



Viver e Aprender

Integrações Profissionais Mercado de Trabalho (pág. 3)



“Parte de Nós - Natal 2015” Ação de voluntariado “Douro Solidário”

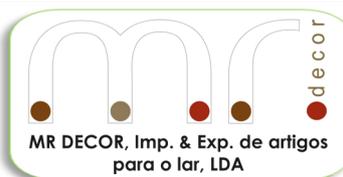


A Fundação EDP desafia todos os anos os seus colaboradores a praticarem atos solidários no âmbito da ação, “Parte de Nós - Natal 2015”
Ação de Voluntariado

“Douro Solidário”. Assim propuseram à A2000 a realização de algumas ações de voluntariado por forma a responder a necessidades dos clientes, (...) (pág. 6)

Testemunhos de FPCT Formandos em Contexto de Trabalho (pág. 8-10)

Apoios



ÍNDICE

2
Editorial3
Destaque5
CRIP6
Notícias7
Formação14
Gabinete
Psicossocial18
Intervenção
Precoce na
Infância20
Clínica Social21
Donativos e
Contribuições

Estamos em fevereiro de 2016, mas há coisas que continuam a acontecer,

as quais me preocupam desde que comecei a trabalhar na área da deficiência, em 1991, e, isto entristece-me porque já existem tecnologias para ir a Marte, mas coisas tão simples continuam irresolúveis neste planeta azul.

Deixo aqui algumas questões que todos os dias nos surgem – independentemente do concelho – e que inexplicavelmente permanecem:

- Há muitos adultos com deficiência intelectual que não têm qualquer diagnóstico – não recebem pensão, nem o médico de família possui conhecimento das suas incapacidades.
- Há pessoas com deficiências motoras que precisam de fisioterapia regularmente para impedir o agravamento de posturas erróneas e de contraturas, mas tal necessidade não é reconhecida, porque considera-se que tem uma deficiência permanente, não há melhoras!
- Muitas das pessoas com deficiência que conheço têm dificuldades financeiras, os dentes são um problema, quando chegam a adultos precisam de próteses dentárias – mas Ajudas Técnicas é um parente pobre, a quem temos que mendigar e nem sempre se é atendido – fica nas mãos do técnico achar se é importante ter dentes ou não.
- Há crianças com menos de 6 anos, que revelam limitações e sintomas visíveis, mas que uns médicos não diagnosticam e mantêm as famílias num impasse, sem saber como lidar, e outros basta-lhes olhar e fazem o diagnóstico.
- Quando uma criança de jardim de infância apresenta comportamentos altamente disruptivos é mais fácil dizer à mãe que não a conseguem “aturar” e que ela está a perturbar os colegas.
- Quando um jovem tem uma paraplegia fica à mercê de haver no concelho um transporte adaptado para o levar à escola – e a contratualização do transporte pode acontecer meses depois das aulas terem começado.
- A maior parte das pessoas com deficiência intelectual ligeira ou com doença mental não conseguem gerir emoções e dinheiro – para não falar de outros aspetos abstratos da vida! – no entanto, quando ficam sozinhas no mundo (sem pais) não têm tutor legal e depois vivem envolvidas em problemas sociais e judiciais que envolvem despesas do estado.

Num país onde estas sete realidades são habituais fica uma última pergunta: as pessoas com deficiência ou incapacidade são ou não discriminadas pela políticas / serviços públicos?

Eu respondo: **SÃO!**

É fácil observar Marte, difícil é olhar o nosso próximo ... e se ele for diferente de nós, então fica mais distante do que Marte!

Marina Teixeira, Diretora Técnica

INTEGRAÇÕES PROFISSIONAIS

Ivone Santos é uma jovem adulta, residente em Santa Marta de Penaguião, atualmente integrada profissionalmente no Agrupamento de Escolas de Santa Marta de Penaguião.

Após ter frequentado formação profissional na A2000, foi encaminhada para o Centro de Recursos para Inclusão Profissional – Medida de Apoio à Colocação – através de Centro de Emprego de Vila Real. No âmbito desta medida realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na Escola E.B. 2,3 de Santa Marta de Penaguião.

Ao longo da FPCT demonstrou sempre um bom desempenho na realização das tarefas e uma forte motivação para trabalhar, ficando integrada profissionalmente através da medida do IEFPP – Contrato de Emprego

Inserção +.

