

ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Doador do mês



Integrações Profissionais
Mercado de Trabalho
Associação São Tiago de Vila Chã
Alijó (pág.4)



Veja o Relatório e Contas de
2017 da A2000 (pág. 7)



Testemunhos de FPCT
(Formação Prática em Contexto de Trabalho)

Conheça a experiência da Liliana e do António (pág. 12)




ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO



Torne o seu **IRS SOLIDÁRIO**
e destine **0,5%** à **A2000**

NIF 505045125

No Modelo 3 - rosto, no Quadro 11, Campo 1101 indique na opção "Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública"

Ajude quem mais precisa!
Não paga mais por isso...

Apoios



Júlio
Pinto
Fontes



Lugar da Ribaboa, Armazém nº 1 - Vila Nova de Cima 5000-105
Vila Real
918 804 844 ou 967 494 547 | 259 351 088
oficinafelizardovilela@gmail.com

02 EMPRESAS SOLIDÁRIAS



A Tendinha: 254 312 037

A Nova Tendinha: 254 313 044

Pastelarias Tendinha

PESO DA RÉGUA

Bolos de aniversário | Comunhões | Batizados | Fabrico diário de bolas

Maria da Purificação Fraga

Fonseca Amaral | Armamar



Lamego

Escola de condução
ENSINO & FORMAÇÃO..

**FORMAMOS
CONDUTORES
COM SEGURANÇA!!**

254 655 920 | 933 854 921

MOTOCICLOS - LIGEIROS

BEM-VINDO

FARMÁCIA BATISTA RAMALHO

Tef: 254858132
Telemóvel :914535598
Email: batista.ramalho.amm@gmail.com
Morada : Lugar das Mozes nº36 - 5110-159 Armamar

PASTELARIA DA SEARA

Dr. Luís Miguel Soares Antunes
Rua Gaspar e Manuel Cardoso - Loja C
Telef.: 96 33 04 166 5110-138 ARMAMAR

Safo Rosita

Rua Serpa Pinto 34,
1º - D Peso Régua | 254 314 988

Foto Regalos

de: Jaime Clemente

Lugar do desterro - Lamego

Tif: 254 656 038
Tlm: 961 287 505

Email: fotoregalosjc@gmail.com

José Monteiro

Eletricidade e Telecomunicações

969679356
tonimonteiro1973@sapo.pt
Rua de S Pedro, nº2
5110-673 Vila Seca

QUIM PNEUS

QUIM DOS PNEUS UNIP, LDA.
NIF.º 514 299 380
Tif.: 254 855 099 Tlm.: 962 144 954 | 962 493 562
Alto da Portela, 2 - 5110-166 Travanca Armamar

Fisio Armamar

254103945
Vanessa Cardoso: 914888791
Filipe Pereira: 91179311
Avenida 8 de Setembro, nº 57, loja D
510-31 ARMAMAR

NVP Cabeleireiro

Praça da República . Armamar
Nuno Pinto: 963 676 465 | Vera Pinto: 933 972 573. 254 094 513
E Ledarc Lamego: 254 688 014
facebook.com/nvpcabeleireiro

Espaço Recomendável

Contabilidade, Lda.
Jorge Rodrigues

Telemóvel: 964 070 879
Telefone: 254 858 290
Email: jorgefsr@iol.pt
Avenida 8 de Setembro s/n
5110-121 Armamar

COVALCAR OFICINA AUTO

Zona Industrial, Lote 37
5110-166 Armamar

Gasoleneira Bica do Hospital, Lda.

Contribuinte 504 164 236

Tel: 254 85 18 37
Fax: 254 85 82 98
Tlm: 969 573 145 5110-152 TRAVANCA - Armamar

e-mail: gasolinhospital@sapo.pt

O mês de março foi o mês do balanço do ano anterior, claro que tudo o resto decorreu como o planeado, mas foi um mês de compilação de resultados, de análise e conclusões.

Quando a A2000 tinha meia dúzia de colaboradores, e apenas um serviço (Formação Profissional) todos acompanhavam o desenrolar das ações, todos conseguiam avaliar se os objetivos estavam a ser concretizados, todos estavam conscientes de que os resultados dependiam diretamente do seu trabalho. Quase não era preciso fazer relatórios – estes eram mais para revelar ao exterior os resultados - pois dentro da A2000 o acompanhamento da execução das ações era diário: sentíamos o pulsar da organização dentro de nós. Um sistema de qualidade não nos trazia nada de novo, pois o controle era feito pela proximidade das pessoas e pelo total envolvimento na missão que não estava escrita, mas era vivida por todos.

Hoje, a dimensão e a dispersão da A2000 exigem o recurso a uma série de ferramentas que ajudem a que todos partilhem os mesmos valores e percecionem a realidade social pelo mesmo prisma. Claro que isto exige a formalização de uma série de canais e de procedimentos, para que haja alguma uniformidade no modo de atuação, resolução de problemas e obtenção de resultados. É aqui que entram os sistemas de Qualidade – que no caso da A2000 está certificada por dois: ISO9001 e EQUASS – com os seus princípios, com os seus *modus operandis*, com a sua exigência ao nível das evidências e dos indicadores de resultados.

Obviamente, que numa organização com dezenas de pessoas, dispersas, com funções diversas, com períodos de experiência na A2000 diferentes, nem todos conhecem aprofundadamente o “coração” da A2000, nem todos têm

consciência da importância do seu papel na obtenção deste ou daquele resultado, nem todos percebem que membro são dentro deste organismo que parece ter vida própria, mas que apenas existe graças ao “sangue” que todos damos no nosso dia a dia.

O balanço do ano de 2017 revela que, financeiramente, foi o melhor ano de toda a vida da A2000; em termos de serviços prestados houve aumento e a qualidade satisfaz os clientes e parceiros; os colaboradores também revelaram maior satisfação do que no ano anterior, então poderia dizer-se que tudo correu bem. O que é verdade! E poderia terminar aqui.

Mas como a Qualidade não é uma abstração, nem um procedimento só para alguns, mas sim um “estado de espírito” de permanente exigência para alcançar a perfeição, fica o apelo a todos (sócios, colaboradores, parceiros, clientes) para uma autorreflexão acerca do seu contributo e papel na A2000, pois ela é aquilo que nós quisermos que ela seja, por isso é tão diferente do que já foi.

