DOADORES

RECANTO DAS massas

manos gráfica

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

ZS Camilo 50 anos

A2000
ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Viver e Aprender
NEWSLETTER MENSAL | EDIÇÃO 144 - ANO 18
OUTUBRO 2019

Integrações Profissionais

Quinta do Rio Teixeira (pág.4)

Fábio Sousa

DESTAQUES A2000

Palestra "À Descoberta de Outros Mundos" debateu Inclusão em Murça (pág. 7)

Novas respostas sociais e 80 postos de trabalho são ambição da A2000 para Poiares (pág. 10)

"A alma é o segredo do negócio" - Presidente da A2000 entrevistado pela UNIVERSIDADE FM (pág. 12)

Formação Contínua - Resende

* Novo Curso - Promoção de Empregabilidade (pág. 25)

Cofinanciado por:

PO ISE PROGRAMA OPERACIONAL INCLUSÃO SOCIAL E EMPREGO

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Apoios

UNIÃO DAS FREGUESIAS
LOBRIGOS
S. MIGUEL
SANTOANE

CANDI LOVE

PMSG
DETERGENTES INDUSTRIAIS, DEPÓSITOS DE INOX E MÁQUINAS ENOLÓGICAS.
Pedro Granja
pmsg.unipessoal@gmail.com
+351 930 424 247
+351 926 643 761
Rua Central nº94 Fornelos
5030-219 Santa Marta de Penaguião

TELMA Copias
telmacopias@gmail.com
www.telmacopias.com

VC power
Automotive Software • Hardware

Real Academia Centro de Estudos

Nexplore
Nature . Sports . Adventure . Passion
Instituto Empresarial do Tâmega
4600-758 Amarante
969 049 358
www.nexplore.pt

INFORM Computadores

Pastelaria e Confeitaria VISTA ALEGRE
Caracas de Resende

Restaurante A NOSSA TERRA
Cândida Martins
(Gerente)
Avª João Paulo II
Lote 4, Loja 6
5000 - 198 VILA REAL
967 607 449
938 407 798
259 328 140

casabela
961 362 020
casabelavilareal@gmail.com

Lavanda

IMOBILIÁRIA
CATALÃO & SILVA

MARCAUTO
PEÇAS E ACESSÓRIOS
Comércio de Peças e Acessórios para todos os veículos automóveis.
Especialização FORD | Baterias TUDOR
Rua Miguel Torga, 24 - 5000-524 Vila Real
T: 259 323 800/259 324 941
Escritórios: 259 372 454
F: 259 372 454
E: standmarcauto@hotmail.com

o teu SUPER
Fátima Zineira
925 511 974
RUA MILITÃO BESSA RIBEIRO
5090-139 MURÇA
OTEUSUPER@SAPO.PT

LBR Leonel Brás Reboques
UNIPESSOAL, LDA.
STAND DE AUTOMÓVEIS
SERVIÇO DE MECÂNICA
PRONTO SOCORRO
VENDA DE PNEUS
REPARAÇÕES ELÉTRICAS
ALINHAMENTOS DE LUZES
CARREGAMENTO DE A.C.
Tel. 259 518 396 | Tlm. 964 712 109 / 937 288 244
leonelbras@hotmail.com | Lugar do Ratiço | Noura / 5090-200 Murça

Coisas Giras
932 044 025
BRAGANÇA

Carpintaria da Coroa, Lda.
Madeiras:
Nacionais e Estrangeiras
Esquadrias
Móveis:
De Cozinha
Quartos e Salas
Zona Industrial, Lote n.º 5
5320 Vinhais
Filial: Portela da Vila n.º 5
5320 Vinhais
Telef. 273 771 298

AUTO REPARADORA DE VILA MARIM Nº1, LDA.
REPARAÇÃO DE AUTOMÓVEIS
Telf. 254 896 015 • Tel.965 276 065
autoreparadoravilamarimn1@gmail.com
LUGAR DO MÁRTIR | VILA MARIM
5040 MESÃO FRIO

Fernando Coutinho
CONSTRUTOR CIVIL
Tlm. 936 809 557 ou 911 945 707
E-mail: fernandocoutinho@hotmail.com
SERMANHA | SEDIELOS

MOVELAGARELHOS O CASTANHEIRO, Lda
Lagarelhos - VINHAIS
933250632 - 273771449
movelagarelhosda@sapo.pt

Ponto de Encontro
Restaurante
SEDIELOS - PESO DA RÉGUA

Sabores de Vinhais
Fumeiro de Vinhais

XANCAS
SAPATARIA

Cabeleireiro Miradouro
de
Maria Alda Gonçalves Mansilha
Rua 1º Dezembro C. C. Miradouro
Loja 18 5050-251 Peso da Régua

Letícia Nunes
Vila Real
Apoio Particular

Teresa de Jesus
Vila Real
Apoio Particular

Os problemas que queremos ter....

Nesta edição confesso que, por ser à última da hora (por culpa minha), andei aos papeis para arranjar um tema para vos falar no editorial porque quero que seja apelativo conforme merecem. Foi aí que, com tanta pressão, me lembrei duma pessoa por quem nutro muita admiração e que perante os problemas e as escolhas que diariamente tem que tomar, costuma dizer de forma positiva que "problemas teremos sempre, nas instituições, no trabalho e até pessoalmente, pelo que o ideal é conseguirmos escolher os problemas que queremos ter".

Muitas vezes comentamos com quem nos é querido ou quem nos rodeia que andamos cheios e fartos de problemas! Ora, cá está uma boa forma de começarmos então a escolher os problemas que queremos ter e a eliminar os que não queremos ter... como se fosse assim de forma tão simples! A vida será sempre construída em cima de escolhas e o ideal é que tudo o que fazemos seja resultado das nossas escolhas. Não se trata pois de eliminarmos os problemas que nos rodeiam, mas tão só de escolhermos aqueles que queremos ter. Não quer dizer por isso que os problemas não existam, mas sim e tão só que escolhemos os queremos enfrentar, escolhemos uns em vez dos outros!

Para melhor embelezar o que aqui quero dizer dou o exemplo do que aconteceu na A2000, com a aquisição e mudança para as novas instalações (antigo Colégio Salesiano de Poiares – Peso da Régua): identifico 2 problemas: as instalações em Santa Marta de Penaguião eram exíguas para a atividade que já desenvolvemos e não se vislumbrava nenhuma alternativa rápida...; As atuais instalações são demasiado grandes e com despesa muito maior para a atividade que desenvolvemos... Portanto, de forma muito simplista e só para clarificar, estávamos perante 2 problemas. Foi então necessário escolher qual o problema que queremos ter na A2000 e, de facto, preferimos arriscar tudo e optamos pelo segundo problema, pelas enormes e dispendiosas instalações.

Termino com uma recomendação simples: não se esqueçam de escolher os problemas que querem ter!

António Ribeiro,

Presidente da Direção

ÍNDICE

3 Editorial
4 Destaque
6 CRIP
7 Notícias
13 Formação Inicial Formação Contínua
26 Projetos INR
32 Gabinete Psicossocial
35 CAARPD
38 Intervenção Precoce na Infância
40 Donativos

Ficha Técnica: Propriedade: **A2000** | Contribuinte: **505 045 125** |
Coordenação e Edição: **António Ribeiro** | Produção e Paginação: **Kelly Guedes, Daniel Carvalho e Gonçalo Novais**

INTEGRAÇÕES

Integração Profissional

Fábio Sousa, de 29 anos de idade, encontra-se atualmente integrado profissionalmente na Quinta do Rio Teixeira, em Mesão Frio. Sem perspetiva de emprego, realizou formação profissional na A2000, tendo concluído com êxito o curso de "Auxiliar de Serviços Gerais II".

Tendo depois o Serviço de Emprego de Vila Real, encaminhado o Fábio para o Centro de Recursos para a Inclusão Profissional da A2000 (CRIP), mais concretamente para a medida de Apoio à Colocação.

Neste âmbito realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na Quinta do Rio Teixeira, entidade com quem já tinha contactado durante o curso de formação profissional. Na entidade desenvolveu tarefas relacionadas com a limpeza manual de terrenos, carregamento e descarregamento de matérias-primas, produtos e outros materiais, colaboração na realização de podas das videiras; apoio na realização das tarefas de desinfeção, fertilização e proteção da cultura da vinha, auxílio na aplicação de produtos fitofarmacêuticos e colheita manual das uvas, azeitona e fruta.

Ao longo desta experiência, o Fábio revelou um desempenho satisfatório, mostrando interesse e motivação pelas tarefas desenvolvidas e adequada integração na equipa de trabalho. Tudo isto conduziu a uma melhoria das suas competências pessoais e profissionais tendo a entidade proporcionado a sua integração profissional através da medida "Estágio Inserção" com a duração de 12 meses.

Para o Fábio, esta integração é uma mais-valia, pois tem mensalmente um "ordenado que lhe permite ajudar os pais a pagaram as despesas em casa", bem como ficar com algum dinheiro para comprar coisas que precisa.

O cliente agradece a toda a equipa da A2000, em especial aos formadores e técnicos de acompanhamento, por todo o carinho e dedicação.

Ana Augusto *Técnica da A2000*

Entidade: **Quinta do Rio Teixeira**

Atividade: **Viticultura**

Concelho: **Mesão Frio**

A Quinta do Rio Teixeira está localizada em Mesão Frio, e é propriedade do empresário, Armando Ferreira, que se dedica ao sector da viticultura há cerca de 40 anos.

O primeiro contato profissional do empresário com o cliente e com este público- alvo, ocorreu durante a formação profissional, tendo a entidade proporcionado uma continuidade da intervenção com o término da formação, através do CRIP, no sentido de aperfeiçoar as suas competências profissionais e concretizar a integração na entidade.