A Ivone desempenha diversas tarefas, nomeadamente, a vigiar as crianças, limpar espaços e assegurar o bom funcionamento das salas de aula. Com a sua integração a Ivone refere que lhe foram atribuídas novas tarefas e responsabilidades, o que a deixa muito feliz, pois significa que entidade “confia em mim e no meu trabalho”. Esta contratação permitiu-lhe aumentar os seus rendimentos e por conseguinte “ter uma vida mais desafogada, consegui regularizar as minhas contas e comprar coisas que até agora não podia”.

A cliente menciona a A2000 como o motor que impulsionou melhorias significativas na sua vida, e agradece a toda a equipa o apoio prestado ao longo desta caminhada, assim como a todos os seus colegas de curso, a oportunidade de poder ter vivenciado o verdadeiro espírito de união e amizade.

Ana Augusto, *Técnica da A2000*



(Continua na página seguinte)

INTEGRAÇÕES

(Continuação)

Entidade – Agrupamento de Escolas de
Santa Marta de Penaguião
Sector de Atividade – Educação
Concelho – Santa Marta de Penaguião

1–Qual é na sua opinião, a importância da A2000 para o desenvolvimento deste público-alvo?

A A2000 tem desempenhado um papel muito importante junto destas pessoas, promovendo não só a empregabilidade, mas também preservando e melhorando as competências sócio profissionais das mesmas.

2–Que expectativas tinha da formanda quando iniciou FPCT na vossa entidade?

As expectativas normais de quem inicia uma FPCT e que necessita de um período de adaptação continua e que após um trabalho em equipa e colaboração permanente, adquire os conhecimentos e experiência inerentes à função a desempenhar.

3–Pelo que pôde observar, que mudanças se efetuaram na vida da formanda, ao longo da FPCT e com a sua contratação?

Após o seu período de integração na FCPT houve uma constante adaptação e evolução gradual nas suas áreas de integração quer ao nível da execução das tarefas, bem como na responsabilidade para com o serviço a desempenhar.

4–Considera esta experiência uma mais-valia para a vossa entidade?

Certamente que sim, porque para além de permitir melhorar a qualidade do serviço prestado pelo nosso Agrupamento, também contribuiu para acrescentar experiência e consequentes capacidades profissionais de uma jovem do nosso concelho.

Prof, Hermínio Cardoso

*Adjunto do Diretor do Agrupamento
Escolas Santa Marta de Penaguião*

CENTRO DE RECURSOS PARA A INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

AÇÕES:

IAOQE – INFORMAÇÃO, AVALIAÇÃO, ORIENTAÇÃO E QUALIFICAÇÃO NO EMPREGO

OBJETIVOS – Visa 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).

AC – APOIO À COLOCAÇÃO

OBJETIVOS – Visa 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 – Visa 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.



“Parte de Nós Natal 2015” Ação de voluntariado “Douro Solidário”

A Fundação EDP desafia todos os anos os seus colaboradores a praticarem atos solidários no âmbito da ação, “Parte de Nós Natal 2015”. Os funcionários da EDP – Centro de Produção do Douro desenvolveram uma Ação de Voluntariado “Douro Solidário” e propuseram à A2000 a realização de algumas ações de voluntariado por forma a responder a necessidades dos clientes, que constaram no seguinte:

- 1ª** Recolha de roupas e calçado para oferecer aos clientes da A2000, tendo sido esta finalizada no dia 21 de dezembro de 2015.
- 2ª** Venda de bolos nos bares da EDP – Centro de Produção do Douro, para angariação de verba para visita ao Zoo de Sto. Inácio em Gaia (os bolos são confeccionados pelas pessoas com deficiência grave, clientes da Oficina dos Sorrisos);
- 3ª** Venda de rifas pelos colaboradores da EDP – Centro de Produção do Douro, cujo dinheiro será para financiar o GAPRIC – Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunidade (que apoia 10 pessoas com deficiência e que a partir de janeiro de 2016 não disporá de financiamento público).

Esta parceria permitiu ainda aos clientes da Formação Profissional e aos da Ofi-



cina dos Sorrisos visitarem a estrutura e o funcionamento da Barragem.