Parceiros, clientes, fornecedores, colaboradores, voluntários, financiadores, sócios, têm sido peças importantes que catapultaram a A2000 para o local onde está, porém o trabalho é cada vez mais difícil, pois a exigência é cada vez maior: a pedra é mais pesada e a montanha mais íngreme, só o envolvimento de todos e o trabalho de equipa garantem uma caminhada profícua! Contamos convosco para mais um ano de muito trabalho!

Marina Teixeira, Diretora Técnica

ÍNDICE

3
Editorial

4
Destaque

6
CRIP

7
Notícias

11
Formação Inicial

19
Formação Contínua

21
Gabinete Psicossocial

23
CAARPD

26
Intervenção Precoce na Infância

29
Clínica Social

30
Donativos

Integrações Profissionais

Recentemente integrada profissionalmente na Associação São Tiago de Vila Chã, Vera Gomes, de 30 anos, residente em Francelos, Vilar de Maçada, frequentou os serviços da A2000.

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

Neste contexto realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na Associação São Tiago de Vila Chã, como ajudante familiar. Durante a FPCT, a Vera demonstrou um desempenho satisfatório, revelando motivação e responsabilidade nas tarefas executadas, assim como uma boa relação com todos os intervenientes.

Tudo isto permitiu à Vera aperfeiçoar as suas capacidades e conhecimentos, tendo a entidade possibilitado a integração profissional da cliente através da medida de emprego - Contrato Emprego Inserção +.



A Vera desempenha no seu local de trabalho diversas tarefas relacionadas com os cuidados de higiene e alimentação dos idosos, apoio ao



serviço de lavandaria e limpeza de espaços e objetos.

Estabeleceu ainda ao longo deste percurso uma boa relação



com os idosos, colegas e superiores, contribuindo desta forma para a melhoria da sua autoestima e estabilidade emocional, sentindo-se mais valorizada socialmente.

A Vera refere que desde que teve o apoio da A2000, a sua vida mudou radicalmente: começou por ter novos hábitos e rotinas de trabalho, novas amizades e acima de tudo independência financeira. Agradece todo o esforço e dedicação das técnicas envolvidas que sempre se mostraram disponíveis em ajudar.

Ana Augusto, Técnica da A2000

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Entidade: Associação São Tiago de Vila Chã

Atividade: Apoio à terceira idade (IPSS)

Concelho: Alijó



A Associação São Tiago de Vila Chã é uma Instituição Particular de Solidariedade Social (IPSS) com sede no Bairro Cimo da Fonte, em Vila Chã - Alijó e tem como missão prestar um serviço de qualidade, adequado a cada cliente, respondendo às suas necessidades e superando as suas expectativas, no que concerne ao seu bem-estar físico, social e mental. Esta entidade integra várias respostas sociais nomeadamente Serviço de Apoio Domiciliário, Centro de Dia e Estrutura Residencial Para Pessoas Idosas.

O primeiro contacto profissional desta entidade com a Vera ocorreu durante a formação prática em contexto de trabalho (FPCT), no âmbito da Medida de Apoio à Colocação, através do Centro de Recursos para a Inclusão Profissional. Segundo o Sr. Presidente, António Fernandes, as expectativas que inicialmente possuía em relação à Vera foram superadas, pois esta “sempre se mostrou muito responsável e disponível para novas aprendizagens”.

Durante a realização da FPCT, a cliente integrou-se bem na dinâmica institucional, revelan-

do uma melhoria satisfatória das suas competências pessoais e profissionais necessárias à função a desenvolver, o que a conduziu a uma integração profissional. Com a passagem da Vera a tempo inteiro na equipa de trabalho, foi clara, “a melhoria da sua autoestima e das relações interpessoais, pois inicialmente a cliente apresentava-se muito reservada e introvertida”. Para o sucesso desta etapa foram ainda fundamentais a Diretora Técnica e todas as colegas de equipa, que sempre a auxiliaram e orientaram, quando necessário.

Para os responsáveis da entidade, “as IPSS’s têm o dever cívico de ser inclusivas, integrando profissionalmente pessoas com deficiência ou incapacidade. Pois a inclusão gera produtividade e uma maior valorização dos funcionários. Contudo esta experiência também se traduz numa mais-valia para as Entidades, pois integram um projeto financiado a 100% pelo IEFP, não acarretando despesas para a Instituição.

Ana Augusto, Técnica da A2000



INTEGRAÇÕES

INSCRIÇÕES
ABERTAS

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.



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Relatório e Contas de 2017

No dia 29 de março realizou-se a reunião de Assembleia-Geral dos sócios da A2000 para apresentação do Relatório e Contas do ano de 2017, o qual foi aprovado por unanimidade.

O Relatório e Contas de 2017 compila a taxa de execução de todas as ações previstas para 2017, indicando também quais os desvios e quais as ações corretivas a implementar.

Este Relatório e Contas de 2017 é constituído por duas partes:

- ♦ **Análise das Ações Executadas** (Ações executadas; Participação dos stakeholders; Recursos envolvidos; Inovação; Monitorização do sistema de gestão da qualidade).
- ♦ **Análise das Contas** (Balanço; Demonstração de Resultados por Naturezas; Demonstração de Alterações nos Fundos Patrimoniais; Demonstração de Fluxos de Caixa; Anexo às Demonstrações Financeiras; Certificação Legal das Contas; Relatório e Parecer do Conselho Fiscal).

O Programa de Ação e Orçamento para o ano de 2017, elaborado de forma a concretizar as metas do Plano Estratégico nos seus 4 eixos: Clientes, Serviços, Desenvolvimento e Inovação, Organização e Gestão; comportava ainda objetivos que correspondem aos principais indicadores dos 4 macroprocessos e dos 15 processos do Manual de Qualidade, de modo a que o desenvolvimento das ações seja coerente e cumpra, com rigor, os procedimentos daqueles processos.

