A2000
ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Doadores do mês

CHIP7

amadeus
restaurante

Viver e Aprender
Newsletter | Edição 127 - Ano 17 | maio 2018

Integrações Profissionais
Mercado de Trabalho
Fundação Luís Vicente
Santa Marta de Penaguião (pág.4)

- **2ª Edição da Feira de Qualificação de Baião** (pág. 7)

Testemunhos de FPCT
(Formação Prática em Contexto de Trabalho)

Conheça a experiência da Ana, Goreti e Vítor (pág. 10)

- **GAPRIC Douro-Sul –** concelhos de Tabuaço e Armamar (pág. 22)
  (Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunidade)
- **Cidadania em ação** - concelho de Mondim de Basto (pág. 23)

Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2018
instituto nacional para a reabilitação
Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

Apoios

UNIÃO DAS FREGUESIAS
LOBRIGOS S. MIGUEL SANHOANE

VILA DE FONTES

DIBOREAL
Distribuição Alimentar e Bebidas, Lda

COST JARDINS

SERRALHARIA MESQUITA
Lugar do Barreiro - Fontes
Tel.: 919 330 149 | 254 813 252
5030 - 107 FONTES SMP

02 EMPRESAS SOLIDÁRIAS

EDITORIAL

Newsletter de MAIO… mais uma vez me sentei frente ao computador para ler todos os artigos elaborados por técnicos e clientes, dos diferentes serviços da A2000.

Sem desmerecer os outros, e talvez porque foi o último, fiquei a refletir sobre as questões da linguagem referidas no artigo da Terapeuta da Fala - Isa Dias - que deixa alguns conselhos de boas práticas a implementar na comunicação dos "0" aos "4 ou mais" anos. Na realidade são conselhos que se centram no uso da relação criança-adulto, como instrumento promotor de desenvolvimento, que apelam para a atenção e respeito pela criança, como um todo, como uma pessoa.

"Respeito é um substantivo oriundo do latim *respectus* significava "olhar outra vez". Assim, algo que merece um segundo olhar é algo digno de respeito. Por esse motivo, respeito também pode ser uma forma de veneração, de fazer uma homenagem a alguém, como indica a expressão "apresentar os seus respeitos".

O respeito é um dos valores mais importantes do ser humano e tem grande importância na interação social, por isso é também um dos 4 valores da A2000.

"O respeito impede que uma pessoa tenha atitudes reprováveis em relação a outra.

Uma das mais importantes questões sobre o respeito é que para ser respeitado é preciso saber respeitar, o que em muitos casos não acontece.

Respeitar não significa concordar em todos as áreas com outra pessoa, mas significa não discriminar ou ofender essa pessoa por causa da sua forma de viver ou suas escolhas (desde que essas escolhas não causem dano e desrespeitem os outros)". (Disponível em: <https://www.significados.com.br/respeito/>. Acesso em 12 de jun. 2018.)

Enfim tratar com Respeito dignifica e é dignificante, pois cria um padrão de igualdade de direitos, apesar das diferenças.

Parece um conceito tão básico, no entanto tão esquecido, umas vezes pela falta de tempo para "olhar outra vez" para os nossos atos e para os dos outros, outras vezes porque confundimos o conceito de respeito com o de obediência/ cumprimento de algumas normas e, aplicamos indiscriminadamente as duas palavras, por ex.º respeito pela lei, quando o correto seria cumprimento da lei.

"Obediência define a ação de quem obedece… é dócil ou submisso. Uma pessoa que segue, cumpre ou cede às vontades ou ordens de alguém.

A obediência é considera um ato de conformidade perante ordens recebidas de alguém" (Disponível em: https://www.significados.com.br/obediencia/>.Acesso em 12 de jun. 2018.).

Portanto, o conceito "Obediência" é bem diferente do conceito "Respeito", o primeiro parte da ideia de desnível entre as partes, e o segundo parte do pressuposto da igualdade de direitos. E, é neste campo que se desenrola e desenvolve a comunicação, a participação e toda a interação social.

Na criança ou no adulto, é com base no Respeito que as diferenças são olhadas como ponto de partida para o crescimento conjunto, por isso é frequente na A2000, ouvirmos os Técnicos dizerem que aprenderam muito com os seus clientes, pois:

"É a Diferença que nos enriquece
e o
Respeito que nos une!"
(*anónimo*)

Marina Teixeira, *Diretora Técnica*

ÍNDICE

3 Editorial
4 Destaque
6 CRIP
7 Notícias
9 Formação Inicial
19 Formação Contínua
19 Projetos INR
22 Gabinete Psicossocial
24 CAARPD
27 Intervenção Precoce na Infância
30 Donativos

INTEGRAÇÕES

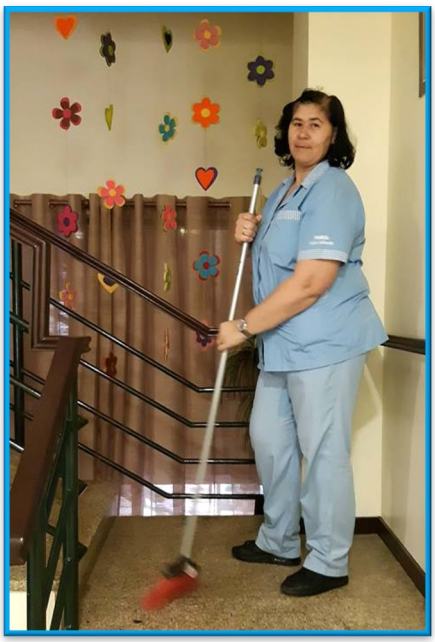
Integrações Profissionais

Luísa Cardoso, tem 40 anos e reside em Vila Maior - S. João de Lobrigos, tendo sido integrada profissionalmente na Fundação Luís Vicente.

Após ter frequentado formação profissional na A2000 e concluído com sucesso o curso de "Auxiliar de Serviços Gerais", foi encaminhada para o Centro de Recursos para a Inclusão Profissional da A2000 (CRIP), através do Serviço de Emprego de Vila Real. No decorrer deste processo realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na Fundação Luís Vicente como assistente operacional.

Durante a formação prática, a Luísa teve sempre um desempenho muito satisfatório, revelando uma bom trabalho e interesse na execução das tarefas que lhe foram delegadas, assim como uma boa integração na equipa de trabalho.