Para o Sr. Armando, a experiência decorreu de forma positiva. O Fábio inicialmente começou a FPCT na área de armazém, tendo depois passado para a área viticultura, o que foi do agrado do cliente. As expectativas em relação ao Fábio foram sendo superadas ao longo do tempo, sendo notória a sua evolução e maior apetência para a realização de tarefas mais práticas.

Com a transição da FPCT para o Estágio Inserção, o Fábio mostrou-se mais responsável e implicado nas tarefas realizadas, mostrando mais feliz e realizado, o que deixou a entidade muito satisfeita.

Com esta integração profissional, a Quinta do Rio Teixeira, cumpre o seu dever de responsabilidade social, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida do cliente.

Ana Augusto *Técnica da A2000*

CRIP

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.

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

Palestra "À Descoberta de Outros Mundos" debateu Inclusão em Murça

A inclusão social de pessoas com deficiência e incapacidade, o debate em torno da intervenção e acompanhamento de casos concretos e a apresentação dos resultados do Diagnóstico sobre a Deficiência/Incapacidade realizado pela A2000 no concelho de Murça, foram alguns dos tópicos abordados na palestra "À Descoberta de Outros Mundos", realizada naquela vila no passado dia 2 de outubro.

Anfitrião da iniciativa, o presidente da Câmara Municipal de Murça, Mário Lopes, referiu-se mesmo ao trabalho de diagnóstico feito pela A2000 como "o mais importante projeto" do seu mandato. "Este é um projeto de futuro, em que Murça reforça a sua imagem de concelho inclusivo, ao mesmo tempo que contribui para gerir melhor as qualidades de cada um, mesmo em situações de pessoas com certas capacidades menos desenvolvidas, providenciando um acompanhamento institucional assente na integração e nunca na caridade. Temos de assumir a responsabilidade de gerir todos os nossos recursos, numa lógica de conjunto", referiu, considerando que há muito trabalho a fazer nesta matéria. "Quando assumimos responsabilidades políticas, rapidamente nos apercebemos de que era necessário abraçar, de forma mais vincada, as problemáticas da deficiência e de problemas de mobilidade, numa lógica de promoção do respeito e dignidade por estas pessoas, mas também como uma forma de olhar por nós próprios. De hoje para amanhã, podemos ser nós a vivenciar uma situação destas".

Na sua intervenção, o autarca apelou ainda à "responsabilidade coletiva" das diversas entidades e cidadãos do concelho, no sentido de fazer da inclusão de pessoas com deficiência um indicador de qualidade de vida no território. "Em Murça, queremos que se viva bem. Para que tal aconteça, não podemos deixar de estar atentos a tudo o que esteja relacionado com a área social. Neste sentido, e concretamente na área da deficiência, a A2000 aparece quase como um milagre, pelas orientações e aconselhamentos que este seu trabalho nos fornece nesta temática. A identificação dos casos existentes é uma grande ajuda na resolução dos problemas, até porque um bom prognóstico só é possível se o diagnóstico for feito corretamente".

Presente no evento, José Rebelo, diretor da Segurança Social de Vila Real, felicitou os promotores da palestra, no contexto de um projeto que, segundo o próprio, vem trazer uma "garantia social muito importante à população". "Sabemos que a prevalência da deficiência estava indefinida em certos territórios, e o concelho de Murça não tinha, até à presente data, uma oferta em termos de resposta social para pessoas com maior ou menor necessidade, bem como para famílias que necessitem de uma resposta mais diferenciada.

A2000

Daí que esta seja uma iniciativa louvável e que deve ser enaltecida porque, para mim, é o primeiro passo para um sonho que será seguramente mais abrangente", salientou, numa intervenção em que reforçou a importância de dar seguimento a este primeiro passo dado. "Estas ações devem ter uma continuidade, assente no acesso a outras respostas sociais que existem, estão disponíveis e são necessárias.

Hoje, estamos a lançar a primeira pedra num edifício muito maior, mas só com o esforço de todos, de uma forma congregada, é que conseguiremos concretizar essas respostas, que tão importantes são para as populações que coabitam com estes problemas".

Para Marina Teixeira, diretora técnica da A2000 presente na palestra, o isolamento social e as dificuldades no acesso a cuidados de saúde especializados, são dois problemas que sobressaem do trabalho de terreno que foi efetuado. "O que salta mais à vista nestes resultados prende-se com o isolamento, agravado nas freguesias que não são atravessadas pela A4, e nas quais o défice de acessibilidades dificulta a vida das pessoas com deficiência que aí residam. Acresce a tudo isto a menor capacidade financeira destes indivíduos e condicionantes de saúde, que agravam o cenário de exclusão que estas pessoas vivem. Outro dos grandes problemas identificados foi o facto de se registarem pessoas que necessitam de cuidados de saúde específicos, mas que não os têm, em particular na saúde mental".

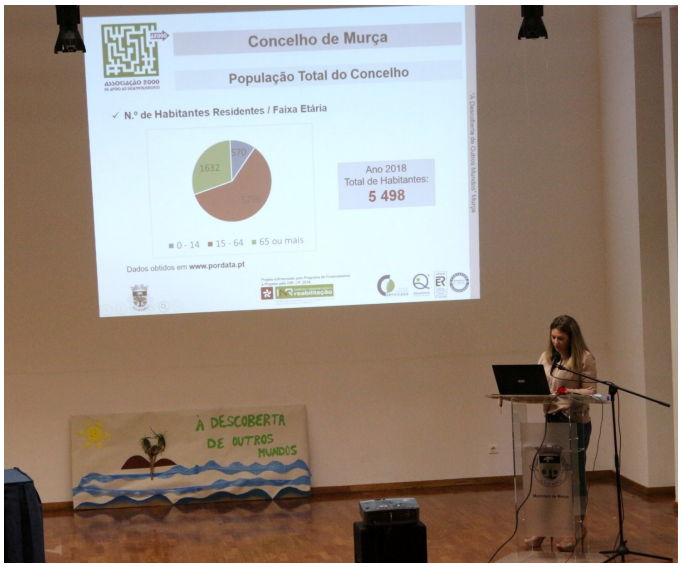
Nas suas declarações, a diretora técnica revelou que já foi criado um grupo de dez pessoas, com as quais se vão trabalhar competências sociais e profissionais, tendo em vista a sua integração em contexto laboral. "Este grupo agora constituído, de dez pessoas, vai passar por um programa de desenvolvimento de competências interpessoais, a fim de as trabalhar numa vertente mais emocional e de estabelecimento de relações com os outros, e de as preparar para situações novas, em particular para aquelas que, por força de algum isolamento social, não estão tão habituadas a conviver. Outra das etapas iniciais deste trabalho, que está prestes a começar, passa pela realização de mini-experiências em contexto real de trabalho, a fim de explorar aptidões e preferências", detalhou, além de sublinhar a importância deste passo para um grande trabalho, que se espera de continuidade. "Até dezembro, esperamos que várias coisas estejam a acontecer em Murça. A primeira é que o município conheça as necessidades reais, na área da deficiência, em Murça. A segunda é que as pessoas estejam mais informadas das necessidades do concelho. A terceira é que as entidades empregadoras estejam mais informadas das medidas e apoios na área da deficiência. A quarta é que este grupo de dez tenha um projeto de futuro, seja pela formação profissional ou pela integração direta no mercado de trabalho", frisou.

DIAGNÓSTICO DA POPULAÇÃO COM DEFICIÊNCIA MARCOU "ARRANQUE" DA A2000 EM MURÇA

Além de uma oportunidade para debater o tema da inclusão na deficiência, a palestra do início deste mês marcou o «arranque» da missão que a A2000 tem para o concelho de Murça – ajudar a descobrir «novos mundos» e oportunidades a pessoas que tanto delas precisam.

Patrícia Maçãs, da A2000, encarregou-se de apresentar os resultados do Diagnóstico sobre a Deficiência/Incapacidade no concelho de Murça, e explicou os primeiros passos a dar com o trabalho que está a ser feito. "Nesta primeira de duas palestras, apresentámos um diagnóstico social em que foram identificadas e caracterizadas todas as pessoas com deficiência ou incapacidade no concelho de Murça, com a intenção de as encaminhar em função das suas necessidades de integração. Um dos produtos deste trabalho foi a constituição de um grupo de dez pessoas com deficiência ligeira, que irão ser colocados em atividades que promovam ou aumentem as suas competências pessoais e profissionais. Enquanto isso, o tecido empresarial do concelho está a ser mapeado, com o propósito de identificar empresas com disponibilidade para integrar pessoas com deficiência na sua atividade laboral", explicou, a propósito da primeira de duas ações a realizar este ano, a segunda das quais direcionada para a finalidade de sensibilizar e capacitar sobre direitos de cidadania e medidas de apoio ao emprego para estas pessoas, bem como empresas interessadas.

Quanto aos dados apresentados, foram identificados 111 adultos com deficiência, a maioria dos quais com deficiência intelectual (61) e motora (35). Foram ainda registados casos de deficiência auditiva (4), deficiência visual (3), paralisia cerebral (3), esquizofrenia (2), e perturbação afetiva bipolar, de-



ficiências orgânicas e autismo, com uma situação registada em cada um destes três últimos quadros clínicos. O nível de escolaridade é maioritariamente baixo, com registo de cinco pessoas sem escolaridade, 47 apenas com o 1º Ciclo, 26 com o 2º Ciclo, 18 com o terceiro, 14 com o ensino secundário, e apenas um caso com ensino superior. Apesar de só em dois casos as pessoas identificadas terem mais de 65 anos, e de apenas sete serem considerados dependentes (48 são dados como autónomos e 56 como parcialmente autónomos), a esmagadora maioria destas pessoas estão desempregadas ou inativas, num total de 92, sendo que nove estão inseridas em estágios de emprego-inserção, e somente dez têm um contrato de trabalho.

