

A2000

ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Viver e Aprender

EDIÇÃO 91 - ANO 14

MAIO 2015

DOADOR DO MÊS



Integração Profissional

A2000 em Tabuaço



ER-1072/2012

EDITORIAL

ÍNDICE

Editorial _____	2
Destaque _____	3
POPH – Tipologia 6.2 _____	5
CRIP _____	14
Intervenção Precoce _____	16
Gabinete Psicossocial _____	17
Clínica Social _____	20
Donativos e Contribuições _____	22

Antes de escrever este editorial li todos os artigos publicados nesta newsletter Viver e Aprender e, mais uma vez senti-me privilegiada por fazer parte do grupo de pessoas que tem um trabalho maravilhoso que é contribuir para o bem-estar e felicidade dos outros.

É tão bom acompanhar percursos – muitas vezes tortuosos – a um bom porto.

É tão bom, poder assistir ao desabrochar de competências em “solos pouco aráveis”.

É tão bom ter como objetivo profissional aumentar a felicidade dos outros – a satisfação pessoal que se obtém é viciante, levamos a fazer mais, a repetirmos a experiência ...

A formanda Vera Lúcia que, em 2001, sugeriu o nome Viver e Aprender para a newsletter, conseguiu condensar em poucas palavras a missão da A2000: Viver só faz sentido se, cada dia nos traz algo de novo; se está associado a uma aprendizagem continua.

Esta newsletter apresenta sinteticamente o que cada grupo de clientes valorizou/ aprendeu durante o mês que terminou e revela como essa aprendizagem lhes enriqueceu a vida. Mesmo os clientes mais velhos, ou os clientes com mais dificuldades sentem essa necessidade vital de aprender, de desenvolver algo em si e, são essas conquistas que os fazem sentir felizes por estarem vivos e, a nós, nos fazem felizes por sentirmos que estamos a cumprir a nossa missão.

Quando vejo aqueles que discriminam, que magoam, que humilham penso: como dá tanto mais trabalho fazer tudo isso!

É tão mais fácil dar a mão e acompanhar os mais frágeis a fortalecerem-se! Pois o trabalho é todo deles, a nós só nos resta fazer aquilo que mais gostamos: uns é ensino, outros é serviço social, outros é terapias, etc.

Aquelas pessoas que continuam a discriminar, a maltratar, a humilhar, são pessoas que vivem sem aprender – mas para estas ainda não há diagnóstico. Ou, talvez, sejam apenas pessoas infelizes.

Para eles ficam os nossos pêsames, pois como disse John Donne (poeta jacobita inglês, 1572–1631): **“A morte de cada homem diminui-me, porque sou parte da humanidade. Portanto, nunca procures saber por quem os sinos doam; eles doam por ti”.**

Marina Teixeira, *Diretora Técnica*

Estreia da formação em Tabuaço

No dia 4 de Maio de 2015 teve início em Tabuaço, o curso “Auxiliar de Serviços Gerais”, constituído por 11 formandos, de várias idades e de diferentes localidades do concelho.

Este curso visa valorizar as aprendizagens formais e informais dos formandos, colmatar as suas lacunas, aumentar os seus conhecimentos e desenvolver, de forma gradual, as suas competências.

Com o intuito de entender melhor o que moveu os formandos a frequentar este curso fez-se um levantamento das suas expectativas, interesses, necessidades e receios de forma a que a equipa técnica da Tipologia de Intervenção 6.2 obtivesse informações sobre o grupo, logo no princípio do processo da formação.

Aqui ficam os seus depoimentos: “Espero aprender coisas novas para depois arranjar um emprego e ter um modo de vida melhor, ter dinheiro para tirar a carta de condução, ajudar a minha mãe, modificar a casa e comprar um carro.” (Pedro Paradinha)

“Quero aprender mais para um dia ser alguém na vida e não estar sempre dependente da minha família e ajudá-los. Ter o meu próprio dinheiro para ter as minhas coisas, dar valor à vida, ter o meu próprio trabalho e ficar integrada.” (Elisabete Soeiro)

“Gostaria de aprender mais e conseguir trabalho para ter dinheiro para mim e ajudar a minha mãe.” (José Meireles)

“Espero conseguir um trabalho para poder ganhar dinheiro para ter as minhas coisas e ajudar a minha filha e neto.” (Maria da Conceição)

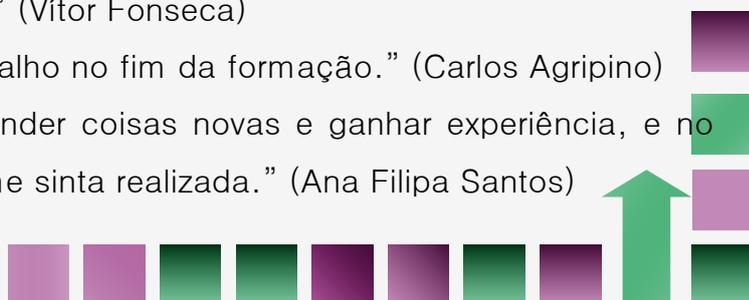
“Gostaria de ter um emprego para o meu futuro, tentar ser alguém na vida. Queria um dia tirar a carta de condução e receber mais dinheiro para ter o que preciso e ajudar o meu filho.” (Vera Gomes)