Uma vez finalizada a terceira ação, os clientes da Oficina dos Sorrisos dirigiram-se à Barragem de Bagaúste, para proceder ao sorteio das rifas e à entrega dos respetivos prémios, tendo sido estes elaborados pelos formandos de Chaves. No final foi dado à A2000 o montante de 750 euros, angariado com a venda.

Foi com grande alegria que vimos mais este objetivo concretizado pelos colaboradores da EDP – Centro de Produção do Douro. Salientamos que estas ações são fundamentais para podermos mimar os nossos clientes e superarmos alguns obstáculos.

Uma vez mais queremos agradecer à EDP – Centro de Produção do Douro, pela sua colaboração na promoção e melhoria da qualidade de vida dos nossos clientes – não podendo deixar de destacar as pessoas que lideraram esta iniciativa: Eng^a Sara Figueiredo, Eng^a Elsa Ferraz: OBRIGADO, MUITO OBRIGADO!

- QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA OU INCAPACIDADE (REGIME LABORAL)

– Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade :

- * Santa Marta de Penaguião
- * Baião
- * Resende
- * Chaves
- * Montalegre
- * Tabuaço
- * Vila Pouca de Aguiar
- * Armamar



– Auxiliar de Serviços Gerais :

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

Informações/ Inscrições:

- Sede da A2000
- www.a2000.pt

SERVIÇO

Cofinanciado por:



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO

PORTUGAL
2020



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

O nosso estágio...

Alexandra e a Licínia iniciaram a sua Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) no dia 26 de janeiro.

Estas duas formandas foram colocadas no mesmo local de estágio, no Centro Social de Abobeira/Valdanta. A Alexandra desempenha as suas tarefas na zona da lavandaria e a Licínia está na parte do acompanhamento aos idosos. As formandas deram-nos o seu testemunho por forma a incentivar futuros formandos de FPCT.

“Para mim foi muito gratificante frequentar esta formação, porque aprendi muito em sala e agora estou em estágio para poder por em prática todas essas aprendizagens: Estou a estagiar num lar, na parte da lavandaria. Inicialmente estava muito preocupada e nervosa com esta nova etapa, pois nunca tinha trabalhado numa lavandaria. Neste momento sinto-me muito bem no local de estágio, pois é bastante sossegado e as pessoas que trabalham diretamente comigo são simpáticas e ajudam-me na compreensão e na realização das minhas tarefas. As minhas perspetivas futuras referentes ao meu local de estágio é poder fazer aqui um Estágio Profissional.” **Alexandra Almeida**

“Inicialmente quando foi para me inscrever na formação fiquei um pouco receosa, pois era algo completamente diferente da minha vida até então. Neste momento posso dizer que foi uma mais valia para mim frequentar este curso e poder estar neste estágio. Estou a estagiar no Centro social da Abobeira / Valdanta e estou no acompanhamento aos idosos, tenho como tarefas dar água aos idosos, ajudar a sentá-los, arranjar-lhe as mantilhas, ajudar a ir à casa de banho, enfim ajudo no que eles precisam. Gosto bastante do que estou a fazer e as pessoas com quem trabalho ajudam-me bastante na minha integração. Futuramente eu gostaria de ter a oportunidade de fazer neste local um Estágio Profissional.”

Licínia Fraga

Sandra Pinheiro, Formadora



Experiência na cozinha

No dia 25 do mês de Fevereiro, “vestimos a pele” de verdadeiros *Chefs* e vivemos uma experiência na cozinha. Esta atividade realizou-se no âmbito das UFCD’s 3527- “Produção alimentar – Confeção de alimentos” e 3528- “Produção alimentar – Pastelaria e Sobremesas” e contámos com a supervisão das formadoras Cátia Tabau e Manuela Santos.

Logo de manhã, antes de iniciarmos, dividimos a turma em dois grupos, bem como a lista de compras e fomos a caminho do supermercado. Depois de comprarmos tudo o que era necessário para prepararmos o almoço (tendo em atenção preço/qualidade), dirigimo-nos à cozinha dos Bombeiros. Com os legumes que cada um de nós trouxe do próprio quintal, preparámos uma boa e quentinha “sopa de legumes”.



Como prato principal confeccionámos “Frango com Cerveja no Forno”, acompanhado com um delicioso arroz de cenoura e uma salada de alface e tomate. Começámos com uma re-



ceita simples, mas muuuuito apetitosa!

A par do nosso almoço, estivemos também a preparar a nossa sobremesa, um fantástico “Bolo de logurte”!