Tudo isto permitiu à Luísa desenvolver não só as suas capacidades profissionais, mas também pessoais e sociais. Desta forma, a entidade possibilitou-lhe uma integração profissional através da medida de apoio ao emprego "Contrato de Emprego Inserção +".



A Luísa desempenha no seu local de trabalho diversas tarefas relacionadas com a prestação de apoio a idosos, nomeadamente cuidados básicos de higiene, alimentação, conforto e saúde, de acordo com as orientações da equipa técnica. Executa ainda tarefas relacionadas com a higiene das instalações e equipamentos.

Esta oportunidade, segundo a Luísa, permite-lhe ter maior autonomia económica, proporcionando uma melhor qualidade de vida à sua filha e começar uma poupança, assim como melhorar o seu desempenho profissional de forma a obter no futuro uma integração profissional plena.

A Luísa refere ainda que a A2000 foi um pilar essencial na sua vida pessoal, social e profissional, permitindo abrir novas portas. Agradece a todos os técnicos e formadores que ao longo desta caminhada a ajudaram e apoiaram em todos os domínios da sua vida.

Ana Augusto, *Técnica da A2000*

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Entidade: Fundação Luís Vicente
Atividade: IPSS - Apoio Social a idosos
Concelho: Santa Marta de Penaguião

A Fundação Luís Vicente foi criada em 1960, sendo reconhecida como Instituição Particular de Solidariedade Social, e destina-se a acolher pessoas idosos desinseridas do meio familiar e/ou social, não autónomas na satisfação das suas necessidades básicas.

A sua missão reside na prestação de um serviço de apoio que prime pela qualidade, garantindo na prestação de cuidados básicos o respeito e a dignidade pelo idoso, reconhecendo-lhe o direito à plena cidadania, à independência e privacidade, proporcionando condições que potenciem a sua inclusão social.

A Instituição tem atualmente como respostas sociais: Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Dia e Lar, servindo, no total, 120 pessoas. Sendo no serviço de Lar que a Luísa se encontra enquadrada.

O primeiro contacto com a Luísa ocorreu durante a formação profissional para pessoas com deficiência ou incapacidade, tendo a Fundação Luís Vicente proporcionado a continuidade da mesma, através do CRIP, no sentido de melhorar as suas competências profissionais. Houve ainda uma adequada integração nas equipas de trabalho, tendo sempre evidenciado um bom espírito de interajuda e empenho.

Segundo a Diretora de Serviços - Ana Moreira - as expectativas que inicialmente possuíam em relação à Luísa foram satisfeitas, pois esta demonstrou uma adequada evolução ao longo da FPCT, melhorando as suas capacidades e comportamentos necessários à função.

Para a Diretora de Serviços, esta experiência foi uma mais-valia para a Fundação, pois "permite-nos estar mais despertos para a problemática da deficiência/incapacidade, além disso contribui de forma determinante para a melhoria da qualidade de vida destas pessoas. A A2000 assumiu um papel fulcral neste processo acompanhando todo o processo de adaptação e integração da Luísa."

Ana Augusto, *Técnica da A2000*

(Continua na página seguinte)

INTEGRAÇÕES

CRIP

SERVIÇO

CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO PROFISSIONAL

INSCRIÇÕES ABERTAS

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.

IEFP PO ISE PROGRAMA OPERACIONAL INCLUSÃO SOCIAL E EMPREGO PORTUGAL 2020 UNIÃO EUROPEIA Fundo Social Europeu

2ª Edição da Feira de Qualificação de Baião

No dia 23 de maio, o CLDS 3G "Integrar Baião" realizou a 2ª Edição da Feira de Qualificação, tendo convidado a A2000 para estar presente junto de muitas outras entidades, quer do concelho, quer de concelhos vizinhos. Nós, com todo o gosto e vontade de mostrar aquilo que fazemos aos nossos Baionenses, e poder envolver-nos com outras entidades, aceitámos e participámos.

Fomos recebidos pelas colaboradoras da organização do evento com um sorriso e com disponibilidade para nos indicar o nosso lugar e ajudar na organização dos materiais expostos. Posteriormente, tivemos a presença do Vice-presidente da Câmara Municipal de Baião, Dr. José Pinho Silva e do Dr. Joaquim Santos, psicólogo também da Câmara, que nos cumprimentaram e mostraram-se agradecidos com a nossa presença.

Ao longo do dia tivemos vários visitantes, nomeadamente do concelho. As pessoas passavam pelas várias entidades questionando sobre o trabalho realizado por cada uma delas.

(Continua na página seguinte)

A2000

(Continuação)

No nosso stand, como forma de nos darmos a conhecer, para além dos folhetos informativos, da nossa newsletter e do expositor informativo, colocámos em exposição trabalhos realizados durante a formação (ex.º: trabalhos manuais como porta-chaves, saco de guardar sacas de plástico e cestas). Várias pessoas elogiaram, tendo havido algumas que questionaram se podiam levar, pois eram muito bonitos e originais.

Uma vez que colocamos materiais em exposição, realizados pelos formandos, eles não poderiam faltar. Os nossos formandos de Baião, curso 2 – Auxiliar de Serviços Gerais II e curso 23 – Auxiliar Educativo permaneceram no stand para divulgarem na primeira pessoa os serviços formativos da A20000, mas também foram visitar a Feira das Qualificações, percorrendo as barracas das restantes entidades, para alargar os seus conhecimentos relativamente às oportunidades existentes. Os formandos mostraram-se motivados e interessados, sendo que a maioria deles foi a primeira vez que participou numa feira de qualificação. Para além de informação visual e auditiva que assimilaram, ainda levaram materiais das várias entidades (ex.º: lápis, colares, balões).

Tanto para os formandos, como colaboradores foi um dia interessante e enriquecedor, pois é no contacto com pessoas de áreas diferentes, locais diferentes que crescemos e enriquecemos como profissionais, mas acima de tudo como pessoas.

Obrigada ao CLDS "Integrar Baião" pela oportunidade e até para o próximo ano.

Técnicos e Formandos da A2000 - *Baião*

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
* VILA POUCA DE AGUIAR
* ARMAMAR
* VILA REAL

INSCRIÇÕES ABERTAS

Informações/ Inscrições:

- Sede da A2000
- www.a2000.pt

SERVIÇO

Cofinanciado por:

PO ISE PROGRAMA OPERACIONAL INCLUSÃO SOCIAL E EMPREGO

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

FORMAÇÃO

Testemunho de FPCT

Olá, eu sou a Ana Teresa dos Santos Félix, tenho 32 anos, sou solteira, natural de Outeiro Seco - Chaves e tenho o 12º ano de escolaridade.