Gonçalo Novais, *Técnico da A2000*

A2000

A2000

Novas respostas sociais e 80 postos de trabalho são ambição da A2000 para Poiares

A Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento - A2000 quer criar novas respostas sociais, oitenta postos de trabalho, e toda uma nova dinâmica social, desportiva e cultural em Poiares, a partir de ontem a nova "casa" da associação.

Num discurso realizado à margem de uma Assembleia Geral Extraordinária no dia 17 de outubro, que deliberou a transferência da sede para a Rua São João Bosco, nº 478, 5050-347 Poiares - Peso da Régua (antigo Colégio Salesiano), o presidente da A2000, António José Ribeiro, partilhou com colaboradores e entidades presentes as ambições que a associação tem para o novo espaço. "Neste edifício em que nos encontramos, tencionamos criar um conjunto de novas respostas sociais, numa visão para o futuro assente na construção de dois lares residenciais, duas residências autónomas e um Centro de Atividades Ocupacionais (CAO), que vai atender e envolver uma centena de pessoas com deficiência ou incapacidade, que acrescem à capacidade atual da associação. Estimamos que estas respostas sociais poderão gerar mais de 80 postos de trabalho", assegurou o dirigente associativo, que enalteceu o empenho dos colaboradores nesta fase de transição, bem como do município do Peso da Régua e da União de Freguesias de Poiares e Canelas, por toda a ajuda prestada nesta fase sensível.

Presentes no evento estiveram dois presidentes de juntas de freguesia reguenses cujo envolvimento com a A2000 é, nesta altura, mais intenso. Para Paulo Primo, Presidente da União das Freguesias de Poiares e Canelas, este dia serviu também para formalizar um protocolo de colaboração com a A2000, assente, entre outras, em medidas de priorização de contratação de pessoal e fornecedores dentro das localidades da freguesia, de criação de uma agenda cultural e desportiva regular, nas instalações da associação, aberta à população, ou na cedência de espaços a coletividades poiarenses e canelenses, que queiram desenvolver atividades desportivas, recreativas e culturais. A criação de uma unidade de Espaços de Convívio do Gabinete Psicossocial (GPS) da A2000 também faz parte desta parceria. No seu discurso, o autarca frisou o desejo de ver esta associação a tornar-se uma das maiores do Norte do país, e solicitou à Direção da A2000 um espírito de parceria e colaboração com as demais entidades da união de freguesias, nomeadamente na área social. Por seu turno, Eduardo Ermida, presidente da União de Freguesias de Galafura e Covelinhas, enalteceu a importância que o Espaço de Convívio já tem para a população idosa do seu território, apontando-o como uma mais-valia da colaboração que as duas entidades já apresentam.

potencial do projeto de uma associação com quem deseja colaborar de forma bastante próxima. "Quando este projeto me foi apresentado, fiquei com os olhos a brilhar. Senti algo com viabilidade para o futuro, que estava ali a surgir. Tendo em conta o trabalho que a A2000 já fazia na região, coloquei o meu empenho no andamento do processo, pois estou plenamente convencido de que este projeto tem pernas para andar. No nosso território, precisamos de instituições que trabalhem nestas áreas e, numa altura em que são tão debatidas as questões da desertificação e das assimetrias de desenvolvimento entre o litoral e o interior, a área social é uma vertente em que podemos ser mais competitivos, até no sentido de trazer gente para cá".

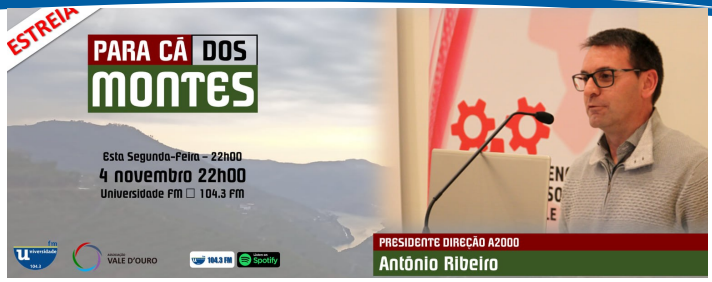
De referir que o raio de ação da A2000, enquanto entidade de âmbito regional, abrange 14 concelhos de quatro distritos. Para além da sede, as novas instalações servem os concelhos do Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Mesão Frio, Vila Real, Sabrosa, Alijó, Murça e Carrazeda de Ansiães. A A2000 continua presente, com instalações próprias, nos concelhos de Chaves, Baião, Resende, Armamar, Tabuaço e Mondim de Basto.

Gonçalo Novais, *Técnico da A2000*

Por fim, o presidente da Câmara Municipal do Peso da Régua, José Manuel Gonçalves, partilhou "a enorme satisfação" com que recebe a A2000 no concelho. "Quando uma associação chega a um momento em que quer crescer, e tem ambição para tal, deve aproveitar as oportunidades que aparecem. Quando isso acontece, toda a região beneficia com isso, até porque acredito que, no Douro, temos que trabalhar cada vez mais em rede, em prol do desenvolvimento regional que ambicionamos", começou por referir, antes de mostrar a sua crença no

A2000

"A alma é o segredo do negócio" - Presidente da A2000 entrevistado pela UNIVERSIDADE FM



"A alma é o segredo do negócio" – foi com esta expressão marcante que o presidente da A2000, António Ribeiro, se referiu à associação e ao trabalho dos seus colaboradores, em entrevista à rádio Universidade FM.

Num programa que abriu uma nova temporada do programa "Para cá dos montes", dinamizado pela Associação Vale d'Ouro em parceria com o já referido órgão de comunicação social regional, foi com Luís Almeida e Ana Gouveia que o líder da Direção da A2000 falou sobre o trabalho realizado, e as perspetivas e ambições para os próximos tempos.

O assunto da mudança de instalações para Poiares foi tema obrigatório, num processo justificado pelas necessidades de crescimento da associação, anteriormente sediada em Santa Marta de Penaguião. Depois de um interesse seguido de um processo negocial exigente, de nove meses, a A2000 muda-se "de armas e bagagens" para as instalações anteriormente pertencentes ao Colégio Salesiano de Poiares, num processo que contou com o forte apoio das entidades locais, conforme António Ribeiro frisou. "O presidente da Câmara Municipal do Peso da Régua viu com muito bons olhos esta possibilidade, e acreditou desde o início que esta oportunidade se concretizasse. Aliás, até creio que uma das poucas decisões tomadas por unanimidade no executivo municipal do Peso da Régua foi o apoio à A2000 na aquisição do seminário", declarou o presidente da A2000, que também realçou a importância da União de Freguesias de Poiares e Canelas em todo o apoio concedido que, em ambos os casos, foi considerado "fundamental" para a decisão de mudar as instalações para Poiares.

Contudo, António Ribeiro não deixou de sublinhar a "proximidade interessante" da associação com o presente Executivo Municipal penaguiense liderado por Luís Machado (ilustrado pelos Espaços de Convívio existentes em cinco freguesias do concelho, e da presença de vários utentes e colaboradores penaguienses), e até está convencido de que essa relação pode sair "reforçada" e em benefício de Santa Marta no futuro.

Quanto a Poiares, António Ribeiro diz que a localidade já está a ganhar com a presença da A2000, e reitera que ainda será mais beneficiada no futuro. "A A2000 vai ser o 'motor' impulsionador das demais IPSS daquela zona, e isto já está a acontecer em Poiares. Uma IPSS da freguesia já ganhou, graças à nossa presença, crianças, bem como um serviço que contratualizámos de refeições, confecionadas nessa instituição. A utilização gratuita do nosso pavilhão por uma equipa de futsal de Poiares, a cedência de um espaço para a sua Banda de Música, ou a priorização do recrutamento de novos colaboradores entre os habitantes da freguesia, são outros dos benefícios que, aliás, estão protocolados com a junta de freguesia local".

Na entrevista, António Ribeiro não se esqueceu de destacar a "alma" dos colaboradores da A2000, o "segredo do negócio" e do crescimento da instituição. "A maior riqueza da A2000 tem sido os seus colaboradores. Pessoas de uma enorme entrega e dedicação, que não olham a horas ou a meios para dar tudo em prol da associação, e que nos motivaram a encarar e abraçar este desafio a que nos propusemos. São pessoas com uma estaleca muito acima da média, e as grandes responsáveis pelo nosso crescimento e afirmação na região".

A entrevista completa pode ser vista, na íntegra, na página oficial da Associação Vale d'Ouro, no Facebook.

Gonçalo Novais, Técnico da A2000

POISE - Tipologia de Operação 3.01

Qualificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade

FORMAÇÃO INICIAL

CURSO:

1. Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade - 2900h
2. Auxiliar de Serviços Gerais - 2900h
3. Assistente Operacional - 2900h

EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

* Poiares - Peso da Régua
* Baião
* Resende
* Chaves
* Tabuaço
* Armamar

FORMAÇÃO CONTÍNUA

CURSO:

1. Promoção da Empregabilidade - 400h
2. Auxiliar Infantil - 400h

EM REGIME LABORAL, NOS CONCELHOS DE:

* Poiares - Peso da Régua
* Resende
* Mondim de Basto
* Chaves
* Armamar
* Baião

- Bolsa de Formação
- Subsídio de Alimentação
- Subsídio de Transporte
- Subsídio de Acolhimento de Dependentes a Cargo
- Certificado de Formação

INSCRIÇÕES ABERTAS

Informações/ Inscrições:

- Sede da A2000
- www.a2000.pt

Cofinanciado por:

PO ISE PROGRAMA OPERACIONAL INCLUSÃO SOCIAL E EMPREGO

PORTUGAL 2020

UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

FORMAÇÃO

Dia Mundial da Alimentação

O Dia Mundial da Alimentação celebra-se anualmente a **16 de Outubro**. A celebração do Dia Mundial da Alimentação foi estabelecida em Novembro de 1979 pelos países membros na 20ª Conferência da Organização das Nações Unidas para a Alimentação e a Agricultura.