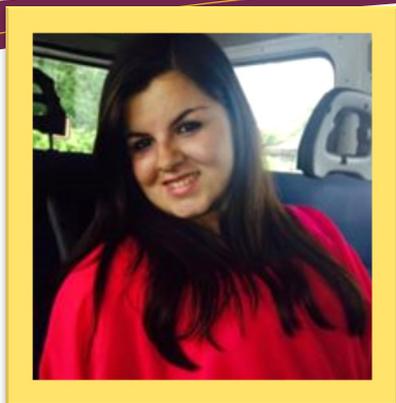
Como, previamente, tínhamos atribuído a cada um a tarefa a desempenhar, correu tudo bem! E enquanto uns colegas terminavam de preparar o almoço, os outros tratavam de pôr a mesa.

Por fim sentámo-nos todos à mesa onde degustámos o nosso maravilhoso almoço. Depois do estômago bem aconchegado e tudo arrumado e limpo, ainda sobrou tempo para um momento de descontração e para registarmos as receitas.

Aqui o provérbio “Muitos cozinheiros estragam a sopa”, não se aplicou, porque a nossa ficou muito boa! Bem como tudo o resto!

Curso 31 “Auxiliar de Serviços Gerais”, Montalegre

FORMAÇÃO



Pelo Sonho é que vamos...

Eu sou a Ana Patrícia Monteiro Soares, tenho 19 anos e sou de Baião.

Ando na formação de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade desde 1 de abril de 2014 e estou quase a terminar o meu percurso de formação pela A2000.

Assim sendo, e de forma a deixar a minha mensagem de agradecimento a esta instituição vou contar um pouco da minha passagem pela formação, dando especial atenção ao estágio.

Comecei a estagiar a 13 de março de 2015 na Junta de Freguesia do Grilo, aí realizei diversas tarefas, quer na parte administrativa, onde realizava e processava documentação em suporte digital, bem como na higienização e manutenção do espaço circundante da mesma. Em tempo de férias escolares também me foi dado um voto de confiança e trabalhei com crianças, organizando e executando atividades de tipo OTL. Aqui atendia o telefone e também as pessoas que se dirigiam à sede da Junta para esclarecer algumas dúvidas. Gostei muito desta experiência. Trabalhei com pessoas es-

petaculares que sempre me apoiaram.

Entretanto, e em consenso, decidimos que seria melhor pro meu futuro mudar de local de estágio. E foi o que aconteceu. Fui estagiar para o Centro de Dia da CECAJUVI onde faço de tudo um pouco. Ajudo a servir os almoços e lanches, auxílio nas limpezas quer da instituição quer do lar do idoso e também na parte da lavandaria e tratamento de roupas. Há sempre o que fazer. Aqui convivo com as pessoas da chamada terceira idade que, além de me tratarem com muito carinho, me estão sempre a ensinar coisas novas, pois têm a escola da vida.

Do meu ponto de vista, e segundo a avaliação que temos vindo a realizar, os meus responsáveis estão satisfeitos com o meu desempenho, o que me dá, cada vez mais, motivação para fazer mais e melhor.

Com esta oportunidade conheci profissionais excepcionais, ganhei experiência no terreno e outro sentido de responsabilidade no que se refere às relações profissionais.

Obrigada a toda a equipa da A2000 pelo empenho e acompanhamento ao longo destes quase dois anos.



Ana Patrícia Monteiro Soares, cursos 7 e 11 – Assistente Familiar e Apoio à Comunidade Baião

DIA DOS NAMORADOS

O mês de fevereiro é conhecido especialmente pelo mês do amor. No dia 14 de fevereiro comemora-se o dia de São Valentim – deixamos aqui a História de São Valentim:

“Diz-se que o imperador Cláudio pretendia reunir um grande exército para expandir o império romano.

Para isso, queria que os homens se alistassem como voluntários, mas a verdade é que eles estavam fartos de guerras e tinham de pensar nas famílias que deixavam para trás...

Se eles morressem em combate, quem é que as sustentaria?

Cláudio ficou furioso e considerou isto uma traição. Então teve uma ideia: se os homens não fossem casados, nada os impediria de ir para a guerra. Assim, decidiu que não seriam consentidos mais casamentos.