Assim, o Relatório e Contas compilou a monitorização dos serviços previstos no Programa de Ação e Orçamento e seus resultados, esses serviços comportam diversas ações, como a seguir se descreve:

SERVIÇOS FORMATIVOS

- **Qualificação de pessoas com deficiência ou incapacidade (PO ISE – Tipologia de Operação 3.01):** envolveu duas modalidades formativas - Formação Inicial com 142 formandos e um volume de 15084 horas ministradas e Formação Contínua com 1402 horas ministradas a 102 formandos - distribuídos por 8 locais (Sta. Marta de Penaguião, Baião, Resende, Chaves, Montalegre, Tabuço, Armamar e Vila Pouca de Aguiar), o que fez um volume de horas de 159 860,5 horas.

No Programa de Ação estavam previstas outras ações formativas que não ocorreram.

No caso das formações modulares (T.O. 3.03 - Formação Modular para DLD e T.O. 1.08 – Formação Modular para empregados e desempregados) as candidaturas não foram aprovadas;

SERVIÇOS NÃO FORMATIVOS

- **Gabinete Psicossocial:** envolveu os Espaços de Convívio em 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), com ações diversas para 77 idosos.
- **Intervenção Precoce na Infância:** o Acordo de Cooperação com a Segurança Social é para 30 crianças dos 0 aos 6 anos de idade (Santa Marta de Penaguião, Peso da Régua, Mesão Frio e Mondim de Basto), mas os técnicos da A2000 tiveram a gestão de caso de 40 crianças e participaram com os restantes elementos da ELI no serviço prestado a 83 crianças.

(Continua na página seguinte)

A2000

(Continuação)

- **CRIP - Centro de Recursos para a Inclusão Profissional** (zona de intervenção do Centro de Emprego de Vila Real do IEFP): envolveu 3 serviços e abrangeu 131 pessoas: 75 em Informação, avaliação, e orientação para a Qualificação Emprego (IAOQE); 47 em Apoio à Colocação (AC); 9 em Acompanhamento Pós-Colocação (APC).
- **CAARPD – Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência ou Incapacidade:** com acordo de cooperação com a Segurança Social para 25 clientes (Santa Marta de Penaguião, Peso da Régua, Mesão Frio e Mondim de Basto). Envolveu a modalidade de “Atendimento e Acompanhamento” e a modalidade de “Reabilitação Social” e abrangeu 28 pessoas.
- **Clínica Social:** envolveu a prestação de serviços terapêuticos (Fisioterapia, Terapia da Fala, Psicologia) aos clientes internos e a 8

pessoas da comunidade.

Todas as ações acima descritas envolveram a participação dos **STAKEHOLDERS** (clientes diretos, significativos, colaboradores, voluntários, parceiros, fornecedores e financiadores) que criaram a dinâmica necessária à prossecução dos serviços, pelo que também foram auscultados e avaliados ao nível da qualidade do desempenho, da satisfação e grau de participação.

Ao nível dos **parceiros**, existiram 195 Acordos de Parceria, dos quais 45 foram novos, o que envolveu um total de 182 parceiros - há parceiros comuns a vários projetos – os quais se revelaram satisfeitos com a parceria estabelecida.

Em termos de **colaboradores**, o ano de 2017 começou com 35 colaboradores (4 dos quais em regime de prestação de serviços). Durante o ano transitaram 49 pessoas pela A2000 e a 31 de dezembro permaneciam 42 colaboradores (4 dos quais em regime de prestação de serviços). Colaboraram também

outras pessoas: 3 pessoas através de CEI+ e 9 pessoas em Estágio Profissional.

Os **fornecedores** para os serviços correntes de 2017, submeteram-se aos procedimentos da contratação pública e foram celebrados 50 contratos que se somaram aos já anteriormente contratualizados.



(Continua na página seguinte)

(Continuação)



Relativamente aos **financiadores** mantiveram-se os mesmos: Fundo Social Europeu (FSE), Estado Português (IEFP e Segurança Social), autarquias (Câmaras Municipais e Freguesias).

Quanto aos **"Recursos Físicos"** mantiveram-se as instalações existentes nos 8 locais desde 2016. Em Resende mudou-se de instalações no 1º semestre, e em Montalegre terminou a formação em outubro.

Ao nível do "Desenvolvimento e Inovação" foram implementadas algumas melhorias quanto aos procedimentos dos Serviços e fizeram-se candidaturas a novos projetos e formas de financiamento.

Apresentam-se dados sobre a monitorização do Sistema de Gestão da Qualidade, verificando-se que 97% das suas ações foram eficazes. A concretização dos processos do Manual de Qualidade ocorreu na totalidade, apenas alguns não atingiram a taxa prevista e, conseqüentemente, foi verificado o nível de aplicação dos Princípios do EQUASS e da norma ISO9001: 2008.

Em termos globais o Programa de Ação de 2017 obteve uma taxa de execução de 84%.

Quanto às Contas, à data de 31 de dezembro de 2017, através da análise das Demonstrações Financeiras (Balanço e Demonstração de Resultados por naturezas) verificou-se o rendimento total de € 1.402.210,96 (em 2016 foi de € 1.228.924,33), e a despesa global foi de € 1.363.923,88 (em 2016 foi de € 1.204.910,55).

A A2000 recebeu, durante o exercício de 2017, um conjunto de subsídios cujo montante ascendeu a €1.313.696,38 (em 2016 foi de €1.154.169,62).

As demonstrações Financeiras evidenciaram um resultado líquido positivo de €38.287,08 (em 2016 foi de € 24.013,78).

Saliente-se que as Contas são acompanhadas, auditadas e certificadas por um Revisor Oficial de Contas independente.

Pode verificar na íntegra o Relatório e Contas de 2017 em www.a2000.pt – Menu "Quem somos" – aceder a "Relatórios e Contas"

Marina Teixeira, *Diretora Técnica*

A2000

A minha passagem pela A2000



Para quem não me conhece, o meu nome é Joaquim Velho e fui técnico de Informática da A2000 a partir de março de 2014. Dediquei a minha vida profissional a esta instituição (e alguma pessoal também). Foram 4 anos de trabalho que terminaram em março de 2018.

Quando algo se acaba as palavras normalmente são as melhores (depois de morrer são todos boas pessoas), mas eu queria fugir um pouco a essa regra, até porque toda a gente sabe que não é assim.