Apesar de possuir algumas limitações ao nível da fala e a nível motor, sinto-me uma lutadora e tento sempre enfrentar as dificuldades da vida e tentar superá-las. Foi esta luta que me levou a entrar neste curso de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade, a fim de batalhar por uma integração profissional.

Em Novembro de 2017 iniciei o meu estágio no ACES - Agrupamento de Centros de Saúde Alto Tâmega e Barroso com as funções de Assistente Técnico. Desde essa data tenho feito novas aprendizagens, que vieram enriquecer o meu currículo. Já tinha trabalhado numa Câmara Municipal e num Lar com funções administrativas, e também num escritório de seguros. Gostei de todas estas experiências, só tive pena de não haver possibilidade de lá continuar.

No que se refere ao meu estágio no ACES, as minhas tarefas têm sido várias, consoante os gabinetes por onde tenho passado. Já procedi à entrada e saída de documentação, arquivo de documentos, pedidos de reparação de material, registo, em Excel, de dados relativos à gestão do ACES (reparações/substituição de material, consumíveis, consumos de combustível e portagens...)

Dentro desta entidade já passei por diferentes organismos: Secretaria da Direção, Unidade de Apoio à Gestão, Recursos Humanos e atualmente estou no Aprovisionamento.

Por cá, já tive a oportunidade de enriquecer os meus conhecimentos informáticos com formação em Excel, pois estes conhecimentos são uma boa ferramenta de trabalho a nível administrativo.

Para além da parte profissional também fiz boas amizades, que me têm apoiado nesta minha luta diária contra as adversidades da vida.

Esta experiência tem sido muito positiva e, para ser perfeita seria ficar integrada profissionalmente!

Ana Teresa dos Santos Félix

Testemunhos da experiência em FPCT

Este mês apresentamos mais 2 testemunhos de formandos que estão neste momento a realizar Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT), no âmbito do curso profissional Auxiliar de Serviços Gerais II, que iniciou em 2016.

"Se lhe pedirem para ser varredor de ruas, varra as ruas como Michelangelo pintava, como Beethoven compunha ou como Shakespeare escrevia." Martin Luther King

Olá sou a Goreti tenho 21 anos e sou de Lamego!

Comecei a formação em abril de 2016 em Santa Marta. De Penaguião

Fiz 1 ano de formação em sala, onde aprendi coisas novas e revi outras – gostei muito!

Comecei a FPCT na florista ("Jardim") em Lamego. A minha integração foi fácil. Foi apresentada a minha orientadora de FPCT, a dona Estela, que me orientou durante o tempo que lá estive. A Dª Estela foi-me ensinando o que eu tinha que fazer. Lá eu atendia clientes; recebia as flores; fazia limpeza; fazia cordões para enfeitar os ramos e ajudava a fazer arranjos naturais e artificiais.

Neste momento estou noutro local a realizar FPCT – "Delícias de Lamego". Aqui faço um bocadinho de tudo: faço a limpeza da sala de refeições; ponho as mesas; auxilia na copa.

Quero agradecer muito à A2000, porque se não tivesse ido para lá a esta hora não sabia coisas que sei agora, muito obrigada por tudo.

Chamo-me Vítor e vivo na Cumieira.

Estou a realizar FPCT nas piscinas municipais de Santa Marata de Penaguião.

Estou muito contente de aqui estar, pois faço aquilo que sempre quis fazer.

Aqui nas piscinas colaboro nas tarefas que têm que ser feitas e sou educado com todos.

Aqui vêm muitas pessoas: alunos da escola, pessoas mais velhas, pessoas mais novas.

Nós aqui temos sempre tudo limpo e a piscina aspirada, assim funciona tudo bem!

No nosso dia-a-dia quando realizamos as tarefas de forma organizada, o nosso trabalho é feito com mais rapidez.

Obrigado a todos por me proporcionarem esta experiência!

Armando Oliveira,
Técnico de Acompanhamento e Inserção

FORMAÇÃO

Aplicação do PDCPS em Baião e Resende

Em Baião e Resende, nos cursos 2 e 5 de Auxiliar de Serviços Gerais II, iniciou-se a aplicação do Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais (PDCPS) que tem como caraterística primordial ajudar a desenvolver capacidades pessoais e relacionais, permitindo a cada indivíduo refletir sobre o modo de se relacionar com os outros, encontrando alternativas adequadas. Visa ainda dotar os participantes de conhecimentos e aptidões necessárias para (re)aprenderem assuntos relacionados com o autoconhecimento, autoestima e resolução de problemas, de modo a viverem de forma segura, saudável e serena.

As sessões já desenvolvidas incidiram nas áreas de autoestima e autoconceito que são congruentes com as principais dificuldades de alguns formandos. Ou seja, o gostar de si e o autoconhecimento são lacunas presentes, que com as atividades do programa podem ser desconstruídas e modificadas.

Os formandos começaram por olhar para o PDCPS como uma brincadeira, mas com o desenrolar das atividades foram verbalizando o interesse em continuar pelo facto das atividades terem uma proximidade muito real com os seus receios, ambivalências e incertezas. Ou seja, começa a fazer-lhes sentido realizar as diferentes atividades como forma de ultrapassar obstáculos vivenciados ao longo dos seus percursos de vida.

Em ambos os grupos, determinados formandos deram exemplos seus de situações em que a sua autoestima era diminuída. Com a discussão em grande grupo puderam discutir alternativas / estratégias para vencerem essa situação, como por exemplo melhorar os cuidados de apresentação pessoal.

Em suma, o PDCPS pode ser um ponto de partida para os nossos formandos melhorarem ou mesmo modificarem os seus "saber ser" e "saber estar". Espero que as atividades já realizadas e aquelas que estão por realizar (áreas de autodeterminação e competências sociais) sejam assumidas e experienciadas positivamente ao longo do percurso dos formandos, nestes dois anos que se seguem com a A2000.

Nídia Correia, *Psicóloga*

O dia da Mãe na formação em Vila Real

No passado dia 6 de Maio celebramos o dia da Mãe. Esta data não passou despercebida na nossa formação. Embora nem todos tenham a mãe presente na sua vida, todos temos alguém especial que muitas vezes ocupa esse lugar. Por isso realizámos uma atividade com a formadora Graciana, para celebrar esta data.