Os jovens acharam que essa era uma lei injusta e cruel. Por seu turno, o sacerdote Valentim, que discordava completamente da lei de Cláudio, decidiu realizar casamentos às escondidas.

A cerimónia era um ato perigoso, pois enquanto os noivos se casavam numa sala mal iluminada, tinham que ficar à escuta para tentar

perceber se haveria soldados por perto.

Uma noite, durante um desses casamentos secretos, ouviram-se passos. O par que no momento estava a casar, conseguiu escapar, mas o sacerdote Valentim foi capturado. Foi para a prisão à espera que chegasse o dia da sua execução.

Durante o seu cativeiro, jovens passavam pelas janelas da sua prisão e atiravam flores e mensagens onde diziam acreditar também no poder do amor.

Entre os jovens que o admiravam, encontrava-se a filha do seu carcereiro. O pai dela consentiu que ela o visitasse na sua cela e aí ficavam horas e horas a conversar.

No dia da sua execução, Valentim deixou uma mensagem à sua amiga (por quem dizem que se apaixonou), agradecendo a sua amizade e lealdade.

Ao que parece, essa mensagem foi o início do costume de trocar mensagens de amor no dia de S. Valentim, celebrado no dia da sua morte, a 14 de Fevereiro do ano de 269.” (www.google.pt/ <http://www.junior.te.pt>).

Raquel Figueiredo, curso 33 “Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade” – Santa Marta de Penaguião



FORMAÇÃO

Amor que arde sem se ver

Amor é fogo que arde sem se ver;

É ferida que dói e não se sente;

É um contentamento descontente;

É dor que desatina sem doer;

É um não querer mais que bem-querer;

É solitário andar por entre a gente;

É nunca contentar-se de contente;

É cuidar que se ganha em se perder;

É querer estar preso por vontade;

É servir a quem vence, o vencedor;

É ter com quem nos mata lealdade.

Mas como causar pode seu favor

Nos corações humanos amizade,

Se tão contrário a si é o mesmo Amor?

Luís Vaz de Camões,

Curso 31 “Auxiliar de Serviços Gerais”,

Montalegre

Testemunho FPCT

E escrevo este breve texto em forma de testemunho sobre o meu percurso de formação na A2000.

O curso que frequento na A2000 começou em junho do ano passado e neste momento estou a realizar formação prática em contexto de trabalho para aplicar os conhecimentos que levamos da sala de aula.

Dei início ao estágio com muitas expectativas e até agora não foram em vão.

Eu estou a estagiar no mini-mercado “*Super Leo*”, onde desde logo fui muito bem recebida.

Aqui já aprendi várias coisas. A verificar validades, *stock* e repor a mercearia nas prateleiras, e deixá-las bem organizadas. A minha responsável gosta de tudo bem organizado.

Antes de ir estagiar pensava que o trabalho numa mercearia era quase nenhum, pois não sabia o que estava por trás de todo o seu funcionamento. Agora sei a responsabilidade que este trabalho comporta. Desde fazer pagamentos a fornecedores, a faturar produtos, ir aos armazéns, controlar as validades dos produtos vendidos, bem como o *stock*, etc.. Tudo isto dá imenso trabalho. Já para não falar na manutenção do espaço, tendo-o sempre o mais limpo e cheiroso possível.

O meu dia-a-dia no local de estágio é passado a repor os produtos nas prateleiras e a apontar as faltas. E quando a loja está com



mais movimento vou para o balcão ajudar a servir os clientes, que são sobretudo alunos que estão na sua hora de intervalo e que vão lá comprar o seu lanche, gomas, etc.

Também faço a limpeza do espaço, onde limpo a casa de banho, o chão da mercearia, a máquina do fiambre entre outros equipamentos que lá existem.

Embora o estágio seja mais cansativo do que a formação em sala estou a adorar a experiência no mundo do trabalho e agradeço a todos que me deram esta oportunidade.

Ângela Carvalho, Curso 28 “*Auxiliar de Serviços Gerais*” – *Baião*

Curso de Resende inicia Formação Prática em Contexto de Trabalho

Em Junho de 2015 aceitamos um desafio, iniciar o nosso Curso de Auxiliar de Serviço Gerais na A2000. No começo estávamos todos ansiosos, não sabíamos se seríamos capazes de corresponder às expectativas, mas com a atenção e disponibilidade das formadoras e da coordenadora pedagógica, todos os nossos receios foram ultrapassados.