Neste dia relembramos a importância de uma alimentação saudável para o bom funcionamento do organismo. Uma forma de adquirir uma alimentação saudável é através da Pirâmide Alimentar. Esta consiste num gráfico que sistematiza os alimentos de acordo com suas funções e os seus nutrientes, cada porção da pirâmide representa um grupo de alimentos e a quantidade recomendada diariamente.

Os alimentos que precisam de ser consumidos em maior quantidade estão na base da pirâmide. Enquanto os alimentos que precisam ter o consumo moderado estão no topo. Na base da pirâmide, estão os alimentos energéticos, os quais são ricos em carboidratos como massas, pães, cereais e arroz. Eles devem constar em todas as refeições. As frutas, verduras e legumes devem ser consumidas em três porções durante o dia. Este grupo inclui os alimentos reguladores e estão na porção intermedia da pirâmide.

Assim decidimos assinalar este dia com a realização de marcadores de livros com imagens de frutas e legumes, bem como um cartaz que ficará exposto na sala de formação para de vez em quando nos relembrar que precisamos manter uma alimentação saudável de forma a sentirmo-nos com energia para enfrentar o dia a dia.

Graciana Coelho, *Formadora*
Curso 7 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II (*Vila Real)*

Visita ao Centro de Ciência Viva de Vila Real

No passado dia trinta de Outubro visitámos o Centro de Ciência Viva de Vila Real, no âmbito da UFCD 3527 – Produção Alimentar – confeção de alimentos e 3528 – Produção Alimentar – pastelaria e sobremesas, com o objetivo de identificar a distinguir ervas aromáticas.

A visita iniciou-se com a visualização de um filme em 3D sobre a fauna e a flora existente no concelho de Vila Real, visualizando imensas fotografias maravilhosas sobre paisagens existentes. Ficámos com muita vontade de visitar alguns sítios, de tão magníficos que eram!

De seguida continuamos o percurso e visualizámos alguns fosseis de espécies que existiram há milhares de anos, posteriormente e ainda relacionado com o mesmo tema vimos um filme sobre a evolução da espécie referindo as distintas eras pelas quais passaram.

Seguidamente fomos fazer uma viagem de comboio, um comboio especial que não saia do mesmo sítio, mas a verdade é que dentro dele visualizámos magnificas paisagens do distrito de Vila Real. Foi uma sensação espetacular!

Por fim fizemos uma atividade que se intitulava "Criar com Aromas", onde duas técnicas nos explicaram o que eram ervas aromáticas, quais as suas funções e principais utilidades. Por fim construímos sabonetes, com folhas e extrato de alecrim e glicerina. Estavam muito cheirosos!

Foi uma visita muito interessante e enriquecedora! ADORAMOS a experiência e a visita.

Sofia Barros, *Formadora,*
Curso 14 – Auxiliar de Serviços Gerais II
(*Armamar)*

FORMAÇÃO

FORMAÇÃO

Testemunho FPCT

- Jorge Correia -

O meu nome é Jorge Manuel Monteiro Correia, moro em Santa Cruz do Douro, concelho de Baião, e estou a frequentar o curso de Auxiliar de Serviços Gerais na A2000.

Antes de frequentar o curso fiz uns testes para ver se podia vir para a formação, estive com uma psicóloga que viu quais eram as minhas dificuldades e os meus interesses pessoais e profissionais, e comecei no dia 2 de janeiro de 2018.

Durante o primeiro ano, aprendi muitas coisas novas, todas elas importantes para a minha vida profissional e pessoal, fiz muitos amigos e já não sou tão envergonhado. Em março deste ano comecei a Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na Câmara Municipal de Baião, mais concretamente no Centro Escolar de Santa Cruz do Douro, e estou a gostar muito. Todas as coisas que aprendi na formação em sala foram importantes para a FPCT, e ao colocar em prática tudo o que aprendi, vejo como foi importante o que as formadoras me ensinaram nesta altura.

No Centro Escolar de Santa Cruz do Douro faço um pouco de tudo, ajudo a limpar as salas e todos os espaços do Centro Escolar, na hora das refeições ajudo a pôr as mesas e a sentar os meninos para as refeições, e nos intervalos faço a vigilância dos espaços exteriores. Estou muito feliz com o decorrer da FPCT, gosto muito das professoras e das auxiliares, que são todas minhas amigas, e dos meninos também. A Sra. Lurdes e a Sra. Augusta têm muita paciência comigo, ensinam-me tudo o que é necessário e, quando alguma coisa não corre tão bem, elas explicam novamente.

Desde que estou na A2000 sou mais feliz, falo mais, e gosto de sair e ir com os meus colegas ao café. As formadoras são muito minhas amigas, e sempre que tenho algum problema ou preciso de ajuda, elas fazem tudo o que podem para me ajudar. A formação também me ajudou a ter mais dinheiro e assim posso sair mais de casa, e comprar algumas coisas que preciso e que gosto.

No futuro gostava muito de ficar a trabalhar no Centro Escolar de Santa Cruz do Douro, porque gosto muito das funcionárias, das professoras e dos meninos e nunca fui tão feliz!

Agradeço a toda a equipa da A2000, que me ajuda em tudo, e à Câmara Municipal de Baião, que me deixou realizar a FPCT no Centro Escolar!

Jorge Correia, *Curso 2 – Auxiliar de Serviços Gerais II (Baião)*

Visita ao Rocódromo de Vila Real com experiência única!

No passado dia 4 de outubro, o Curso 9 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, a decorrer em Santa Marta de Penaguião, teve oportunidade de visitar o parque florestal de Vila Real.

Esta visita teve como objetivos identificar os principais problemas ambientais e promover a aplicação de boas práticas para o meio ambiente. Após a visita ao parque, e depois de termos ficado a conhecer alguns comportamentos desadequados para a preservação do meio ambiente, conseguimos perceber as consequências que podemos sofrer se não adotarmos as medidas corretas de prevenção e proteção do mesmo.

Na parte final da visita, em parceria com o Rocódromo de Vila Real, tivemos a possibilidade de fazer escalada, o que constituiu um dos grandes momentos da visita! O Professor Pedro começou por nos explicar as técnicas da escalada para podermos subir a parede e, depois de um receio inicial, experimentámos e repetimos até não poder mais! Esta atividade, para muitos de nós, foi uma experiência única, pois foi a primeira vez que tivemos contacto com o mundo dos desportos radicais.

Gostámos muito da experiência e agradecemos ao Rocódromo de Vila Real e a toda a equipa que nos recebeu, por nos ter proporcionado excelentes momentos de diversão!

Curso 9 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade *(Santa Marta de Penaguião)*

FORMAÇÃO

Meu Trajeto de Vida... com nova Volta pela A2000!

Eu Ainda me Lembro daquele primeiro dia…
Há alguns anos, a Associação, pró Mundo se abria
Pessoas firmes, que bem acolhem,
Sendo uma mais-valia para o nosso futuro,
Crescendo… com uma "índole de Boa Família".

Casa que na íntegra, não cansa, estilo forte, confiante, recetiva
Para mim, eu penso, o melhor "amparo", onde eu ia.
Com Tantas Voltas de minha casa para Santa Marta, de ida em ida,
Para de muitos lados a Associação 2000 nos receber… aqui eu crescia!

Ainda naquele primeiro momento, sentia,
Que os meus Sonhos intensos, algo mais forte os fortaleciam
Primeiro contato com as Dras. Marina e Lara
Em que compreendiam minha situação, dando esperança à minha realização,
Numa avaliação de que com a minha ansiedade, eu podia… e por isso eu acreditava,
Na minha quase sempre "sonhadora" vontade de "tentar"… para vencer na vida …

Com o tempo de formação, em sala
E posteriormente em local de trabalho
Levaram-me num longo trajeto de experiências, eventos, convívios dentro e fora, inserido também em várias empresas, onde eu de salto em salto…
Decidindo e ouvindo opiniões, para experimentar, abrangia, onde melhor me adaptaria… e gradualmente eu crescia… Crescia!

Sim, houve muitas fobias, algumas tristezas pessoais "abertas" outras mais "escondidas", mas mais alegrias pelo meio, que me levavam a cada dia, fazer mais esforço para ficar "desinibido"… processo a pouco e pouco
E "juntos", atingi muito melhor!

Trabalhando… "Todos" me transmitiram conhecimentos e alegrias
Para trabalhar os meus receios e me sentir mais autónomo
Foi uma das melhores batalhas vencidas que me ajudaram a conseguir!

Interiormente muitas vezes, mesmo assim, ainda hoje "Quebro", porque me lembro de outros Algos, que por falta de "!?atitude" minha… queria ter vivido!
Nomeadamente lembro-me da universidade e dos meus sonhos pessoais, de que uma resposta queria ter tido e nessa altura não consegui… tê-las para mim! Nomeadamente o Futebol, a minha Grande Paixão!

Agora sim mais independente, por isso com mais e melhor sorrir de contente, já com o pretexto de outro caminho que agora vou seguir!
Também com os meus pés um pouco mais no chão… faço um gráfico diferente ao longo da minha vida:
…No passado sonhava mais e isso dava-me grandes poderes interiores… mas com as minhas retenções, não pude e não quis realizar esses mesmos…
Já hoje sinto-me mais capaz, e mesmo tendo os meus "melhores" sonhos ficado lá atrás… possuo e tenho ainda na manga outros tantos Sonhos que quero, que se tornem tão fortes como os do meu passado!!...

Sim, Vão alguns anos… e ainda assim sinto, em mim, o receio
O qual… ao longo do tempo, se esvazia
E … também como vou eu, vêm dizer outra vez: Olá Nuno! volta!
À Associação 2000, durante uma rápida visita minha!