Posto isto, foram 4 anos de muito trabalho, outras vezes nem tanto; de muitas alegrias, algumas tristezas; de colegas que valeu a pena conhecer, outros que nem de perto nem de longe; de aprendizagens muito úteis, outras que passava

melhor sem saber; de pessoas que “levo” para a vida, outras que deixo sem saudade... Porque teria de ser tudo bom? Nem tinha piada!

Talvez não tenha feito tudo que podia, mas tentei transmitir o máximo que sabia. Talvez esperassem mais de mim e eu nem sempre tenha sido capaz de corresponder às expectativas. Peço desculpa! Somos todos imperfeitos, é a vida!

Levo amigos, sabedoria, experiência, saudade... Espero ter deixado qualquer coisinha em alguns de vós: colegas, formandos, clientes dos Espaços de Convívio...

A despedida tem sempre que custar porque só assim fica a certeza que valeu a pena. Entre o bom e o mau tudo se resume a uma palavra e é isto que fica e que irá ser determinante no futuro: Experiência!

Muito obrigado a todos pelo contributo!

Joaquim Velho, Informática



FORMAÇÃO INICIAL

POISE - TIPOLOGIA DE OPERAÇÃO 3.01 -

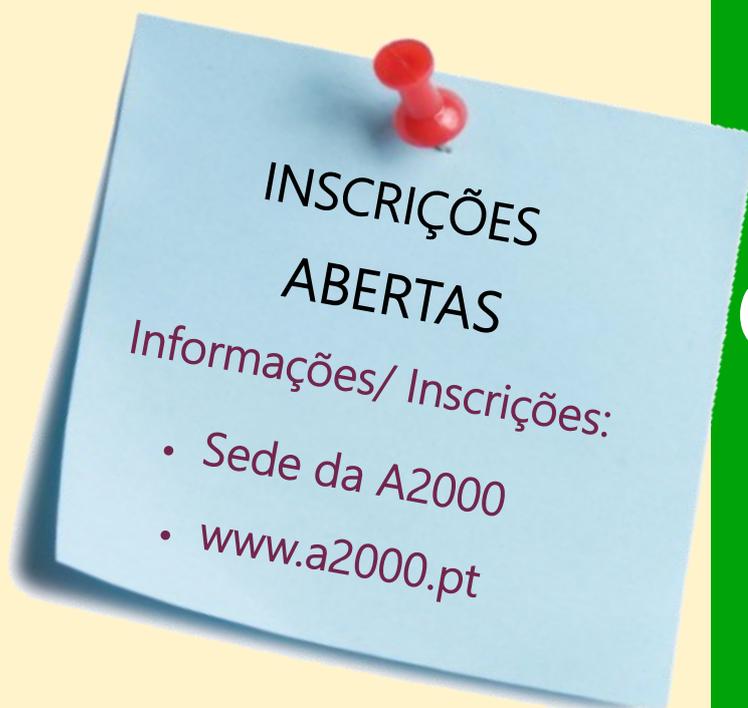
QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA E INCAPACIDADE

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



SERVIÇO

Cofinanciado por:



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO

PORTUGAL
2020



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

O testemunho de FPCT da Liliana

Chamo-me Liliana Passos, tenho 31 anos e vivo em Santa Marinha do Zêzere. No dia 4 de abril de 2016, iniciei na A2000 um curso de formação de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade que decorre em Baião. A formação que frequento tem a duração de 2900 horas, o primeiro ano foi formação em sala e o segundo é Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT).

No dia 1 de junho de 2017 iniciei FPCT no Centro Social e Paroquial de Santa Marinha do Zêzere. Trabalhar com crianças sempre foi uma área que me atraiu e aqui tive a oportunidade de ter essa experiência. Apesar desta minha paixão, não correu como eu esperava e, em concordância com a minha TAI e a responsável do Centro, acabamos por decidir que seria melhor procurar outra entidade para dar continuidade à FPCT.

Atualmente, frequento FPCT na Escola EB2/3 de Santa Marinha do Zêzere e não posso estar mais feliz, todos me receberam com muito carinho, facilitando a minha adaptação. Na escola faço imensas tarefas, ajudo na limpeza de todos os espaços exteriores e interiores, faço a vigilância dos alunos nos intervalos e nas deslocações para o autocarro. Estou a gostar bastante desta



experiência na escola, porque sempre gostei de trabalhar com crianças. Também gosto do convívio



com os alunos da escola e com os professores, não esquecendo o bom relacionamento que tenho com todos os colaboradores.

Atualmente, faço um pouco de tudo e estou totalmente integrada no funcionamento da escola. No futuro, gostaria de ficar integrada, porque gosto muito deste convívio, das tarefas que realizo e, essencialmente, de trabalhar com crianças.

Agradeço à Câmara Municipal de Baião, à A2000 e a todos os colaboradores e professores da escola pela oportunidade, apoio e carinho que sempre demonstraram comigo.

Obrigada a todos!

Liliana Passos, Formanda do Curso 15- Assistente Familiar e de Apoio a Comunidade – Baião



O meu testemunho de FPCT

O meu nome é António Jorge Barbosa Gomes, tenho 39 anos e resido em Parada de Aguiar, concelho de Vila Pouca de Aguiar.

Após, um ano de formação em sala, no Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, fui realizar o meu estágio para a Casa da Fonte Pequena S.A, empresa de engarrafamento de vinhos no parque empresarial de Vila Pouca de Aguiar.

No primeiro dia estava um pouco ansioso e nervoso pois, não sabia o que me esperava. Com o passar dos dias fui-me habituando, percebi o que tinha a fazer e que podia contar com as pessoas que me rodeavam caso estivesse com dificuldades.

Atualmente já sei fazer um pouco de tudo. As minhas tarefas diárias passam por: carregar uma máquina com cápsulas no seu local apropriado, colocar garrações vazios numa máquina para estes serem cheios, receber no tapete rolante garrafas ou caixas já com o vinho dentro e formar paletes. É importante que a mercadoria fique bem acondicionada nas paletes para depois serem embaladas em segurança. Durante o processo em que a mercadoria desliza no tapete, tenho de estar atento e tirar as garrafas que se vão partindo na máquina. Ainda me falta passar por algumas tarefas dentro da fábrica como por exemplo, a máquina Tetra mas, com tempo também irei experimentar.