Ao longo da formação em sala, vivemos experiências novas, adquirimos novas competências com os colegas e formadores, aprendemos a conhecer melhor as nossas capacidades e fragilidades e sentimo-nos mais preparados para o mercado de trabalho. Foi tempo de surpresas, alegrias e aprendizagens, conhecemos novas pessoas e fizemos amizades, partilhamos momentos de angústia, medo e tristeza, mas acima de tudo sorrimos e passamos a acreditar em nós, hoje sabemos que somos capazes. Devemos esta mudança à ajuda dada pela equipa de técnicos da A2000, que sempre se mostraram disponíveis para nos auxiliar nos momentos mais difíceis.

Agora, já em Fevereiro de 2016, vamos dar início a uma nova etapa nas nossas vidas, a Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT). Nesta fase, o nervosismo é ainda maior, o receio de falhar, mas temos a certeza que vamos dar o

nosso melhor para no futuro conseguirmos uma integração profissional.

Para esta fase todos os conselhos que as formadoras, a psicóloga e a coordenadora nos deram vão com certeza ser uma mais-valia para o nosso desempenho.

Não podemos esquecer os conselhos dados pelos nossos colegas do curso anterior que estão quase a acabar a Formação Prática em Contexto de Trabalho, recomendações de quem já passou por esta etapa, a todos muito obrigado! Sabemos que há ainda um longo caminho para percorrermos, mas estamos determinados a vencer todos os obstáculos que possam surgir.

Agradecemos a A2000, nomeadamente a toda a equipa que nos acompanhou ao longo de todos este tempo e sabemos que podemos continuar a contar sempre com o seu apoio, nesta nova etapa. Muito Obrigado.

“Nas grandes batalhas da vida, o primeiro passo para a vitória é o desejo de vencer.”

Mahatma Gandhi

Curso 29 “Auxiliar de Serviços Gerais” – Resende



FORMAÇÃO

GABINETE PSICOSSOCIAL

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, ao nível operacional, atualmente, desenvolve-se em parceria com:

- **Município de Sta. Marta de Penaguião;**

- **5 Freguesias do Concelho** (Sever, Fontes, Alvações do Corgo, União de Freguesias de Louredo e Fornelos, União das Freguesias de Lobrigos (São Miguel e São João Baptista) e Sanhoane)

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

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

AÇÕES DIRIGIDAS À FAMÍLIA NA SUA TOTALIDADE

AÇÕES DIRIGIDAS A PRÉ-IDOSOS E IDOSOS

AÇÕES DIRIGIDAS ESPECIFICAMENTE A JOVENS COM DEFICIÊNCIA



Sorrisos de Fevereiro

Começámos este mês em grande, a participar no desfile de Carnaval, a convite do Agrupamento de Escolas de Santa Marta de Penaguião, com os fatos de “Carro e Semáforos” elaborados por nós.

No mês do amor não podíamos deixar de celebrar o “Dia de São Valentim”, dando um miminho a todos os colaboradores da A2000.

As terças-feiras continuam cheias de movimento e frescura com as aulas de natação, que realizamos nas Piscinas Municipais.

As nossas Quartas-Feiras continuam a ser recheadas de doçura, com os diversos bolinhos que confeccionamos, como o de iogurte, mármore e de limão.

Para terminar em beleza festejámos o aniversário dos nossos amigos Rui e António Miguel, cantando os parabéns e fazendo um delicioso bolo de chocolate e queques coloridos, que fizeram a alegria de todos.

Clientes da Oficina dos Sorrisos





Passeio a Guimarães

No dia 10 de janeiro de 2016, vinte e sete clientes pertencentes aos Espaços de Convívio das Freguesias de: Fontes; Alvações do Corgo; Freguesia de Sever; União de Freguesias de Louredo e Fornelos; União de Freguesias de Lobrigos (S. Miguel e S. João Batista) e Sanhoane, fizeram um passeio pela cidade berço de Portugal – Guimarães.

A viagem iniciou-se bem cedo, às 8:00 horas em ponto foi a saída de Santa Marta de Penaguião, havendo uma pequena paragem numa área de serviço pelo caminho para recarregar as energias. O primeiro destino, em Guimarães, foi o Paço dos Duques de Bragança, mandado construir por D. Afonso, onde já estava a visita marcada. Aqui houve a oportunidade de ficar a conhecer alguns dos seus luxuosos compartimentos. A visita foi auxiliada com pequenos textos que caracterizavam cada divisão quanto ao conteúdo e também à sua história.