Pintámos e decorámos pequenas caixinhas em madeira em forma de coração para oferecermos, e fizemos um postal com as palavras que nos iam no coração e que nem sempre dizemos no dia-a-dia. Não é uma prenda com muito valor comercial, mas está carregada de valor emocional.

Esperamos que todas as mães tenham sido recordadas neste dia especial e, da nossa parte, aqui fica um bem-haja a todas as mães!

Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – *Vila Real*

FORMAÇÃO

Visita à Segurança Social de Baião

No âmbito do objetivo de equipa de Baião e do Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais – PDCPS que visa aumentar a nossa autodeterminação, nós, formandos do curso 2 de Baião, a Dra. Nídia e o Professor Carlos, no dia 3 de Maio, fomos logo pela manhã visitar a Segurança Social de Baião para saber quais os serviços prestados por esta entidade.

Começámos por nos reunir à porta da Segurança Social com o Professor Carlos e com a Dra. Nídia. Entrámos em grande grupo e aguardámos pela nossa vez. Chegada à nossa vez, o Sr. Barão, Coordenador do serviço local de Segurança Social, cumprimentou-nos e questionou-nos relativamente às nossas dúvidas. Pedimos que nos informasse sobre o tipo de serviços prestados e se podíamos conhecer as instalações.

O Sr. Barão informou-nos que os serviços se baseiam no pedido de reformas/pensões, abonos e RSI. A componente da ação social está excluída, pois agora é a Câmara que tem esse serviço. Após referir esta situação rimo-nos porque uma colega mencionou que *"(...) afinal a segurança social só faz coisas boas, pois já não retira filhos aos pais!"* (risos).

Após esta introdução o Sr. Barão levou-nos a um primeiro gabinete – Quiosque de Atendimento, onde tem um computador para aquelas pessoas que não têm um computador para tratar dos seus assuntos ou não têm ligação à internet. Todos nós ficámos muito contentes pois, apesar de já termos ido à segurança social, não sabíamos desta possibilidade. Neste mesmo gabinete tinha um painel ligado com vários fios entre si que era a *MotherBord* da Segurança Social. Ou seja, é o local que distribui todas as nossas informações entre Baião – Porto – Lisboa. É como se fosse um disco externo que guarda e partilha informação.

Passamos depois para o segundo gabinete, o gabinete do Coordenador que pouco é usado por ele, uma vez que ele trabalha na parte da Tesouraria. No entanto, a sua função principal é organizar e partilhar informação com várias entidades, sendo que, para poder esclarecer as dúvidas dos inúmeros clientes, necessita de se atualizar diariamente relativamente à legislação. O Sr. Barão trabalha na Segurança Social do nosso concelho desde o primeiro dia em que abriu. Referiu-nos que no início eram 11 pessoas a trabalhar. Atualmente, são apenas dois, ele e a D.ª Vitória, ou seja, mostrou-nos que ao longo destes anos a Segurança Social foi sofrendo mudanças, que podem ser diárias.

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Neste momento, em que mostrávamos maior à vontade com o Coordenador, tivemos oportunidade de tirar dúvidas pessoais, nomeadamente o n.º de anos de descontos para ter reforma por velhice e nº anos de descontos para reforma de invalidez. Questionou-se também a possibilidade de ter RSI e abonos, os quais todos podem requerer, mas depende dos rendimentos, a aceitação e o valor. Isto é o que vigora, mas a qualquer momento pode ser alterado.

Em suma, na Segurança Social pode tratar-se de todos os assuntos desde que nasce um bebé...quer dizer desde que está na barriga da mãe, até à morte da pessoa.

Agradecemos a hospitalidade ao Sr. Barão com um aperto de mão e tirámos uma fotografia de grupo para recordar que não se trata apenas de uma instituição, mas sim de um lugar que trabalha para as pessoas.

Ao Sr. Barão e sem esquecer a D. Vitória... Obrigada e até à próxima.

Curso 2 Auxiliar de Serviços Gerais II - Baião

FORMAÇÃO

Formandos de Baião visitam o Centro Social de Santa Cruz do Douro

No mês de Maio, os formandos do Curso 2 – Auxiliar de Serviços Gerais II de Baião efetuaram uma visita ao Centro Social de Santa Cruz do Douro, inserida na UFCD 3538 – Saúde da Pessoa Idosa – Cuidados Humanos Básicos. O objetivo da visita era analisar o conceito de qualidade de vida da pessoa idosa e identificar as práticas usadas nas instituições para promover a qualidade de vida da pessoa idosa.

Chegados ao Centro Social de Santa Cruz do Douro, fomos amavelmente recebidos pela Dra. Rosana que nos fez uma visita guiada pelas instalações da IPSS. No desenrolar da visita, a Dra. Rosana ia mencionando as práticas usadas para a promoção qualidade de vida da pessoa idosa nos vários domínios da vida - alimentação, higiene pessoal e conforto, sono e repouso, saúde, atividade física e animação.

O economato, cozinha e refeitório são as áreas relacionadas com a alimentação, onde os alimentos são devidamente armazenados e confecionados segundo as necessidades nutricionais de cada idoso, o seu gosto pessoal e a sua condição de saúde para serem servidos no refeitório.

No domínio da higiene pessoal e conforto, todos os idosos têm cuidados de higiene diários e com a regularidade que seja necessária. Todos os quartos têm WC para que seja respeitada a privacidade do idoso e estes são encorajados a colaborar para manterem o máximo de autonomia possível. No conforto, existe um salão de cabeleireiro onde semanalmente são tratados os cabelos, barbas e unhas dos idosos. No que respeita às roupas dos idosos, pessoais e de cama, são mudadas sempre que necessário e devidamente tratadas na lavandaria.

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

No domínio do sono e repouso, é respeitada a privacidade de cada idoso com quartos duplos, onde cada idoso pode colocar os seus objetos pessoais e são respeitadas as rotinas de sono e repouso de cada um. Na área da saúde, os formandos visitaram os gabinetes de enfermagem, o gabinete médico e também a sala de fisioterapia, todos equipados para corresponder às necessidades dos idosos, procurando que nada falte. No domínio da saúde também é feito o acompanhamento dos idosos a consultas e exames médicos no exterior da instituição.

Relativamente à atividade física e animação, existem várias salas de convívio equipadas com TV, computador e vários jogos para que os idosos realizem as atividades com as animadoras.