Trata-se de um trabalho que eu desconhecia mas que estou a gostar muito. Tanto no que diz respeito às tarefas do dia a dia como na relação com as pessoas, especialmente com os responsáveis, que me acolheram muito bem e continuam diariamente preocupados comigo.

Esta oportunidade de estágio faz-me sentir

mais valorizado, sinto que sou capaz de realizar as tarefas como os colegas de equipa e esforço-me para que o meu desempenho seja bom. Sou assíduo e pontual, pois também é importante que sejamos responsáveis com aqueles que estão a contar com o nosso trabalho.

Gostava de ficar integrado profissionalmente nesta casa.

António Jorge Gomes, Formando do curso Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade - Vila Pouca de Aguiar



FORMAÇÃO

Visita ao Museu de Arqueologia e Numismática de Vila Real

No âmbito da unidade Matemática para a Vida, os clientes do Curso 4 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II de Armamar, visitaram, no passado dia vinte e seis de março, o Museu de Arqueologia e Numismática, em Vila Real.

A visita teve como objetivos aprender a história do dinheiro, salientando a sua evolução e identificar as várias moedas existentes no decorrer dos anos.

Inicialmente vimos um mapa que demonstrava os vários povos existentes no passado e por onde circularam as várias moedas existentes. Vimos também um outro mapa que indicava os locais onde foram encontradas as moedas existentes no Museu. A coleção de Numismática existente no Museu foi adquirida pela Senhor Padre João Parente, que as adquiriu na zona de Trás-os-Montes e Alto Douro. Cada moeda representa Imperadores ou Reis importantes na época da sua criação.

Aprofundamos os conhecimentos ao nível da história do dinheiro, sendo que esta, foi sucintamente explicada pela guia que nos acompanhou ao longo da visita ao Museu.

Posteriormente, visitamos as exposições existentes no Museu que retratavam as atividades realizadas pelo ser humano quando era nómada e, posteriormente sedentário. Conhecemos também alguns instrumentos que eram utilizados para algumas atividades (agricultura, caça, pesca e pastorícia).

No final, a convite do guia, tivemos oportunidade de visitar uma exposição fotográfica que estava no Museu e retratava a linha do comboio.

Foi tudo muito novo para nós e muito diferente do que já tínhamos visto: gostamos!

Curso 4 Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II - Armamar



Proteção Ambiental

No âmbito da UFCD Proteção Ambiental estudamos os principais conceitos relacionados com proteção ambiental.

Sendo a preservação do ambiente uma grande preocupação a nível nacional e internacional, foram criadas normas para proteção do ambiente. Em sala foram construídos pequenos ecopontos, simbolizando a necessidade urgente da gestão de resíduos e alertando para os benefícios da reciclagem para um novo planeta.

A nível pessoal o contributo foi significativo porque permitiu alertar-nos para uma maior consciência cívica, bem como estimular a necessidade de melhorar o nosso comportamento no que respeita ao tratamento a dar aos diversos tipos de resíduos.

Ao nível de gestão de resíduos, identificamos os vários tipos de resíduos como: **urbanos** (resultantes as atividades humanas dos centros urbanos), **industriais** (provenientes dos processos produtivos industriais), **domiciliares** (os recicláveis orgânicos biodegradáveis e os rejeitáveis), **orgânicos** (compostos por alimentos e outros materiais que se decompõem pela natureza), **inorgânicos** (compostos por produtos manufaturados), **de limpeza urbana** (de varrição pública, poda e capina de espaços e vias publicas) e **hospitalares** (recolha em farmácias e hospitais).

A informação foi pertinente a nível pessoal porque apesar de todos termos já algum tipo de conhecimentos, não eram tão detalhados como passaram a ser. Agora todos temos noção de que a maioria dos resíduos têm um destino próprio que pode ir do reaproveitamento à sua reutilização como matéria-prima.



Foram realizados cartazes de consolidação de conhecimentos e como forma de sensibilização do nosso planeta.

A pesquisa que fizemos relativa à consolidação de conhecimentos permitiu um contacto mais direto com a forma como se processa a reciclagem dos vários tipos de resíduos e a importância de separarmos o lixo no momento em que o próprio se faz.

Curso Auxiliar de Serviços Gerais II - *Chaves*



FORMAÇÃO

Curso 2 de Baião trabalha a Higiene Oral e Apresentação Pessoal



No passado mês de março recebemos duas visitas, ambas inseridas na UFCD 3517 - Cuidados Humanos Básicos - Higiene e Apresentação Pessoal, ministrada pela formadora Sandra Pinto. Recebemos a visita da Assistente Dentária, Vânia Cardoso, que nos veio falar dos cuidados de higiene oral, e da Maquiadora Profissional, Catarina Pereira, que abordou a importância e necessidade dos cuidados da pele e rosto e também dos cuidados de apresentação pessoal.

A Dr.^a Vânia Cardoso, da Clínica Medicina Dentária Dr. Nuno M. Guimarães, começou por nos mostrar uma apresentação sobre os cuidados da higiene oral – importância, necessidade, consequências.

Após relembrarmos estes conhecimentos, foi tempo de praticar a correta escovagem de dentes e língua. Cada um de nós, com sua orientação, praticou e aperfeiçoou a técnica de escovagem de dentes e língua e ainda recebeu uma pasta de dentes para usar em casa.

Recebemos também a visita da maquiadora profissional Catarina Pereira, da Farmácia Rocha Barros, que nos veio falar e demonstrar os cuidados de pele e rosto e uma técnica de apresentação pessoal: a maquiagem. A sessão começou com a abordagem aos cuidados de pele, onde todos nós fizemos a limpeza, hidratação e proteção da pele do

rosto. De seguida, passamos à demonstração de uma técnica de apresentação pessoal – a maquiagem. As raparigas, cheias de entusiasmo, foram as primeiras a experimentar o make-up e sentiram-se belas *“Ai como ela é bela, bela demais”*. Os rapazes, com alguma vergonha e receio, lá ganharam coragem e também eles experimentaram o make-up e ficaram satisfeitos e felizes com a mudança.