Nuno Oliveira, *ex-formando da A2000*

Dinâmica de Grupo "The World Café" em Chaves

Os cursos, curso 11 - Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II e o curso 3 – Auxiliar de Serviços Gerais II, realizaram a dinâmica "The World Café" com o tema valores e princípios da A2000. O objetivo era recolher a perceção dos formandos sobre a forma como os colaboradores tornam visível, no quotidiano, o cumprimento desses valores e sua importância.

As turmas foram divididas em dois grupos, cada grupo tinha uma cartolina com 4 questões para responderem:

1) Qual a missão da A2000?
2) O que é a ética?
3) Existe uma comissão na A2000?
4) Para que serve uma comissão e como funciona?
5) Indique os valores da A2000. E o que significam?
6) Indique onde veem aplicados os valores e a ética.
7) Refira situações onde os valores e a ética não foram respeitados.
8) Dê exemplos de outros valores que valoriza.

Os dois cursos conseguiram atingir o objetivo com sucesso, foram capazes no geral de responder devidamente às questões da dinâmica. Todos os formandos participaram e se comunicaram, tiraram dúvidas, foi de grande mais valia esta dinâmica.

Cristina Pinto, *Formadora*

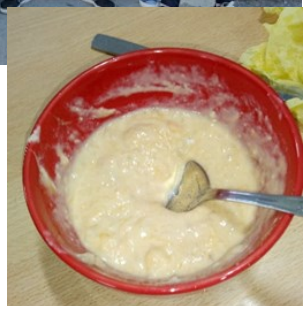
FORMAÇÃO

O Outono em Resende

Este ano, o outono veio recheado de novidades e atividades em Resende.

Os formandos do Curso 12 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade fizeram 2 visitas inseridas em duas UFCD´s. Na unidade **3246 - Assistência a crianças no domicílio - hábitos de higiene,** os formandos visitaram o Pingo Doce de Resende onde viram os vários produtos de higiene da criança, sua utilidade e respetivo preço. Todos tomaram conhecimento e ficaram surpreendidos com a diversidade de produtos.

Na unidade 3247 - Assistência a crianças no domicílio - alimentação da criança, os formandos visitaram o Meu Super de Resende onde viram os vários produtos de alimentação da criança. Chegados ao Seminário, puseram os conhecimentos em prática e fizeram papinhas de fruta e farinhas.



A convite da Câmara Municipal de Resende, os nossos formandos participaram na iniciativa REVIVER II, inserida na UFCD 3534 – Animação e Lazer, que decorreu no Jardim Municipal 25 de Abril e contou com a participação de 125 pessoas das seguintes instituições locais: Associação A2000; Associação Portas P'rá Vida; Casa do Povo de Resende; Irmandade de S. Francisco Xavier e Santa Casa da Misericórdia de Resende. A iniciativa incluiu um conjunto de atividades de promoção do entretenimento, designadamente animação musical, teatro, jogos, caça ao tesouro e lanche convívio. Os nossos formandos da A2000 venceram a caça ao tesouro e conquistaram o primeiro prémio, uma viagem à escolha num raio de 200 Km, tendo ficado radiantes e orgulhosos desta vitória.

Também na **UFCD 3534 – Animação e Lazer, os formandos** realizaram outras atividades – desportivas, musicais, plásticas. Neste âmbito, os formandos fizeram porta-chaves em feltro e cestinhas em eva. Os formandos gostaram bastante desta atividade por ser prática e verem um resultado final.

Ambos os cursos – Curso 16 e Curso 12 – participaram num workshop de cocktails dinamizado pelo Ex - Formador Carlos Monteiro. O curso 12 teve o workshop inserido na **UCFC 3529 – Queijos e Bebidas** onde aprenderam a realizar alguns cocktails que estão agora na moda – sangria, mojito e caipirinha. O curso 16 foi inserido na **UCFD 7852 - Perfil e Potencial do Empreendedor** onde viram as caraterísticas dum empreendedor do Concelho de Resende, pois o Prof. Carlos como já não estava a trabalhar na A2000, decidiu abrir um bar / esplanada na época de verão.

FORMAÇÃO

FORMAÇÃO

Sandra Pinto, *Formadora*

Os formandos do Curso 12 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, iniciaram a formação prática nas UFCD´s **3527 – Confeção de Alimentos** e **3528 – Pastelaria e Sobremesas.** Todos estão entusiasmados e felizes com a ida para a cozinha e com as iguarias que têm confecionado.

Os formandos dos 3 cursos de Resende, receberam a visita do Sr. Presidente da **Junta de Freguesia de Resende**, Sr. José Augusto, que veio presentear todos os nossos formandos com um boné azul da Junta de Freguesia de Resende. Os formandos ficaram agradecidos e felizes com esta simbólica oferta da Junta de Freguesia de Resende.

Formação Pedagógica Inicial de Formadores

B-Learning

- CERTIFICADO DE COMPETÊNCIAS PEDAGÓGICAS (CCP)

Inscrições limitadas

254 822 046

a2000@a2000.PT

Local: Sede A2000

Rua S. João Bosco, Nº 478 5050-347 POIARES - PESO DA RÉGUA

Duração:

- 25 de novembro de 2019 a 20 de janeiro de 2020

Requisitos de acesso:

- 9.º ano de escolaridade (mínimo)
- Conhecimentos informáticos na ótica do utilizador

Asseguramos colocação na bolsa de formadores da A2000

Preço*:

175€ - não sócios

150€ - sócios

* Facilidades de pagamento

ASSOCIAÇÃO 2000 DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

IEFP

ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

Assurance in Social Services

AENOR ER Empresa Certificada ER-1072/2012

IQNet CERTIFIED MANAGEMENT SYSTEM

FORMAÇÃO

No mês de outubro...

Olá! Somos os formandos do curso 17 – Promoção da Empregabilidade de Mondim de Basto e aproveitamos este espaço para vos mostrar as nossas atividades durante o mês de outubro.

No âmbito da UFCD - Comunicação Assertiva e Técnicas de Procura de Emprego recebemos na nossa sala de formação, uma sessão de esclarecimento sobre as temáticas trabalhadas durante as sessões de formação em sala. A Dr.ª Vânia Alves, técnica do GIP de Mondim de Basto, fez o gentil favor de nos vir dar uma sessão de esclarecimento. Durante a sessão explicou-nos que o GIP é um local onde todos se podem deslocar para procurar ofertas de emprego, pedir declarações, atualizar dados e apoiar/auxiliar nas candidaturas a medidas de apoio ao emprego. Explicou-nos também como nos podemos candidatar a ofertas de emprego (internet, do site do IEFP, ou deslocando-se diretamente ao Gabinete). A Dr.ª Vânia Alves apresentou-nos também as medidas possíveis de apoio ao emprego e o CEI+ (Contrato Emprego Inserção +) e o Estágio Profissional. Pudemos ainda navegar no site do IEFP, onde tivemos a oportunidade de explorar o mesmo e tirar algumas dúvidas.

A vinda da Dr.ª Vânia Alves à nossa sala de formação foi, sem dúvida alguma, uma mais valia. O nosso muito obrigado Dr.ª Vânia Alves.

Durante este mês tivemos a oportunidade de visitar a unidade hoteleira Águas Hotel de Mondim de Basto. Esta visita, realizada no âmbito da UFCD - Atendimento e Assistência a Clientes, permitiu que evidenciássemos na prática, o que aprendemos na teoria na sala com a nossa formadora.

Fomos muito bem-recebidos pela Diretora Marisa Borges, que nos fez uma visita guiada, explicando ao pormenor cada espaço e sua finalidade. Ao longo de toda visita, foram sendo esclarecidas todas as dúvidas, que iam surgindo e tiradas fotografias que ficarão na memória de cada um de nós.

Foi, sem dúvida, uma visita entusiasmante e única.

Desde já deixamos um agradecimento especial à unidade Hoteleira Águas hotel, na pessoa da Diretora Marisa Borges, por nos ter recebido com tanto carinho e dedicação, o nosso muito obrigado. Esta experiência foi bastante gratificante para todos nós.

No âmbito da UFCD - Ambiente, Segurança, Higiene e Saúde no Trabalho, realizamos também uma visita, desta vez a duas empreitadas.

Esta visita permitiu que víssemos ao vivo alguns equipamentos de proteção individual e proteção coletiva, foi-nos explicado os cuidados a ter e quais as proteções a utilizar durante a visita. Para além disso tivemos oportunidade de usar equipamentos de proteção individual.

As boas-vindas ao nosso grupo foi marcada pela presença e simpatia do Eng.º João Monteiro, colaborador do Município de Mondim de Basto.

Foi muito interessante poder vivenciar esta experiência, pois podemos conhecer de perto as condições de segurança das obras.

Agradecemos, de coração, a todos os que de uma maneira ou de outra nos proporcionaram estes momentos.

Deixamos um agradecimento especial, à Câmara Municipal de Mondim de Basto, pela sua disponibilidade, quer nos transportes, quer na colaboração constante com a A2000.

E assim terminou um mês dedicado a novos saberes e novas experiências, experiências essas que nos fortaleceram e nos ajudou a crescer.

Curso 17 – Promoção da Empregabilidade

(Mondim de Basto)

FORMAÇÃO

Promoção da Empregabilidade em Resende

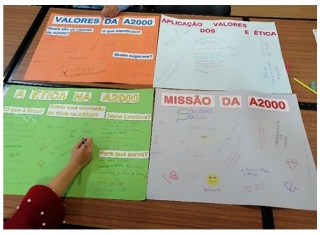
O Outono trouxe um curso novo de formação contínua a Resende, **Curso 16 – Promoção da Empregabilidade**. Este curso é composto por formandos do Concelho de Resende, alguns deles já haviam sido formandos da A2000 na formação inicial. A vinda deste novo curso alegrou os colegas que já cá estavam e também os novos que vieram. Para todos aumentou o convívio e a rede de relações.