Os formandos tiveram a oportunidade de participar numa destas atividades de promoção de qualidade de vida da pessoa idosa, mais concretamente um jogo de Boccia com os idosos. Foi o momento mais divertido da visita em que formandos e idosos tiveram um momento de socialização, trocando conversas e sorrisos e até estratégias de jogo que acabou por se tornar uma verdadeira animação para todos!

Neste momento, os formandos sentiram o valor desta atividade na promoção da qualidade de vida dos idosos que, através da socialização e animação e até da psicomotricidade, lhes colocou um sorriso no rosto e boa disposição.

No final, a Dra. Rosana presenteou-nos com um lanche para repor as energias, um lanche composto por sandes mistas, biscoitos\bolachas sortidas e sumo. OBRIGADO!

Sandra Pinto, *Formadora da A2000*

FORMAÇÃO

O Empreendedorismo

No dia 11 de abril de 2018, no âmbito da UFCD Cidadania e Empregabilidade, os formandos do curso 1 - Auxiliar de Serviços Gerais a decorrer em Santa Marta de Penaguião, foram convidados, pelo CLDS Solidarius, de Sta. Marta de Penaguião, a assistir a um Workshop sobre Empreendedorismo e Educação Financeira, dinamizados pela colaboradora empresa Betweien - Vanessa.

O workshop iniciou com uma breve abordagem sobre o que é o empreendedorismo.

O empreendedorismo está muito relacionado com a questão de inovação, na qual há o objetivo de se criar algo dentro de um setor ou produzir algo novo, ou seja, para existir empreendedorismo é necessário ter uma ideia e pô-la em prática.

Ficamos também a perceber que, para existir competências empreendedoras é necessário existir inovação, iniciativa, liderança, gestão do tempo, perseverança, determinação, mudança, poder de decisão, trabalho em equipa e gestão do risco. Atualmente, as empresas procuram nas habilidades dos profissionais, o domínio das novas tecnologias, o poder de liderança bem como espírito de equipa.

Atualmente, o empreendedorismo é entendido como o motor de desenvolvimento econó-

Foram-nos ainda enumerados vários exemplos de famosos empreendedores tais como: José Mourinho, Fátima Lopes, Mark Suckerberg, Bill Gates e Steve Jobs.

No final foi-nos proposto fazer grupos e trabalharmos desafios para valorizarmos as competências essenciais de um empreendedor (trabalho em equipa, comunicação, gestão do tempo e liderança).

Consideramos que este Workshop foi bastante pertinente para o nosso desenvolvimento pessoal e profissional, tendo em conta que o empreendedorismo e a gestão financeira acompanham-nos diariamente.

Curso 1 Auxiliar de Serviços Gerais - *Santa Marta de Penaguião*

FORMAÇÃO CONTÍNUA

PO ISE - TIPOLOGIA DE OPERAÇÃO 3.01 -

QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E INCAPACIDADE

ÁREAS DE FORMAÇÃO:

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

A DECORRER, EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

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

SERVIÇO

Cofinanciado por:

PO ISE PROGRAMA OPERACIONAL INCLUSÃO SOCIAL E EMPREGO
PORTUGAL 2020
UNIÃO EUROPEIA Fundo Social Europeu

FORMAÇÃO

Formação contínua – Auxiliar Educativo

Entre 26 de março e 3 de maio decorreu, em Santa Marta de Penaguião, nas instalações da A2000, a ação de formação contínua "Auxiliar Educativo". A ação teve a duração de 150 horas e o grupo era constituído por doze formandos.

No primeiro dia de formação foi apresentado aos formandos a A2000, nomeadamente o funcionamento da formação, foram entregues e explicados a Carta de Direitos e Deveres do Cliente, o Referencial do Curso e o Manual de Acolhimento. Foram também entregues os materiais que serão necessários para o decorrer da formação.

O grupo estava muito ansioso mas, após as apresentações, essa ansiedade desapareceu e todos se integraram muito bem. Durante a formação todos os formando se empenharam na realização das atividades propostas.

Uma das atividades desenvolvidas foi a dramatização do teatro infantil " O Capuchinho Vermelho". Os formandos realizaram o cenário para a peça e, não se sentindo satisfeitos com a peça original, decidiram fazer algumas alterações incluindo músicas muito atuais e atrativas para as crianças.

No último dia de formação, os formandos fizeram a representação da peça para as crianças do Infantário do Centro Social e Paroquial de S. Miguel de Lobrigos. Estes referiram que foi uma experiência muito enriquecedora e agradável, pois as crianças foram muito participativas e receberam-nos muito bem.

Desejo muito boa sorte aos formandos e espero que apliquem os conhecimentos que levam desta formação.

Graciana Coelho - *Formadora*

E alguns formandos de Baião estão de volta...

No passado dia 7 de maio, iniciou a ação de Formação Contínua, Auxiliar educativo em Baião, nas instalações cedidas pela Câmara Municipal de Baião. O curso tem um total de 150 horas é composto por 4 unidades de formação: 3239 – Acompanhamento de crianças - Desenvolvimento infantil; 3244 – Acompanhamento de crianças e Técnicas de Animação; 3251 – Socialização Desenvolvimento e Formas de Intervenção; 6378PCDI – Ética e Sigilo Profissional.

O grupo é composto por 10 formandos, residentes no concelho, que anteriormente já haviam realizado Formação na A2000. Os formandos mostraram-se ansiosos e motivados por regressarem, onde tiveram oportunidade de conhecer novas pessoas para conviverem e terem novas aprendizagens.

O 1º dia iniciou pela apresentação da nova equipa de formadoras que os vão acompanhar neste percurso; do Referencial do Curso com as várias UFCD´s e por relembrar a Carta de Direitos e Deveres do Cliente. Foram também entregues os materiais que serão necessários para o decorrer da formação.

Às novas formadoras e a este grupo maravilhoso de formandos desejamos um excelente período de novas aprendizagens e experiências.

Nídia Correia, *Psicóloga*

GAPRIC

DOURO-SUL

GAPRIC - Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunidade

Objetivo:

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

Armamar e Tabuaço

INSCRIÇÕES ABERTAS

Informações/ Inscrições:

- Sede da A2000
- www.a2000.pt

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.

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

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

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

instituto nacional para a reabilitação

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

CIDADANIA EM AÇÃO

SERVIÇO

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**

Trabalhar e passear...