Aqui fica o nosso agradecimento pela oportunidade de viver esta experiência nova e diferente. Obrigado à Assistente Dentária Vânia Cardoso, da Clínica Medicina Dentária Dr. Nuno M. Guimarães e à Catarina Pereira da Farmácia Rocha Barros.

Curso 2 Auxiliar de Serviços Gerais II - Baião



A A2000 esteve presente no 2º Certame Formativo, Profissional e Ocupacional para Jovens

Os formandos do Curso 4 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade de Armamar, no dia dezasseis de março participaram no 2º Certame Formativo, Profissional e Ocupacional para Jovens, organizado pela Comissão de Proteção de Crianças e Jovens (CPCJ) de Armamar. O certame teve a participação de diversas entidades, com áreas distintas: área recreativa/ ocupacional, área cívica, área profissional e área formativa. Nesta última área a A2000 esteve representada com um stand.

Os formandos visitaram o certame, e realizaram um percurso por todos os stands preenchendo um questionário cedido pela organização em que o objetivo era conhecer todas as entidades participantes, através de algumas questões. Tiveram ainda oportunidade de assistir à atuação da G.N.R com cães para deteção de droga, a uma mini aula de Taekwondo e Zumba proporcionada pelos professores do Ginásio, e algu-



mas construções escutistas feitas pelo Agrup. Nº132 CNE.

Esta participação ativa permitiu aos formandos conhecer algumas entidades do concelho que os podem auxiliar em diversas áreas, bem como esclarecer dúvidas essenciais para o seu dia-a-dia e para a sua integração ao nível social.

Sofia Barros, Formadora da A2000



FORMAÇÃO

Um almoço diferente...



No dia 12 de março os formandos do Curso Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, que está a decorrer em Vila Real, foram convidados a almoçar na sala de formação prática do IEFP pela turma do curso “Empregado de Mesa”.

Ficámos todos muito entusiasmados e aceitámos logo o convite! Fomos acompanhados pela formadora Graciana Coelho, no âmbito da UFCD Formação para a Inclusão – Balanço de Competências, pois estamos a retratar as profissões que gostaríamos de ter no futuro. Ficámos muito impressionados com os formandos que estavam a realizar o serviço de mesa pois fizeram-no com muito profissionalismo e empenho. Empregado de Mesa é uma profissão que exige muita dedicação e os formandos mostraram isso mesmo.

A experiência foi muito positiva e a refeição estava ótima! Esperamos voltar a repetir!

Ângela Carvalho, formanda do curso Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade - Vila Real



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:



Operador de Loja em Baião - Formação Contínua

No passado dia 1 de março, iniciou-se o curso 22 - Operador de Loja, em Baião, instalações cedidas pela Câmara Municipal de Baião. O curso teve a duração de 125h e foi composto por 10 formandos, residentes no concelho, terminou no fim do mês.

No 1º dia os formandos apresentaram-se ansiosos, mas expectantes com o iniciar de uma nova etapa. O grupo é heterogéneo no que se refere às experiências de vida, devido à faixa etária ser compreendida entre os 19 e 51 anos de idade. Esta heterogeneidade tornou-se uma mais valia, pois permitiu uma maior troca de ideias e experiências e uma maior interajuda entre todos.

Foi apresentada 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. Realizou-se algumas dinâ-

micas de grupo com o objetivo de se conhecerem e interagirem para uma melhor integração.

A formação decorreu de modo participativo e com algumas revelações por parte dos formandos, que superaram as expectativas.

Segundo os formandos, esta formação foi extremamente relevante, pois permitiu-lhes uma adaptação a um contexto diferente. Todos referiram que gostariam que a experiência se prolongasse no tempo.

A equipa da A2000 deseja boa sorte aos novos formandos, com a expectativa de que cada um deles leve daqui algo bom e útil para as suas vidas.

Técnicos da A2000 em Baião



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.

SERVIÇO

AÇÕES DIRIGIDAS À FAMÍLIA NA SUA TOTALIDADE

AÇÕES DIRIGIDAS A PRÉ-IDOSOS E IDOSOS

AÇÕES DE APOIO À COMUNIDADE EM GERAL



Atividade Santa

No terceiro mês do ano, os nossos idosos continuaram a muito ativos, fazendo sugestões de atividades e a participarem as atividades propostas.

Este mês ficou marcado por uma grande data festiva da nossa cultura, que é a Páscoa, que marca a ressurreição de Jesus Cristo.

Os nossos clientes não quiseram deixar passar esta festa em branco e fizeram variadas decorações alusivas à época.

Para além das decorações, as atividades normais também foram realizadas, tais como, alfabetização, atividade física e informática.

Mas o que marcou este mês de atividades, foi a participação dos Espaços de Convívio da A2000 no Terceiro Encontro InterGeracional, organizado pelo CLDS-3G, SANTA MARTA Solidarius, no dia 22 de março. Foi, sem dúvida, uma tarde bem passada, cheia de alegria, animação e boa disposição. Os clientes mostraram todo o valor que têm e ficaram em primeiro lugar em todos os jogos. Cada equipa era formada por idosos, das várias IPSS's presentes e por crianças do Agrupamento de Escolas e Jardins de Infância.

A nossa equipa foi a vencedora da tarde.



cedora da tarde.

Mais um mês que passa e fica o sentimento do dever cumprido e do sucesso pela parte dos nossos idosos e colaboradores.

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



Atividades em Santa Marta de Penaguião

O mês de março foi muito diversificado nas atividades.

À segunda-feira de manhã continuamos com as nossas sessões de TIC, onde aprendemos a trabalhar com a ferramenta de Word e também vamos para a internet jogar os jogos da memória, das diferenças e sopa de letras.

Neste mês comemorou-se o Dia do Pai e, para ser diferente, fomos a uma olaria na Cumeira e cada um de nós fez um trabalho em barro. Primeiro foi-nos explicado todo o processo até à cozedura, depois metemos mãos à obra e fizemos um pote em miniatura para oferecer aos nossos pais e para juntar ao pote desenhamos as nossas mãos numa cartolina.