A chuva, ao longo do dia, tentou atrapalhar, mas não conseguiu, deu tréguas aquando da visita ao Castelo de Guimarães

que foi o destino seguinte. Construído essencialmente para defender o mosteiro e as populações, os mais hábeis subiram às suas muralhas de onde puderam apreciar a magnífica paisagem sobre a cidade berço.

Com o aproximar da hora do almoço e com o tempo ventoso e chuvoso demais, tentou-se arranjar uma alternativa pelo menos coberta. Assim, perguntou-se aos funcionários do Paço dos Duques se existiria um local perto onde se pudesse fazer uma refeição livre da chuva que se fazia sentir com grande intensidade. Prontamente e gentilmente cederam um espaço aconchegado para se usufruir da melhor maneira do almoço que cada um levou e partilhou com os restantes. Nesse mesmo espaço e depois de terminada a refeição aproveitou-se o tempo para fazer alguma atividade física como o jogo da cadeira e danças de roda, sempre acompanhadas de palmas, músicas e excelente disposição.

Pelas 14h15 deixou-se o centro da cidade para uma visita rápida, uma vez que as condições atmosféricas não permitiram grandes passeios, ao Santuário de Nossa Senhora da Penha. **(Continua na página seguinte)**

(Continuação)

As belas paisagens do local ficam para uma próxima, porque para além da chuva e vento, o nevoeiro era intenso.

Pelas 15h partiu-se em direção a casa onde não faltou a boa disposição e animação de todos os clientes com música e dança, permitindo assim um maior convívio entre os diferentes Espaços de Convívio.

De realçar alguns pontos-chave: a disponibilidade da Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião na cedência do autocarro do Município para o transporte – Obrigado; a hospitalidade do Paço dos Duques de Bragança, dos responsáveis a colaboradores que desde o primeiro contacto, algumas semanas antes, se mostraram interessados no grupo de modo a presentear os nossos clientes com uma visita gratuita, até ao acolhimento no próprio dia mostrando-se sempre muito atenciosos de tal maneira que emprestaram um espaço digno de reis, para o almoço e convívio; outro ponto a realçar é que o mau tempo não foi impeditivo de praticamente nada, se tivesse bom tempo poderia ajudar, mas não correria necessariamente melhor; para terminar e nunca menos importante, é com grande agrado que cada vez mais nestes passeios conjuntos de todos os Espaços de Convívio se vê uma entreatajuda enorme com os que têm mais dificuldade em andar, subir e descer escadas; quem viu o seu guarda-chuva partido ou não o podia abrir; na partilha do almoço... Pode-se afirmar que tem havido uma mudança de paradigma, passaram de passeios entre os 5 Espaços em que cada grupo se unia entre si, para passeios de um



único grupo, cada vez mais unido diminuindo a distância entre os conterrâneos de freguesias diferentes.

Alexandra Gonçalves,
Animadora Sociocultural



GPS



INTERVENÇÃO PRECOCE NA INFÂNCIA

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 (SNPI), 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.



Acho que está com *Burnout*... Como? O que é isso? É muito grave?

Serão estas as primeiras perguntas que a uma pessoa coloca quando alguém lhe fala em *burnout*? Pois bem não sabemos, mas o certo é que a palavra gera alguma estranheza e precipitação, perante a ideia de poder ser algo muito grave.

Será algo grave se não for devida e atempadamente diagnosticado.

A palavra *burnout*, traduzida do inglês, significa esgotamento. Este esgotamento, físico e emocional, resulta de um conjunto de situações negativas presentes no contexto laboral.

Atualmente as organizações e as pessoas enfrentam desafios diários decorrentes da globalização, obrigando ao repensar de novas estruturas, estratégias e recursos. Este facto tem obrigado a uma atitude criteriosa por parte das organizações em relação aos seus trabalhadores. Atualmente existe um grande investimento ao nível dos recursos humanos, como forma de diferenciação num mundo tão competitivo. Espera-se dos recursos humanos a responsabilidade no cumprimento das metas e de objetivos que garantam o sucesso das organizações. Contudo, a pressão e sobrecarga laboral, os conflitos profissionais e outras variáveis pessoais determinam a maneira como os colaboradores se sentem no local de trabalho, gerando insatisfação, desmotivação e *stress*. O agra-

vamento destas situações estimula o desenvolvimento de processos psicológicos mais complexos como a síndrome do *burnout*.