Este mês, foi um mês repleto de atividades e dinâmicas por parte dos clientes dos Espaços de Convívio. Atividades como informática, atividade física e visualização de filmes tiveram grande espaço na nossa programação mensal. A nível físico e psicológico cada idoso tem melhorado imenso: quer a nível de saúde, da autoestima e da velocidade de raciocínio, ao longo do tempo.

Mas o principal acontecimento de maio foi, uma atividade diferente de todas as outras, proposta pelos próprios clientes: uma viagem ao Jardim Zoológico Santo Inácio, situado em Vila Nova de Gaia. Muitos clientes dos Espaços de Convívio mostraram-se interessados em ver de perto animais que não se vêm todos os dias, e foi nessa medida que realizamos esta excelente viagem. Animais como leões, cobras, girafas, macacos e pinguins foram dos mais visados pelos idosos, mas os protagonistas da tarde foram as Araras Azul e Amarela e as Araras Vermelha e Verde, que fizeram uma apresentação para os visitantes, por volta das 14h30, cheia de cor e felicidade. Antes de regressar a casa, ainda visitamos a "Casa dos Insetos" e o "Reptilário". Um agradecimento aos "jovens" dos Espaços de Convívio pelo comportamento exemplar que tiveram durante este dia fantástico.

De seguida, preparar estes jovens para as atividades de Verão que estão a chegar!

Técnicos do Gabinete Psicossocial

GPS

SERVIÇO

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

CAARPD - Santa Marta de Penaguião

MAIO...

Bem podemos dizer que nos fartamos de trabalhar. Aprendemos a fazer tostas mistas, cada um fez a sua e no final lanchámos todos juntos, estavam muito boas. Para acompanhar fizemos um bolo de iogurte com recheio de compota de morango.

Ao longo do mês elaboramos alguns trabalhos, construímos os nossos corpos; um jogo de matemática; e realizámos os materiais para vender nas feiras. Tem dado muito trabalho, mas está a ficar tudo muito bonito.

No dia 16 fomos passear para o Peso da Régua e como era dia de feira e de mercado aproveitámos para fazer umas compras para as nossas atividades de jardinagem: trouxemos vasos, sementes e terra. Quando íamos a passar pelas bancas encontramos a nossa amiga, Dª Amélia, que mal nos viu ofereceu a cada um de nós uma maçã. Fomos o resto do caminho a comer. A Dª Amélia é sempre muito simpática para nós.

No dia 18 fizemos um almoço de despedida para a Estagiária Soraia Damião e como ela é muito gulosa confecionámos uma francesinha e de sobremesa bolo de bolacha, com recheio de compota de frutos vermelhos. A ela desejamos a maior sorte do mundo e que seja muito feliz. Obrigado!

No dia 22 fomos à Feira do Livro da Régua, vimos livros dos animais; das plantas; histórias para bebés, etc. Eram sem dúvida muitos livros. Enquanto fazíamos a visita apareceu o Mickey e a Minnie, claro que fomos logo tirar uma fotografia com eles, eram muito simpáticos. Terminada a visita, e como ainda era cedo, fomos passear e aproveitámos para lanchar, à sombra de uma árvore à beira rio.

Para mantermos a forma física, às sextas feiras continuamos a fazer atividade física, jogo futebol, ginástica nos colchões e atividades de coordenação motora.

Como podem ver nós andamos sempre muito atarefados, mas a verdade é que também não gostamos de estar parados.

Clientes e Técnicos do CAARPD ,
Santa Marta de Penaguião e Régua

CAARPD

CAARPD - Mesão Frio

Iniciámos o mês com mais uma sessão destinada aos sentimentos e à comunicação. Apesar de não falarmos diariamente nestes dois termos, a verdade é que tudo à nossa volta está relacionado com aquilo que sentimos e a forma como nos expressamos.

Realizámos atividades para promover a nossa habilidade com as mãos, por exemplo, fizemos labirintos, enfiamentos e encaixes. Construímos um jogo para trabalharmos a matemática e melhorarmos o nosso raciocínio. Ao longo do mês, fizemos uma série de atividades para promover a nossa atenção e concentração. Uma das atividades que mais gostámos foi a sopa de letras.

Como o mês já ia a meio, resolvemos fazer uma atividade para adoçarmos a nossa semana, fizemos um bolo de chocolate na caneca. Foi uma atividade muito interessante, divertimo-nos imenso a confecionar e a saborear o resultado da nossa experiência.

Para queimarmos as calorias e aproveitarmos o sol e o bom tempo da primavera, fizemos uma caminhada pelo centro de Mesão Frio, repousámos no jardim onde realizámos

alguns exercícios de mobilidade.

Um dos dias das atividades foi dedicado à realização da experiência do feijão, agora resta-nos esperar para ver o resultado... Será que o nosso belo feijão vai corresponder à nossa expectativa?

Clientes e Técnicos do CAARPD,

Mesão Frio

SERVIÇO

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.

Ministério da Saúde SEGURANÇA SOCIAL DIRECÇÃO REGIONAL DE EDUCAÇÃO DO NORTE

IPI

Como estimular a linguagem oral no seu filho?

O desenvolvimento da fala e linguagem são cruciais para o desenvolvimento da criança. Por vezes as dificuldades neste âmbito surgem nos primeiros anos de vida ou mesmo em idade pré-escolar.

Nestas situações o melhor é procurar um profissional especializado para identificar a problemática e definir a melhor forma de agir. No entanto a estimulação diária da criança no seu contexto é determinante, tanto para colmatar as possíveis dificuldades, como para atuar de modo preventivo.

Mas quais são os exercícios ou as estratégias que se podem usar? Seguem algumas dicas para poder aplicar em qualquer situação:

1. Converse com o seu filho

Durante a vida intrauterina, o bebé já consegue ouvir a voz dos seus progenitores, e por essa razão pode começar logo a conversar desde o nascimento do bebé. Desde muito pequenino o bebé reconhece a voz materna, por isso todas as alturas são ótimas para estabelecer diálogos.

Aproveite cada segundo para conversar com seu filho, use as rotinas para poder aumentar o léxico das crianças, durante o banho nomeie as partes do corpo, usufrua da hora da refeição e mesmo durante o vestir e o despir.

Evite responder às perguntas do seu filho apenas com um "sim" ou "não", expanda a conversa e redobre os momentos de conversação, assim o seu filho está a ouvir novas palavras e frases mais complexas e entende que uma conversa se estabelece por ciclos.