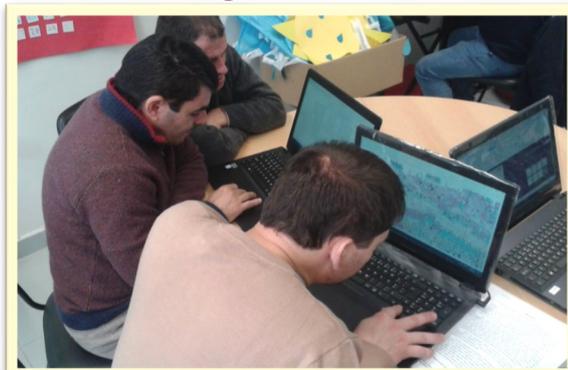
Continuámos a ir para as piscinas de SMP, onde aproveitamos para fazer ginástica, deslizes e jogar polo aquático, que é sempre muito divertido.

Ao longo do mês falámos sobre a comunicação; as diferentes formas de comunicar e as expressões faciais que demonstram muito como nos sentimos no nosso dia-a-dia.

Aprendemos também a coser à máquina e à mão. Fizemos trabalhos muito bonitos, para depois serem vendidos nas feiras em que vamos participar.



Às sextas de manhã fizemos a limpeza



geral da sala e para terminar a semana costumamos ir para o pavilhão da escola fazer ginástica, para manter a forma.

Iniciámos também a decoração da Páscoa para enfeitar a nossa sala e um bolo em forma de coelho para recebermos as nossas visitas. Nos trabalhos fizemos ainda caixas para guardar jóias.

Como não poderia faltar e para descansarmos do excesso de trabalho, tivemos sessões de relaxamento maravilhosas.

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

Testemunhos do CAARPD de Mesão Frio

Março é o mês da primavera e, por isso, é um mês muito colorido. Apesar de que este mês de março não tenha sido tão primaveril quanto todos desejávamos. Mas também não foi por isso que não tivemos um mês recheado de atividades variadas e cheias de energia e calor!



Iniciámos o mês a dar continuidade à elaboração do nosso tapete de pompons, pode parecer fácil, mas não é, e demora muito mais do que aquilo que imaginávamos no início. E a verdade é que, como não fazemos essa atividade todas as semanas, quando voltamos a ela temos que nos recordar como se fazem aqueles pompons.

Ainda dentro deste tipo de atividades, fizemos uns sabonetes em copo, foi a primeira vez que fizemos algo deste género: raspámos o sabonete, colocámos as raspas dentro de um copo e depois de o taparmos com um tecido muito giro, organza, decorámos o copo a preceito. Esta



atividade permitiu-nos também reciclar os copos de iogurte.

Fizemos também muita atividade física, exercícios de fortalecimento e alongamento dos membros; jogos tradicionais, como o jogo da colher e da malha; e também tivemos uma sessão dedicada à música e ao corpo, para trabalharmos a consciência que temos sobre o nosso corpo e a do outro, foi uma sessão muito interessante e relaxante.

Como este mês é o mês do Dia do Pai, não podíamos ter deixado passar este dia em branco, mesmo havendo colegas que, infelizmente, já não têm o pai connosco... fizemos uma moldura em EVA para colocar uma fotografia nossa, o que nos exigiu muito trabalho manual.

Para além deste dia, como a Páscoa vai ser no primeiro dia do próximo mês, também tivemos que fazer umas cestinhas com coelhinhos para colocarmos as nossas amêndoas.

No dia 22 de março, o nosso colega Carlos Mota fez anos, então, fomos fazer um pequeno passeio a S. Silvestre, cantámos-lhe os parabéns e comemos bolo. Foi um dia diferente que nos deixou muito felizes.

**Cientes do CAARPD e Técnicos ,
Mesão Frio**



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.



Ouvir um não ao colo dos pais, é possível?

Desempenhar funções como psicóloga na Intervenção Precoce na Infância é um desafio constante, não só porque sou psicóloga, mas porque também sou mãe. Porque tenho a teoria e os conhecimentos, mas na prática, o ser mãe e pai é muito mais do que um conjunto de teorias e estratégias! É um trabalho a tempo inteiro, que nos desgasta e nos deixa com o coração a transbordar de alegria e de amor! É algo que pode ser feito de várias formas, mas todas elas fazem sentido se forem recheados com afeto.

E nesta aventura que é ser pai, muitas dúvidas vão surgindo, muitas dificuldades vão sendo encontradas pelo caminho... Mas não só nos pais! Tantas vezes vemos a dificuldade das crianças em lidarem com as coisas simples do dia-a-dia, a dificuldade que têm em lidar com a frustração... A dificuldade que é para elas cumprirem as regras e obedecerem aos adultos...

E neste seguimento é tão comum ouvir os pais a falarem em erros e culpa... Porquê? Porque, segundo eles, lhes deram tudo, lhes deram e dão muito mimo!

Mas podem começar a desresponsabilizem-se por isso, pois o mimo não estraga, o mimo é bom e dá segurança à criança.

Não será o papel de pai e mãe dar a mão? Não será apoiar e aconchegar? Não será orientar e ajudar os filhos a crescer? E então, não será o mimo sinónimo de tudo isto?

Mas é fundamental que não se confun-



da o mimo com a falta de regras!

Mimar é confortar, é dar colo, é estar sempre presente e nunca abandonar, é dar segurança e ser sempre um porto de abrigo. Mimar não é fazer-lhes todas as vontades, não é dizer "sim" a tudo, não é infantilizá-los e tratar um filho de 6 anos como se tivesse 2, não é ser empregado dos filhos nem ser mandado por eles...

E ao contrário daquilo que alguns pais pensam, a palavra "não" tem um grande poder educativo. Ouvir um "não" pode fazer toda a diferença no desenvolvimento de uma criança, na construção da sua identidade, na sua autorregulação e na sua tolerância à frustração.

(Continua na página seguinte)

(Continuação)

Ainda assim, o que se vê hoje em dia é cada vez mais os pais a deixarem-se levar pelos filhos; é serem os filhos a mandarem nos pais; são os pais que não conseguem dizer “não”, ou se o dizem, pouco tempo depois, após a reação exacerbada dos filhos, esse “não” passa rapidamente a “sim”.