O aparecimento do *burnout* é lento, contínuo e com um aumento progressivo severo, sendo dificilmente reconhecido pela pessoa, recusando a possibilidade de que algo não estará bem consigo.

Autores como Maslach, Schaufeli e Leiter (2001) apontam como principais dimensões do *burnout*: **exaustão emocional**, que prima pela ausência de energia, de motivação e de recursos; a **despersonalização**, identifica-se pela forma como a pessoa comunica ou estabelece uma relação com os clientes, os colegas e a organização, percebendo-os como se de objetos se tratassem; **diminuição da eficácia pessoal no contexto laboral**, autoavaliação negativa.

Embora o processo do *burnout* seja individual arrasta consigo todo o contexto envolvente da pessoa em questão, interferindo com aspetos pessoais e emocionais, com as relações familiares e profissionais e com a forma de posicionamento no contexto social, nomeadamente laboral.

Antes mesmo do *burnout* poder tomar conta da vida de alguém, há um passo importante a tomar, procurar ajuda, junto de um profissional especializado e habilitado.

Se vencermos o *burnout* estaremos a aumentar as hipóteses de nos sentirmos realizados pessoal e profissionalmente, de vermos o nosso esforço diário recompensado, de contribuirmos para organizações sustentáveis e competitivamente saudáveis.

Ana Filipa Pereira, *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**



Doe

0,5%

IRS / 2015



de si à A2000!

No Anexo H, no Quadro 9 coloque um nas Instituições Particulares de Solidariedade Social ou Pessoas Colectivas de Utilidade Pública com o Contribuinte 505 045 125 no Campo 901

CONSIGNAÇÃO IRS



Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento - A2000
Avenida 25 de Abril, nº39, 5030-481 Santa Marta de Penaguião
254 822 046 | a2000@a2000.pt





Em março o doador do mês da A2000 é a **Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela**.

Na **Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela**, os serviços chapa e pintura, têm como prioridade oferecer seus clientes serviços de qualidade personalizados e garantidamente ao melhor preço do mercado.

A **Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela** é uma das entidades financiadoras da A2000, tendo vários protocolos celebrados no âmbito da inclusão socioprofissional de públicos desfavorecidos, pelo que cumpre o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

Desde a sua abertura que esta oficina teve uma aposta na prestação de um serviço eficiente e seguro. Na **Auto F.V. Chapa e**

Pintura – Felizardo Vilela todos os trabalhadores valorizam os clientes, estabelecendo uma relação de excelência, baseada na seriedade, honestidade e compromisso.

Na **Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela**, apostando na satisfação global do cliente, efetuam-se trabalhos de bate-chapa e pintura de todo o tipo viaturas; realizam-se todo o tipo de reparações de carroçaria com banco de desempenho (mestra); amolgadelas e estragos mais significativos; polimentos; reparação de plásticos, polimento e focagem de faróis. Em caso de acidente ou avaria a **Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela** disponibiliza um carro de substituição aos seus clientes.

Se precisa de fazer uma reparação à sua viatura procure a “**Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela**” em Vila Real.





Carro de Substituição

Contactos de Auto F.V. Chapa e Pintura – Felizardo Vilela

 **Morada:** Lugar da Ribaboa, Armazém nº 1 – Vila Nova de Cima 5000-105 Vila Real

 **Telemóvel:** 91 88 04 844 ou 96 74 94 547 | **Telefone:** 259 35 1088

 **Email:** oficinafelizardofilela@gmail.com



Serviço de Pintura



Serviço de Chapa

DOADORES



Ficha Técnica

Viver e Aprender | Edição 100 | Fevereiro 2016



Propriedade: A2000

Contribuinte: 505 045 125

Edição: Marina Teixeira

Coordenação: António Ribeiro

Produção e Paginação: Kelly Guedes

Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000

Morada: Av. 25 de Abril, nº39

Telefone: 254 822 046

Site: www.a2000.pt

Sta. Marta de Penaguião

Telemóvel: 935 575 882

Email: a2000@a2000.pt



ER-1072/2012