2. Conte histórias

A tradicional "história antes de ir para a cama", é muito importante para estimular a linguagem em todas as idades. Conte histórias para o seu bebé mesmo que ele não responda, aponte e use livros ou, pode ainda pode contar histórias antigas para estabelecer a relação comunicativa com o seu filho. Faça perguntas acerca da história que contou, ou peça ao seu filho para que seja ele a contar uma história. Mesmo que ele, apenas descreva as imagens é uma excelente oportunidade para desenvolver a linguagem.

As histórias trazem sempre novos conceitos, nas crianças em idade pré-escolar são ótimas para organizar ideias e estimular o gosto pela leitura antes do primeiro ciclo.

3. Brincar

Permita que o seu filho brinque livremente, além de estimular a imaginação é na hora do brincar que a criança tem variados estímulos e está muito motivada para aprender.

Desafie-se e guarde um momento do seu dia para brincar com as suas crianças, sem smartphones ou tablets. A brincadeira, de um para um, é de extrema importância para estabelecer a relação. Os pais são os modelos para os filhos, e nesta altura a criança está mais predisposta a aprender.

Brinque de diferentes maneiras, cante músicas, dance, brinque no chão e faça jogos ao ar livre.

4. Não use diminutivos

Usar palavras como "chicha" ou "carrinho" não ajuda! Dê sempre o modelo correto para a fala ao seu filho, mesmo que ele ainda seja muito pequeno e não diga as palavras corretamente.

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Os adultos são sempre o melhor modelo de fala e linguagem para as crianças. Mesmo que as crianças sejam muito pequeninas e apenas palrem, não interrompa e responda mesmo assim.

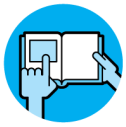
Estabeleça contacto ocular desde o primeiro dia, os bebés estão sempre muito atentos à face do adulto e logo aí observam como posicionamos a nossa boca para falar!

Pedir ao seu filho que olhe para o outro enquanto fala é essencial. O contacto ocular é ótimo para adquirir o modelo correto de fala e também promove a autoestima e autoconfiança.

Abaixo apresenta-se um diagrama com alguns conselhos práticos a implementar, em função da idade da criança, que certamente lhe serão úteis

Isa Dias, *Terapeuta da Fala*

Diagrama de Boas Práticas aplicáveis no dia a dia

PRIMEIRO ANO	Conversar nas rotinas Use brinquedos com sons e diferentes estímulos sensoriais Interaja com o seu bebé de um para um, sem distrações Converse e brinque com o bebé no seu campo de visão
 **1 A 2 ANOS**	Mostre livros e descreva as imagens Conte histórias para o seu filho Cante musicas em conjunto Use um modo de fala simples e claro para dar um bom modelo ao seu filho Nomeie diferentes elementos do quotidiano para aquisição de um léxico alargado
2 A 3 ANOS	Durante a conversa com o seu filho faça questões Nomeie as ações e a rotinas “banho”, “comer”, “brincar” Mantenha uma conversa sobre o mesmo assunto mais do que o usual Conte o seu dia e relate historias para que o seu filho tenha contacto com discursos mais longos e complexos
3 A 4 ANOS	Estimule novos conceitos incluindo os mais abstratos Faça jogos sobre o significado das coisas, ou mesmo os contrários/opostos Pergunte sobre os conjuntos: “animais”; “comida”; “brinquedos”; “instrumentos musicais” Dê-lhe espaço para falar e aproveite para dar o modelo correto de fala
ACIMA DE 4 ANOS	Peça ao seu filho para contar o seu dia Estimule a observação de livros e peça-lhe que descreva as imagens Ensine-lhe rimas Estimule para que escreva o seu nome Ensine-lhe o som das palavras “diz-me palavras com o som L” Faça jogos de palavras para estimular a consciência fonológica

IPI

DONATIVOS

DOADOR DO MÊS

CHIP7

A rubrica "Doador do Mês", do mês de junho conta com o apoio da **CENTROINFORTINTEIRO, LDA. (Chip 7 Vila Real).**

Foi fundada em 2005 com o objetivo de proporcionar ao mercado de Vila Real serviços informáticos e venda de todo o tipo de material informático, a preços muito competitivos. De acordo com esta estratégia, em 2010 integrou uma rede de lojas a nível nacional que representa a marca **CHIP7.**

A **CENTROINFORTINTEIRO, LDA. (Chip 7 Vila Real)** disponibiliza uma alargada gama de material informático, eletrónica de consumo nomeadamente portáteis, PCs fixos, PC personalizados, telemóveis, consumíveis informáticos (tinteiros e toners), software, assim como variados serviços informáticos.

Com mais de 12 anos de experiência no mercado, temos parcerias estreitas com os principais fabricantes que nos permite oferecer serviços e produtos a preços muito competitivos.

A nível de serviços estamos divididos em duas áreas de negócio, a **Clínica da CHIP7** e a **CHIP7 EMPRESASE NEGÓCIOS** em que os principais serviços são:

CLÍNICA CHIP7
PC / Portátil / Smartphone

◊ Reparação / Reposição e instalação de sistemas operativos;

◊ Remoção de vírus e instalação de antivírus;

◊ Limpeza interna e externa de PC / Portáteis;

◊ Recuperação e backup de dados;

◊ Reparação de smartphone (nomeadamente ecrã partido);

◊ Reparação de qualquer tipo de avarias de PC / Portáteis / smartphone;

◊ Montagem de PC personalizados nomeadamente na área do Gaming.

CHIP7 EMPRESAS & NEGÓCIOS
A nível empresarial

◊ Instalação de software de gestão (Sage / Wintouch / XD);

◊ Soluções de internet (Rede wifi);

◊ Email profissional e Configuração de contas Outlook;

◊ Instalação de servidores e storage;

◊ Soluções de printing (aluguer de impressoras);

◊ Aconselhamento e consultadoria informática (desenhamos soluções adequadas a sua empresa);

◊ Contratos de manutenção a medida de cada empresa;

◊ Concursos Públicos.

SOMOS UMA REDE DE PROFISSIONAIS DE IT PRESENTES NO MERCADO HÁ VÁRIOS ANOS, COM PROVAS DADAS E COM UMA COBERTURA ALARGADA DE PORTUGAL CONTINENTAL E ILHA DA MADEIRA !