Claro que a vida dos pais de hoje também não está facilitada. E todos nós sabemos que é mais simples dizer “sim” e não assistir a mais uma birra; é mais fácil não contrariar! Mas será isso o melhor para as nossas crianças? Será um “sim”, que devia ser um “não”, capaz de colmatar as ausências, as faltas de tempo, as poucas vezes em que os filhos foram as prioridades dos pais?

Educar também é saber dizer “não”, quando essa é a melhor resposta!

Se a criança ouvir um “não” sempre que é necessário isso não vai fazer com que ela fique traumatizada, antes pelo contrário, vai fortalecê-la e ajudá-la a encontrar soluções para ultrapassar aquela contrariedade, que acaba por ajudá-la a desenvolver competências que lhe farão falta no futuro. Por isso, pais, por muito que queiram proteger os vossos filhos e evitar-lhes sofrimento, pensem no quanto eles vão evoluir e crescer sempre que tiverem que ultrapassar uma pequena contrariedade, porque ao fim e ao cabo é apenas sobre essas pequenas contrariedades e pequenos sofrimentos que estamos aqui a falar.

O “não” dói sempre um bocadinho,

também não nos dói a nós, adultos e pais? E nós sabemos bem que este tipo de sofrimento nas crianças acaba pouco depois de ter começado, primeiro enfurecem-se e fazem birra e quando percebem que dali “não levam nada”, transformam as dores de ouvirem um não em estratégias para ultrapassar a situação e, quem sabe, prepararem-se para mais um “Não”!

Então, depois de tudo isto, só posso pedir a todos os pais para não se esquecerem das regras, da autoridade, do mimo, da proteção e da segurança, e, acima de tudo, para terem confiança em si próprios. Lembrem-se que também já foram crianças e, quanto mais não seja, há competências que detêm apenas por terem passado por essa experiência. Para além disso, têm uma sabedoria que advém da vossa experiência de vida e que é intrínseca ao facto de serem pais.

Não tenham medo das escolhas não serem as mais acertadas, porque se não forem, terão a certeza de que foi uma aprendizagem e que para a próxima farão melhor. E sejam firmes quando dizem “não”, mesmo que isso vos doa também, lembrem-se, vocês são pais e têm autoridade, vocês são os modelos que os vossos filhos conhecem e eles tornar-se-ão naquilo que conhecem e que admiram.

Joelma Sequeira Monteiro,
Psicóloga

O QUE É?

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



Psicologia

Massagem



Fisioterapia

Terapia da fala



Terapia ocupacional

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



SERVIÇO



Em abril o doador do mês da A2000 é o Tralha - Wine Tapas Bar em Vila Real. O Tralha - Wine Tapas Bar é uma das entidades financiadoras da A2000, cumprindo o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

O Restaurante abriu em dezembro de 2013, num espaço histórico da cidade, com música ao vivo ao jantar, apresenta tapas e vinhos e transformou-se num local moderno e informal.

Visite o **Tralha - Wine Tapas Bar**, espaço amplo e bem decorado, com duas salas separadas, que define a zona de fumadores e não fumadores, com zona de esplanada, coberta e descoberta, bastante agradáveis. Um restaurante intimista e com atendimento muito simpático.

No **Tralha - Wine Tapas Bar** os clientes podem usufruir deste conceito que atualmente está muito em voga, com tapas originais e com muita qualidade, tornando-se um local ideal para uma refeição descontraída e prazerosa, saboreando boas tapas e beber um bom vinho.

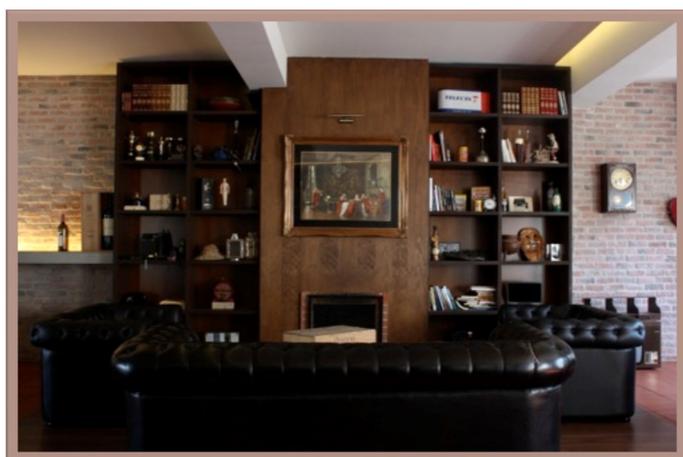
Tapas Bar é sem dúvida um local indicado para degustar diversos petiscos e tapas acompanhados de excelentes vinhos, num espaço cuidado e descontraído que puxa a uma boa conversa.

Rodízio à Tralha

- ✓ Mini - Salgadinhos
- ✓ Tábuas Mistas
- ✓ Mini Tapas
- ✓ Calamares
- ✓ Amêijoas à Bulhão Pato
- ✓ Camarão ao Alho
- ✓ Salada de Polvo

- ✓ Enchidos Grelhados
- ✓ Cogumelos Frescos Salteados
- ✓ Moelas
- ✓ Pimentos Padron
- ✓ Pica-Pau
- ✓ Batata Brava
- ✓ Francesinha





Venha degustar os melhores petiscos / tapas de Vila Real no **TRALHA—WINE TAPAS BAR**

CONTACTOS

🏠 Morada: **Avenida Almeida Lucena (São Pedro), Vila Real**

☎ Tel.: **961 685 715**

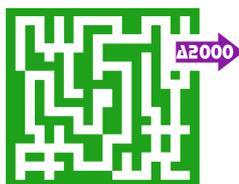
@ Site: **www.tralhawinetapasbar.pt**

DOADORES



Ficha Técnica

Viver e Aprender | Edição 125 | março 2018



ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

www.a2000.pt

Morada: Av. 25 de Abril, nº39

5030-464 Santa Marta de Penaguião

Propriedade: A2000

Contribuinte: 505 045 125

Coordenação: António Ribeiro

Edição: Marina Teixeira

Produção e Paginação: Kelly Guedes



ER-1072/2012