámos o aniversário dos nossos



amigos Filipa, Rui e António Miguel. Que este novo ano seja repleto de amizade e muito amor.

Desejamos um mês de março muito colorido.

**Técnicos e Clientes do 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 (SNIP), 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.

SERVIÇO



## Estratégias para retirar a chupeta ao seu filho

Como abordado na anterior newsletter, já sabemos que o uso prolongado da chupeta pode provocar alterações no crescimento facial, na arcada dentária, na mobilidade dos lábios e/ou da língua e, até mesmo interferir com o modo de respirar da criança, de mastigação e de deglutição (Rombert, 2013). Assim, o objetivo desta notícia consiste em fornecer algumas estratégias utilizadas para adotar na fase da remoção da chupeta. No entanto, é preciso salientar que o tempo de utilização da chupeta por parte da criança deve ser reduzido, desde o seu nascimento. Poderá não precisar das estratégias abaixo mencionadas, mas se a criança criou um laço emocional à chupeta pode sempre experimentar as próximas indicações:

- Inclua a criança neste processo. Converse com ela e explique a importância da remoção da chupeta: "estás a ficar crescido já não precisas tanto dela, ....".
- Explique também as consequências do uso prolongado da chupeta - "a chupeta não faz nada bem aos dentes" - pode mesmo mostrar fotografias de crianças com alterações na arcada dentária.
- Faça uma remoção gradual do uso da chupeta, isto é, diminuir o tempo em que o seu filho utiliza chupeta durante o dia (ex: usar apenas para dormir).
- Evite utilizar porta chupetas na roupa da criança. Este comportamento irá evitar o uso da chupeta em momentos desnecessários.
- Substitua a chupeta por outro objeto (ex: cobertor, manta, urso) para a criança recorrer quando necessitar de mais conforto.
- Ofereça a chupeta a uma personagem fictícia (fada das chupetas, coelhinho da páscoa, desenho animado preferido, ...) e explicar que a

chupeta vai ser usada por outro menino(a)/bebé que está a precisar, como ele já precisou.

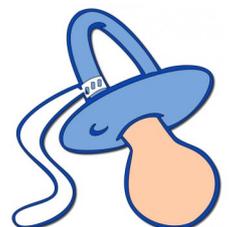
- Colocar sabores desagradáveis na zona de sucção da chupeta (Amaral, et al 2009 citados por Riva 2013). No final explicar à criança que a chupeta está a ficar estragada.
- Quando o seu filho estiver a falar com a chupeta na boca, mencione que não o percebe. Não responda, mesmo que tenha percebido. Mantenha sempre a mesma postura.

Além de tudo, tenha em mente que as crianças têm personalidades e temperamentos diferentes, ou seja, o que pode resultar para a "Joana" pode não resultar para o "Tomás". No entanto, não desista e seja persistente mesmo em momentos de desespero.

**Tamára Ramos, Terapeuta da Fala**

### Bibliografia

- ⇒ ROMBERT, Joana - *O Gato Comeu-te a Língua?*. Esfera dos Livros, 2013.
- ⇒ RIVA, Ligia - *Descrição de uma estratégia para remoção de hábitos orais e investigação do seu grau de eficiência*. Faculdade de Odontologia de Piraciaba da Universidade Estadual de Campinas, 2013.
- ⇒ FERREIRA, Júlia - *Relação entre Alterações Fonéticas e Uso de Chupeta em Crianças de 5 a 11 Anos de Idade*. Universidade Federal de Santa Catarina, Centro de Ciências da Saúde, 2015.
- ⇒ "Como tirar a chupeta de criança", disponível em < <https://www.famivita.pt/como-tirar-a-chupeta-de-crianca/>>, consultado a 25 de fevereiro de 2019





## *Predivimeã*

EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS, LDA.

**N**o mês de março 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, 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”.

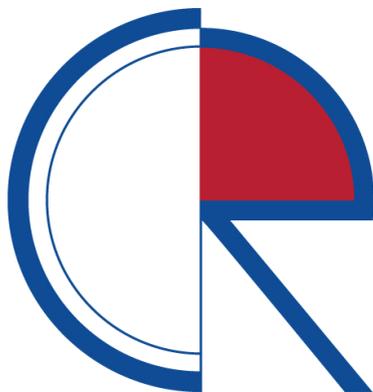


### CONTACTOS

Bouça da Pousada - Real  
4605 Vila Meã

Tel.: 255 734 736  
Fax: 255 734 083

DOADOR DO MÊS



COMPASSO E RÉGUA  
GABINETE DE PROJETOS

**N**o mês de março o doador do mês da A2000 é ***Compasso e Régua, Gabinete de Projectos, Sociedade Unipessoal, Lda.***

O gabinete ***Compasso e Régua***, com escritórios no Peso da Régua e em Valpaços, foi fundado no ano de 2005.

Desenvolve projetos de **arquitetura** e **engenharia** nas mais diversas áreas, assim como a coordenação, direção e fiscalização de obras.

Possui uma equipa multidisciplinar e diversificada de arquitetos e engenheiros, que lhe permite coordenar e acompanhar todas as fases de execução de uma obra, desde o levantamento topográfico, aos projetos, passando pelo acompanhamento técnico e terminando com as certificações, nomeadamente energéticas e acústicas.

Tem como objetivo criar soluções inovadoras e adaptadas às necessidades e preocupações dos seus clientes, estando sempre disponível para aceitar novos desafios.



DOADOR DO MÊS

**Escritórios:**

Urbanização Quinta Viana, Lote 1C, Loja 2, 5050-105 Godim, Peso da Régua

Rua Cimo de Vila, n.º 5, Rio Bom, 5445-083 S. João da Corveira, Valpaços

**Contactos:**

Telf.: 254318052 / 278789079 / 966625668 E-mail: [compassoeregua@gmail.com](mailto:compassoeregua@gmail.com)

Website: [compassoeregua@gmail.com](mailto:compassoeregua@gmail.com)

# DOADORES



[www.a2000.pt](http://www.a2000.pt)

[a2000@a2000.pt](mailto:a2000@a2000.pt)

Viver e Aprender | Edição 136 | fevereiro 2019

Morada: Av. 25 de Abril, nº39  
5030-464 Santa Marta de Penaguião  
Telefone: 254 822 046



ER-1072/2012