O nosso principal foco é fornecer aos nossos Clientes, soluções "chave na mão" que os ajudem a aumentar a eficiência e a produtividade das suas empresas, através do estudo, desenvolvimento e implementação de soluções à medida das Suas necessidades.

- SERVIDORES E STORAGE
- EMAIL PROFISSIONAL
- SOLUÇÕES DE PRINTING
- SOFTWARE DE GESTÃO
- VIDEOVIGILÂNCIA
- CONTRATOS DE MANUTENÇÃO

DONATIVOS

Possuímos uma equipa técnica/comercial, jovem, dinâmica, experiente e especialista em serviços que se diferenciam da concorrência pela relação de excelência estabelecida com o cliente, baseada na competência, honestidade e compromisso.

Estamos em VILA REAL | VISEU | PORTO

Dispomos de uma loja online com mais de 25 000 referências de produtos disponíveis.

Visite-nos em www.chip7.pt

Se pretende qualidade em todo o serviço e atendimento…

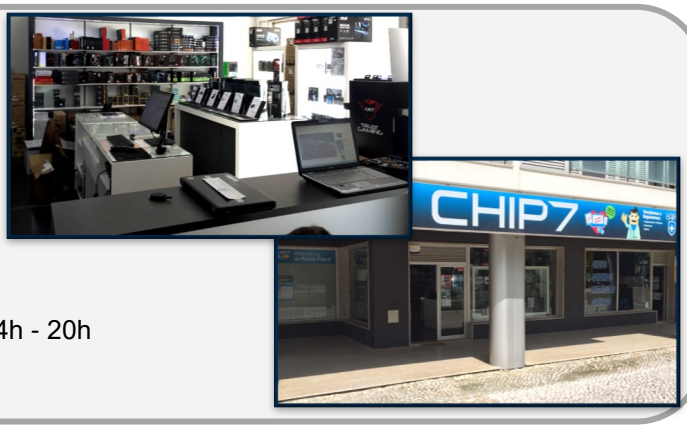
Visite as lojas da CENTROINFORTINTEIRO, LDA.

Loja de Vila Real

Alameda de Grasse, Lote 14, LJ 2, 5000-703 Vila Real
Tel. / Fax: 259 342 434 | **E-mail:** lojavilareal@chip7.pt
www.facebook.com/chip7vilareal
Horário de funcionamento:
Segunda a Sexta-feira das 10h -13h e das 14h30 - 20h
Sábado das 10h -13h e das 14h30 - 18h

Loja de Viseu

Quinta Del Rey, Lote 244, LJ 2,
3500-401 Viseu
Tel. /Fax: 232 414 473 | lojaviseu@chip7.pt
www.facebook.com/chip7viseu
Horário de funcionamento:
Segunda a Sexta-feira das 9h30 -12h30 e das 14h - 20h
Sábado das 9h30 -12h30 e das 14h - 18h



Loja do Porto/Boavista - Centro Comercial Cidade do Porto

Rua Gonçalo Sampaio, 350 – C.C. Cidade do Porto, LJ 208, 4150-365 Porto
Tel. / Fax: 223 224 191 / 933 989 636
lojaboavista@chip7.pt
www.facebook.com/chip7boavista1
Horário de funcionamento:
Segunda a Domingo das 10h - 23h

DOADOR DO MÊS

DOADOR DO MÊS

amadeus restaurante

Em junho o *Restaurante Amadeus em Vila Real* é um dos doadores do mês da A2000.

O **Restaurante Amadeus** é uma das entidades financiadoras da A2000, cumprindo o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

O **Amadeus** é um negócio familiar, com 23 anos de história. Esta casa foi criada pelo casal Maria José Morgado e Delmar Alves, que para além da restauração dedicam-se também à castanha, vinho, amêndoa e recentemente ao azeite biológico da marca "Amadeus".

Situado no coração da região de Trás os Montes, mais propriamente no centro da Cidade de Vila Real, o **Amadeus** apresenta-lhe um leque de opções gastronómicas e uma profissional e simpática equipa, que proporciona aos seus clientes uma inesquecível experiência gastronómica.

O **Amadeus** já conquistou portugueses e estrangeiros com as suas refeições de qualidade, que fazem crescer água na boca, e que já lhe valeu o galardão de melhor restaurante da "Bila" em 2012.

No **Amadeus** pode ainda encontrar novas opções gastronómicas como o sushi e o marisco.

O serviço de sushi está disponível aos clientes todas as quartas-feiras desde há 5 anos.

A francesinha é sem dúvida a sua marca de referência, caracterizada por muitos como a "melhor francesinha de Vila Real".

RESERVAS

259 374 440

Tel.: 916 179 455

Avenida 1° de Maio 180 F
Vila Real, Vila Real, Portugal

www.menu.amadeusrestaurante.pt

DOADOR DO MÊS

Mas para além da famosa francesinha, no Amadeus, pode deliciar-se com especialidades típicas: posta, costeletão, hambúrguer, tendo sempre o serviço à lista disponível, acompanhado por um bom vinho do Douro. Pode terminar a sua refeição com sobremesas sempre frescas confecionadas pela proprietária.

amadeus
marisqueira

A marisqueira, com 1 ano de existência, surgiu com a necessidade de oferecer aos vila-realenses um serviço de marisco de qualidade.

Aberta de segunda a sábado ao jantar e domingos todo o dia, na marisqueira Amadeus encontra um grande leque de marisco: zamburina, percebes, mexilhão, búzio, sapateira, ostras, camarão, santola e navalheiras.

Pode ainda saboreara a açorda de marisco, bacalhau, dourada, robalo e polvo grelhado.

Para além destas iguarias do mar pode também comer peito de frango recheado, magret de pato, lombinho de porco e bife da vazia. Pode acompanhar estas delícias com uma vasta carta de vinhos, champanhe e sangria.

O Amadeus espera pela sua visita…

DOADORES

Ficha Técnica

Viver e Aprender | Edição 127 | maio 2018

Propriedade: **A2000** Contribuinte: **505 045 125**

Coordenação: **António Ribeiro**

Edição: **Marina Teixeira**

Produção e Paginação: **Kelly Guedes**

www.a2000.pt

Morada: **Av. 25 de Abril, nº39**

5030-464 Santa Marta de Penaguião

Telefone: **254 822 046**

Email: **a2000@a2000.pt**

ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

ER-1072/2012