No âmbito da **UFCD 0404 – Organização Pessoal e Gestão do Tempo**, os formandos exploraram o conceito de tempo, formas e estratégias de gestão tempo, aprenderam a estabelecer prioridades nas tarefas e realizar e também adquiriram estratégias de gestão pessoal. Uma das estratégias de melhorar a nossa organização pessoal e gestão de tempo é a Agenda. Assim, todos os formandos elaboraram uma agenda pessoal para registar as tarefas as realizar.

Os formandos do Curso 16 – Promoção da Empregabilidade, convidaram os colegas do Curso 12 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II, no âmbito da UFCD **3539 – Deontologia e Ética Profissional no Apoio à Comunidade** para realizarem, em conjunto, a dinâmica do world café para debater a Ética e valores na A2000. Todos os formandos gostaram bastante desta dinâmica e deu um resultado bastante produtivo e positivo.

Aqui estão os principais dos resultados desta dinâmica com os formandos...

Nídia Correia, *Formadora*



Valores da A2000

Quais são? Essencialmente igualdade, confiança, respeito, responsabilidade, amizade, solidariedade, humildade.

O que significam? Estes valores significam que eles são aceites, respeitados e tratados por igual, sentem-se acarinhados (somos como segundos pais) e aqui podem aprender.

A Ética na A2000

O que é a Ética? Comportamento, cumprir as regras, distinguir certo / errado e justo / injusto.

Como funciona? Funciona como se fosse um tribunal, onde estão reunidas pessoas a serem ouvidas para tomar uma decisão…. Como um julgamento!

Para que serve? Para resolver os problemas, tomar decisões, chegar a um acordo…. Para ajudar e ficar tudo bem!

Aplicação dos Valores e Ética

Ouvir e compreender os problemas deles, dar apoio quando estão tristes, respeitar a opinião, ensinar com igualdade, disponibilidade das colaboradoras, ajudar na resolução de problemas (ir ao médico, refeições na casa do povo, transportes na câmara, leitura de cartas…), ajudar nas dificuldades (leitura e escrita)

Projetos INR

À descoberta de outros mundos

INSCRIÇÕES ABERTAS

FINALIDADE:

Integração social de 10 adultos com incapacidade ou necessidades especiais, em risco de exclusão social, do concelho de Murça.

MAIO A DEZEMBRO

- Efetuar diagnóstico social na área da deficiência para identificação das necessidades de todas as pessoas com deficiência ou incapacidade (PCDI) e encaminhá-las

- Promover atividades que desenvolvam/ aumentem os níveis de competência do saber ser/estar, fazer e aprender, nomeadamente ao nível da autonomia, da participação, relações interpessoais, autodeterminação, experiências ocupacionais e profissionais

- Orientar e promover a definição de interesses profissionais, encaminhando para emprego ou formação profissional.

- Mapear no tecido empresarial do concelho as entidades disponíveis para receber pessoas com deficiência.

- Informar o tecido empresarial sobre as medidas ativas de emprego para PCDI's e vantagens na sua integração profissional

- Realizar 2 palestras abertas à comunidade a 1ª para apresentação do diagnóstico social efetuado acerca das PCDI's e suas necessidades. A 2ª palestra terá a finalidade de sensibilizar e capacitar sobre direitos de cidadania e, medidas de apoio ao emprego para PCDI e empresas.

Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2019

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

VILA DE MURÇA
Parceiro

Outubro 2019

Adeus verão e olá outono. Uma nova estação e um novo mês. Bem-vindo outubro!

Um mês marcante, intenso de emoções e sentimentos para os clientes do Projeto "À Descoberta de Outros Mundos". Se por um lado, imperavam emoções de alegria e felicidade, uma vez que, iriam arrancar as atividades inclusivas em contexto profissional, por outro lado, evidenciavam-se emoções e sentimentos de ansiedade e medo, aliado ao receio de não conseguirem dar cumprimento às tarefas, a que cada um se propôs, nas respetivas entidades acolhedoras. Com o desenvolvimento e execução das mesmas, nasceram sentimentos de segurança e confiança, que tornou cada elemento deste grupo mais forte, mais autoconfiante e mais tranquilo. Esta nova etapa, marcou cada um deles de uma forma positiva, devolvendo-lhes, a esperança de um dia serem integrados profissionalmente, e, consequentemente, uma melhoria a nível da qualidade de vida. Fica aqui o agradecimento às Entidades acolhedoras que nos proporcionam o desenvolvimento e execução das atividades inclusivas, a saber: Câmara Municipal de Murça, Agrupamento de Escolas de Murça, Santa Casa da Misericórdia de Murça, Supermercado-O Teu Super, Pizzaria Pasta Fina, Sónia Santos Cabeleireiros, Nova Imagem Cabeleireiro e LBR-Leonel Brás Reboques.

NOTÍCIAS

À DESCOBERTA DE OUTROS MUNDOS

Paralelamente, ao desenvolvimento destas atividades, o grupo, em contexto de sala dedicou-se com grande entusiasmo e empenho, ao tema Halloween, que se comemora no final deste mês. Da imaginação de cada um resultaram diversos trabalhos, desde teias de aranha, morcegos, fantasmas e aranhas que serviram de "pano de fundo" à sala de atividades.

É ainda no início desta estação, que se sente um calorzinho que se vai despedindo à medida que nos aproximámos do inverno, e como tal, aproveitámos, e fomos passear com o cenário de outono, até ao Parque Biológico de Vinhais, com o objetivo de aprenderemos mais um pouco sobre a fauna e a flora característica da nossa região, "aprendendo de uma outra forma". Tivemos ainda a oportunidade de participar em um dos diversos eventos importantes que se organizam nesta vila, a Feira da Castanha, e degustar as castanhas assadas no maior assador do mundo, fruto de excelência desta terra. Foi um dia muito divertido e recheado de emoções positivas.

Deixámos o nosso agradecimento, à Câmara Municipal de Murça pela cedência do transporte, ao Parque Biológico de Vinhais pela forma calorosa com que nos receberam. Bem hajam TODOS!

"Nós não deveremos deixar que as incapacidades das pessoas nos impossibilitem de reconhecer as suas habilidades." (Hallahan e Kauffman)

Patricia Maçãs, *Psicóloga A2000*

ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Murça

Medidas de apoio ao emprego para pessoas com deficiência e incapacidade

Palestra

2 / DEZ / 2019
15h00 - 17h

Auditório dos Paços do Concelho

Inscrição gratuita
mas obrigatória
(a2000@a2000.pt)

Público:
Empresários, Dirigentes Associativos, Técnicos da Área Social e Autarcas

Projeto: "À Descoberta de Outros Mundos"

Parceiro

VILA DE MURÇA

Financiamento

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

Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2019

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

Assurance in Social Services

AENOR ER Empresa Certificada ISO 9001
ER-1072/2012

IQNet CERTIFIED MANAGEMENT SYSTEM

A2000/113.00/03

PROJETOS INR

INSCRIÇÕES ABERTAS

A ARTE DE PARTICIPAR

MAIO A DEZEMBRO

Nos concelhos de Armamar e Tabuaço:

- Realizar atividades artísticas, ao nível da expressão plástica e corporal, que desenvolvam e/ou aumentem a capacidade de expressão de sentimentos/ideias/ opiniões, cooperação, partilha, autonomia e autoestima.

- Realizar exposições itinerantes dos trabalhos produzidos pelas PCDI's, em locais públicos que revelem as suas competências, as valorizem e promovam momentos de socialização e participação na comunidade.

- Envolver entidades dos dois concelhos, nesta corrente artística por forma a envolver a comunidade nesta tarefa de embelezar o concelho.

- Realizar apresentações noutras entidades de uma encenação/coreografia construída pelos participantes.

- Realizar, em dezembro, um evento público, em cada concelho, onde se reúnam todas as produções artísticas, e se faça a apresentação da encenação/coreografia das PCDI, bem como o filme com todas as etapas de produção, os depoimentos das PCDI/significativos e a recolha de opiniões da comunidade acerca das exposições itinerantes.

instituto nacional para a reabilitação
Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.
Cofinanciado pelo Programa Nacional de Financiamento a Projetos pelo INR, I.P. 2019

TABUAÇO MUNICÍPIO
Armamar
Parceiros

"Em outubro recolhe tudo"

Diz o ditado que "Em outubro recolhe tudo"... contudo nós, no projeto "A Arte de Participar" fizemos precisamente o contrário: em vez de recolher, distribuímos vivacidade, alegria, cantorias, interesse e ...ARTE!

Pelo meio aprendemos muita coisa.

Assim, retomámos as atividades de ginásio e de natação nas piscinas interiores de Armamar. Também em Tabuaço recomeçamos a ter atividades na piscina mas com uma novidade – começamos a ter uma aula de Educação Física, que passará a ser uma vez por mês, no salão nobre do Quartel dos Bombeiros Voluntários de Tabuaço, a quem aproveitamos para agradecer a amabilidade pela disponibilização do espaço. Sob as instruções do professor Joel divertimo-nos muito enquanto praticamos atividade física, tão importante para o nosso bem-estar.

Em ambos os concelhos dedicámos grande parte do nosso tempo à elaboração de frutos de outono que preencheram a árvore de outono, também elaborada por nós. O resultado foi muito giro e deu mais cor à Loja Interativa de Turismo de Armamar e ao Centro de Dia de Barcos, onde foram expostos estes nossos trabalhos. Neste último local, recordamos tempos antigos com a música "Fui ao Douro às Vindimas" e fomos muito bem acompanhados pelas vozes joviais dos idosos ali presentes. Foi uma animação!

Em Armamar, onde se realizou a já afamada Feira da Maçã, estivemos presentes com a nossa exposição intitulada "Era uma vez" num stand da A2000 e aproveitámos para espreitar também os outros expositores.

Em Tabuaço, a exposição com o mesmo tema ainda se encontra nas instalações da Biblioteca Municipal, animando o espaço com a história do "Anjo sonhador"...

Terminámos o mês visitando as instalações dos quarteis da GNR de Tabuaço e Armamar. Em ambos fomos muito bem recebidos e ficamos impressionados com as boas condições apresentadas e com o trabalho desenvolvido por esta força de segurança. Em Armamar, a visita foi complementada com uma sessão de sensibilização acerca da prevenção rodoviária e acabamos o dia literalmente a "parar o trânsito", transmitindo aos condutores alguns dos ensinamentos que nos foram passados previamente, e distribuindo panfletos alusivos ao tema.

Um outubro deveras preenchido!

Clientes e Técnicos do Projeto

Tabuaço

Armamar

GPS

GABINETE PSICOSSOCIAL

AÇÕES REALIZADAS NAS FREGUESIAS (AÇÕES DE DESENVOLVIMENTO COMUNITÁRIO)

- Espaços de Convívio

(Atividades Formativas e Ocupacionais Séniores)

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.

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

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)

- **União das Freguesias de Galafura e Covelinhas (Peso da Régua);**

  - Associação Cultural Social Desportiva e Recreativa de Galafura;

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

Caloroso outubro

Diz-se popularmente que até ao lavar dos cestos é vindima. Neste mês os mesmos vão sendo lavados, bem como as cores vão mudando, trocando os verdes pelos castanhos vermelhos e laranjas; e o próprio tempo vai arrefecendo, numa preparação ao inverno que está para vir.

Apesar destas "adversidades", nada demove os nossos clientes, que agora regressam em pleno, de dar vida às nossas tardes. A animação e o convívio voltam ao seu calor original, numa troca constante de experiências e de ensinamentos.

As mãos estão sempre a trabalhar e a criatividade a ser alimentada, não só para com os projetos que temos diante de nós, mas também diante dos computadores, perante os vários trabalhos manuais e de tudo o resto que está para vir.

Vai-se treinando para o Torneio de Boccia e começam a delinear-se as apresentações que irão ser levadas à Festa dos Reis. Para não falar que há uma vontade imensa de visitar as novas instalações em Poiares.

Antes desta visita, ainda fomos à Feira dos Santos, a Chaves, mesmo no último dia do mês para o acabar em beleza. O tempo esteve do nosso lado e permitiu uma calma travessia por toda a feira. Aproveitaram-se as grandes promoções e a própria extensão do espaço para dar um treino extra às pernas. Em suma, foi uma mudança de ares que só fez bem, tanto ao corpo como à alma!

Agradecemos à Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião e às freguesias (União de Freguesias de Lobrigos, (São Miguel e São João Baptista) e Sanhoane, Fontes, União de Freguesias de Louredo e Fornelos, Alvações do Corgo e Sever) pela colaboração nos transportes.

Perante esta motivação inabalável, tudo só pode correr bem, e nos meses que se seguem... é o que estará na nossa lista de prioridades!

Técnicos de Gabinete Psicossocial

Testemunhos recolhidos na visita à Feira dos Santos

"'O tempo durante toda a viagem foi muito agradável. Os preços dos vários produtos eram muito apelativos e havia muito para ver. Havia boa comida e boa bebida, sempre em conta. Foi um escape à rotina da sala de aula e deu para curar uma série de maleitas. Uma experiência a repetir, de preferência noutro destino." Espaço de Convívio de Fontes

"Foi muito bom sair da sala de aula e conhecer outros ares. Havia muitos artigos interessantes à venda e alguns mais tradicionais fizeram-nos recordar momentos da nossa infância." Espaço de Convívio de Alvações do Corgo

"Uma Feira de Santos mas santos não vimos. Uma tarde diferente" Espaço de Convívio de Lobrigos (São Miguel e São João de Lobrigos) e Sanhoane

"Uma tarde diferente e muito divertida" Espaço de Convívio de Sever

"Gostamos tudo que seja passeio e ir conviver com as colegas dos outros Espaços de Convívio. Queremos mais!" Espaço de Convívio de Louredo e Fornelos

GPS

GPS

Espaço de Convívio de Galafura.

Terminadas as vindimas, retomou em força o Espaço de Convívio de Galafura.

Este mês as atividades foram diversas e enriquecedoras.

Assim, iniciámos o mês aprendendo a fazer massagens às mãos, o que foi uma mais-valia acrescida, tendo em atenção o desgaste que as mãos sofreram com o trabalho árduo dedicado ao corte e transporte de uvas.

Os computadores (TIC) não podiam faltar, e enquanto alguns clientes tiveram a oportunidade de aderir finalmente às redes sociais, outros dedicaram-se a atividades de estimulação cognitiva, recordando a numeração romana, fazendo cálculos e, outros retomando a aprendizagem da escrita. Tal é possível porque nos Espaços de Convívio da A2000 "cada caso é um caso", pelo que há o cuidado de adequar a atividade às necessidades e desejos do cliente.

O mês terminou com uma visita guiada ao Museu do Douro. Foi a oportunidade perfeita para rever diversos objetos antigamente utilizados na lavoura, para recordar a história da Região Demarcada do Douro e das suas gentes e para lembrar contos e ditos de outrora...tudo com um brilho no olhar...

Salientamos que o Espaço de Convívio de Galafura, fruto de uma parceria entre a A2000, a Junta de Freguesia da União das Freguesias de Galafura e Covelinhas e a Associação Cultural, Social, Desportiva e Recreativa de Galafura, funciona às quartas-feiras, de quinze em quinze dias, nas antigas instalações da Escola Primária.

Técnicos de Gabinete Psicossocial

CAARPD

Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social para Pessoas com Deficiência ou Incapacidade

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.**

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

CONCELHOS DE INTERVENÇÃO:

- **SANTA MARTA DE PENAGUIÃO**
- **PESO DA RÉGUA**
- **MESÃO FRIO**
- **MONDIM DE BASTO**

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

A - Atendimento e Acompanhamento Social

B - Reabilitação Social

SEGURANÇA 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.

INSCRIÇÕES ABERTAS

CAARPD

Um Outubro de boas-vindas!

Outubro foi mês de muita atividade, muito trabalho e, sobretudo, de dar as boas-vindas a duas "caras novas" que chegaram ao grupo do CAARPD da A2000!

A Joana Rocha e a Francisca Navarro ainda agora chegaram, e ao final de um mês na A2000, não podiam ter melhor impressão do ambiente que encontraram, das atividades propostas e de todo o apoio recebido. Ao fim deste tempo, a Francisca diz-se bastante contente pelo convívio com os colegas, e com as atividades que vai realizando, demonstrando uma excelente aptidão e gosto pela realização de trabalhos manuais. Já a Joana assegurou que gostou muito da forma como foi recebida. "**Senti-me muito bem integrada na A2000, e só tenho a dizer coisas boas deste primeiro mês na associação, onde tive a oportunidade de realizar várias atividades diferentes. Sinto-me muito apoiada por todos, para tudo o que precise. Também gostei muito da surpresa que os meus colegas me prepararam, um quadro em relevo de boas-vindas, para que eu pudesse tocar e apreciar porque, como sou invisual, não o conseguiria fazer de outra forma**".

As atividades temáticas alusivas ao outono preencheram os dias dos clientes, mas com uma grande novidade que eles quiseram realçar. "Em outubro, demos início a uma nova atividade no CAARPD, chamada "Danças do Mundo". Além de ser muito divertida e de nos permitir fazer exercício físico, leva-nos a conhecer as danças de todo o Mundo e, este mês, os países escolhidos foram o Brasil e Portugal. Fizemos alguns trabalhos manuais, em que apanhámos folhas para fazer coroas de flores e embelezar retratos de pessoas feitos à mão, usámos sementes e grãos de arroz para fazer uns quadros bastante bonitos, plantámos couve, cenoura, couve-de-bruxelas, co-entros, nabiça e salsa na horta, fizemos uma desfolhada e ainda festejámos o Halloween, onde comemos um bolo delicioso

feito pela mãe da nossa colega Filipa", descreveram os clientes do CAARPD, que ainda enumeraram atividades de andebol, natação, hipoterapia, reiki e musicoterapia como momentos que preencheram um animado mês de outubro!

Bem-vindo Outono

Mais um mês chegou ao fim, e com ele surge a mudança de cor das paisagens, as folhas começam a cair das árvores. É neste ambiente de mudança que aproveitamos para dar um passeio pela vila e apanhar folhas vermelhas, castanhas e amarelas, caídas na rua. Estas folhas serviram para realizar pinturas em frascos, para simbolizar a nova estação do ano que está a chegar – o Outono.

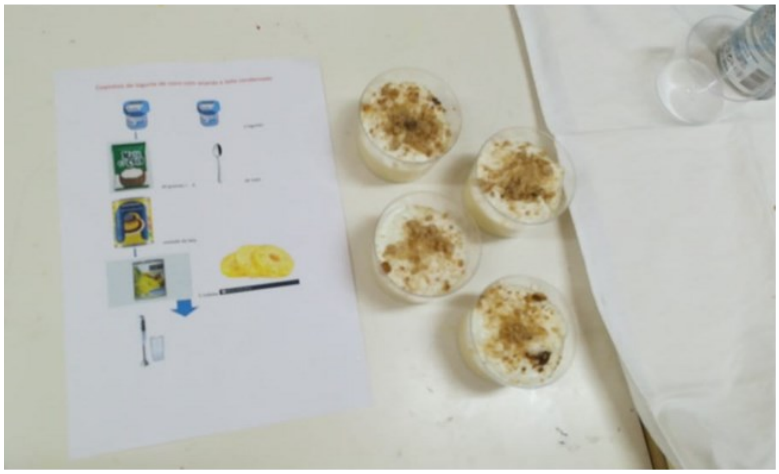
Como o sol ainda espreitou durante uns dias, tivemos a possibilidade para confecionar uma sobremesa fria – copinhos de iogurte de coco com ananás.

Tivemos ainda a oportunidade de ir a Poiares, para conviver com os nossos colegas, onde

aproveitamos para dançar e fizemos um jogo em que tínhamos que descrever vários frutos/ animais/ objetos, com base nas suas características para os colegas adivinharem.

Para acabar bem o mês realizamos jogos de raciocínio e treino cognitivo, como quebra-cabeças, palavras cruzadas e puzzles e ainda aproveitamos para festejar o Halloween, no qual decoramos uma abóbora, enfeite este que não pode faltar numa festa, como esta. Ficou muito gira e então aproveitamos para a ir oferecer à Santa Casa da Misericórdia de Mesão Frio

Técnicos e Clientes do CAARPD de Mesão Frio



IPI

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

A Motricidade Fina

A motricidade fina é a capacidade de realizar movimentos precisos, com as mãos e os dedos, com controlo e destreza, de acordo com a exigência da atividade.

As crianças começam por tocar, agarrar e apertar com as mãos e com os pés, evoluindo na forma como pegam e manuseiam os objetos, desenvolvendo a motricidade fina e o controlo visual.

O ato de tocar, agarrar e apertar é muito importante, pois é partir daqui que as crianças se desenvolvem a nível motor, melhorando as habilidades manipulativas para que mais tarde consigam realizar tarefas básicas do dia a dia, como abotoar um casaco, amarrar os sapatos, manusear talheres e escrever.

A execução de habilidades motoras para realizar movimentos de forma precisa e delicada, requer um conjunto variado de aptidões que podem ser designadas por coordenação motora fina.

As sensações tácteis têm, um papel precoce, não só na descoberta de texturas como o liso, o rugoso, o pontiagudo, o redondo, o pesado, o leve, o mole, o duro, mas ainda pela ajuda que elas dão à visão no conhecimento do espaço/objetos.

A interação da criança com o meio ambiente e com outras crianças é essencial para o seu desenvolvimento global, deve-se valorizar o desenvolvimento cognitivo, motor e afetivo, pois só assim a criança é capaz de se desenvolver, criar confiança em si mesma e nos outros.

As crianças crescem e os músculos desenvolvem-se, de tal modo que surge numa primeira fase o desenvolvimento da motricidade geral com o desenvolvimento dos grandes músculos do corpo, possibilitando à criança gatinhar, andar, correr e saltar. Posteriormente desenvolvem-se os pequenos músculos do corpo, que vão ganhando mais controlo e a motricidade fina começa a ser desenvolvida.

A idade pré-escolar é uma fase de aquisição e aperfeiçoamento das habilidades motoras, formas e coordenação e de movimento, que possibilitam à criança dominar o seu corpo em diferentes posturas (estáticas e dinâmicas) e mover-se pelo meio ambiente de variadas formas (gatinhar, andar, correr, saltar).

O desenvolvimento motor vai surgindo quando a criança começa a ter maior controlo sobre as coisas que agarra e a motricidade fina vai se desenvolvendo cada vez mais.

Ana Sofia Correia, *Fisioterapeuta*

IPI

DONATIVOS

DOADOR DO MÊS

FAÇA O SEU PRATO

Escolha a sua massa.

Escolha 6 ingredientes.

Escolha o seu molho.

Desfrute da sua massa favorita!

Av. João Paulo II Lote 2 Loja B, 5000-198 Vila Real @recantodasmassas_

RECANTO DAS massas

DOADOR DO MÊS

manos gráfica

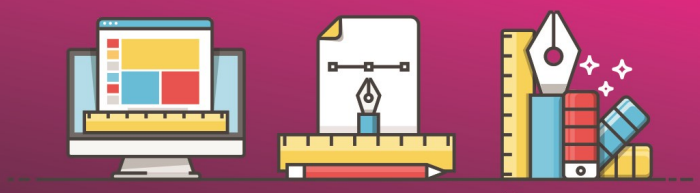
Cyan Magenta Yellow Black

Laser/UV IMPRESSÃO

Qualidade Reclamos

Offset

Vinil



DESIGN GRÁFICO

CONTACTE-NOS SAIBA MAIS

259 326 571/2

@ manosgrafica@sapo.pt

www.manosgrafica.com

Siga-nos no Facebook

Deixe um Like

DONATIVOS

DOADOR DO MÊS

ALVARÁ N.º 61808

HABI PENAGUIÃO CONSTRUÇÕES, LDA.

Construções de Qualidade, Cimentam Laços de Confiança

A **Habi Penaguião Construções, Lda.** é uma empresa fundada em 2008. E, desde então, dedica-se à construção e reconstrução de habitações, não esquecendo a habilitação para todas as restantes obras ligadas à construção civil (construções de moradias unifamiliares/ multifamiliares, demolições, construção de muros em xisto , remodelações, movimentos de terra, fiscalização, etc.).
Estão inseridos no mercado de obras particulares e públicas.

Dispõem de equipas especializadas e de meios técnicos para diferentes atividades dentro do ramo da construção civil, que permitem a realização dos seguintes trabalhos:

- Construção e venda de habitações unifamiliares e multifamiliares;
- Reabilitação de edifícios;
- Edifícios para outros fins;
- Infraestruturas;
- Instalações Industriais;
- Calçadas;
- Obras Públicas;
- Estruturas metálicas;
- Muros em xisto posto;
- Movimentos de terras;
- Demolições;
- Terraplanagens.

www.habipenaguiao-pt.webnode.pt

Rua do Ribeiro, nº 207 - Sta Comba, 5030-461 Sta. Marta de Penaguião

254 828 221 | 917 615 102 | habipenaguiao@gmail.com

DOADOR DO MÊS

CITROËN

OPORTUNIDADES SELECT

SEMI-NOVOS
QUE NÃO PARECEM
SEMI-NOVOS

CITROËN C4 CACTUS | CITROËN C3 | CITROËN C3 AIRCROSS | CITROËN GRAND C4 SPACETOURER

OFERTA DE 4 ANOS DE GARANTIA

VÁLIDO DE 11 A 25 DE NOVEMBRO. RESERVE JÁ O SEU!

93 PONTOS DE CONTROLO
GARANTIA MÍNIMA DE 24 MESES
SATISFEITO OU SUBSTITUIDO

CITROËN select
VEÍCULOS DE OCASIÃO

Oferta de 4 anos de garantia válida para viaturas usadas e semi-novas abrangidas pelo programa Citroën Select com menos de um ano, adquiridas entre 11 e 25 de Novembro de 2019. Para mais informações contate o seu ponto de venda Citroën Select. Visuais não contratuais.
Consumos mistos e emissões de CO2: Citroën C4 Cactus de 4,8 a 7,2 l /km e de 122 a 163 g/km; Citroën C3 de 4,2 a 7,2 l/km e de 111 a 163 g/km; Citroën C3 Aircross de 4,5 a 7,2 l/km e de 118 a 163 g/km; Citroën Grand C4 SpaceTourer de 4,9 a 6,6 l/km e de 129 a 154 g/km, consoante a gama, extras e equipamentos específicos do veículo encomendado pelo cliente.

VILA REAL
Zona Industrial Lt-129 | 5000-082 Vila Real
Tlf: 259302380 www.zscamilo.pt

ZS Camilo 50 anos

BRAGANÇA
Alto das Cantarias | 5300-107 Bragança
Tlf: 273300980 www.zscamilo.pt

DOADORES DO MÊS

RECANTO DAS massas

manos gráfica

HABIPENAGUIÃO CONSTRUÇÕES, LDA. — ALVARÁ N.º 61808 — Construções de Qualidade, Cimentam Laços de Confiança

ZS Camilo 50 anos

Carclasse

LAND PEÇAS

QUINTA DO PAÇO HOTEL

OKsofás www.oksofas.pt

ORIGENS D'OURO

MAG MAGALHÃES & CA, LDA

KONICA MINOLTA

FAFEL Construct

bugalha my loft DOURO

MEDIAÇÃO IMOBILIÁRIA

ze.come SNACK-BAR · RESTAURANTE

ARMAZÉNS DO CORGO

CHIP7 Vila Real

ESTABLISHED 1727 MARTHA'S WINES & SPIRITS

75 ANOS casa Mario Machado desde 1943

CASA DOLORES MATERIAIS DE CONSTRUÇÃO Sta. Mta. De Penaguião | Vila Real | Mirandela | Chaves

amadeus restaurante

irmãos LEITE

a.p.m. Energias Renováveis – Serviços Fábrica de Janelas e Portas de Alumínio

gresvilmat Unipessoal, Lda materiais de construção

TRALHA

Predivimeã EMPREENDIMENTOS IMOBILIÁRIOS, LDA.

COMPASSO E RÉGUA GABINETE DE PROJETOS

O Cenáculo do Leitão CHURRASQUEIRA

Frutas Dumi, Lda Gojim | Armamar

100 HECTARES DOURO

Quinta do PRÍNCIPE CHAVES

Mateus restaurante

i9auto automóveis

A2000 ASSOCIAÇÃO 2000 DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Morada: **Rua S. João Bosco, Nº478**
5050-346 Poiares - Peso da Régua

Telefone: **254 822 046**

DGERT ENTIDADE FORMADORA CERTIFICADA

Assurance in Social Services

AENOR ER Empresa Certificada ISO 9001 ER-1072/2012

CERTIFIED IQNet MANAGEMENT SYSTEM