“Espero conseguir adquirir mais conhecimentos, enriquecer os meus saberes e no final da formação conseguir um trabalho que eu goste e me sinta bem, conseguir ajudar os meus pais no que puder e colegas também.” (Vitor Fonseca)

“A minha expectativa é arranjar um trabalho no fim da formação.” (Carlos Agripino)

“Ao frequentar o curso eu espero aprender coisas novas e ganhar experiência, e no final conseguir um trabalho que eu goste e me sinta realizada.” (Ana Filipa Santos)

(Continua na página seguinte)



(Continuação)

“Quero ter dinheiro para as minhas coisas e ajudar a minha mãe.” (Maria do Rosário Santos)

“Espero que a formação corra bem até ao fim. Gostaria de conseguir um trabalho de cuidar de crianças, na creche. Ter dinheiro para tirar a carta, ter um carro, para o que for necessário...ajudar os meus pais no que for preciso.” (Daniela Silva)

“Quis frequentar o curso não só para receber uma quantia monetária, mas para adquirir mais conhecimentos, poder trabalhar na área que eu gosto que são crianças. No entanto, o meu maior receio é não ter trabalho no futuro. Mas a esperança é a última a morrer, vou lutar, fazer por me aplicar para o resultado ser dos melhores. O dinheiro faz-me falta para poder ter uma vida melhor, pagar as minhas despesas e tudo o resto. Não gosto de viver da esmola dos outros, quero ter a minha independência e assim poder dizer no final que ‘consegui dar a volta por cima’ e fazer ver aos outros que tenho capacidade para tal. Resumindo e concluindo, estou a amar o curso.” (Cátia Costa)

Conclui-se que, o ponto fulcral das suas expectativas e receios passam pela integração profissional.

Os formandos e toda a equipa técnica de formação estão empenhados em que todos estes objetivos e anseios sejam atingidos.

Ana Gomes, *Formadora*



TIPOLOGIA DE INTERVENÇÃO 6.2 – QUALIFICAÇÃO DE PESSOAS COM DEFICIÊNCIA OU INCAPACIDADE – REGIME LABORAL

– Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade :

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



INSCRIÇÕES
ABERTAS

– Auxiliar de Serviços Gerais :

- Santa Marta de Penaguião
- Tabuaço
- Resende
- Chaves

Informações/ Inscrições
Sede da A2000
www.a2000.pt



Curso de Resende inicia estágio



Em Abril de 2014 aceitamos um desafio, iniciar o nosso Curso de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade na A2000. Ao longo de um ano de formação, vivemos experiências novas, adquirimos novas competências com os colegas e formadores, aprendemos a conhecer melhor as nossas capacidades e fragilidades e sentimo-nos mais prepara-

dos para o mercado de trabalho.

Agora, já em Maio 2015, vamos dar início a uma nova etapa nas nossas vidas, a Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT). Nesta fase, não deixamos de sentir um misto de sentimentos, se por um lado estamos tristes com o término da formação em sala, por outro encontramos ansiosos pelo início de FPCT.

Assim, no último dia de formação em sala, antes de iniciar FPCT, juntamo-nos todos e fizemos um lanche. Convidamos a equipa que nos acompanhou sempre ao longo do ano e algumas entidades que nos acolheram nas atividades desenvolvidas.

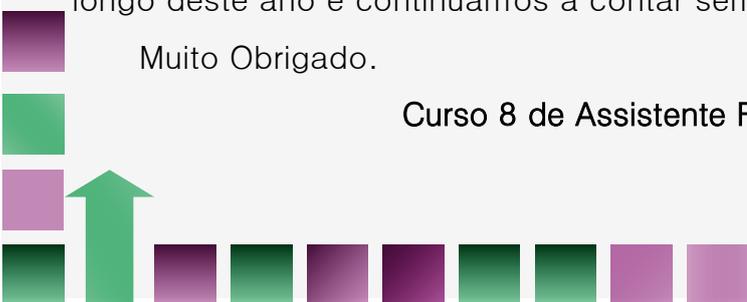
No lanche, estiveram presentes as nossas formadoras, a Sra. Vereadora da Ação Social, Dra. Maria José Dias e um representante da Casa do Povo de Resende, a D^a. Dalila, sempre bem-disposta e disponível para tudo o que precisamos. A Sra. Vereadora deu-nos os parabéns, desejou-nos muita sorte na FPCT, aconselhou-nos e disponibilizou-se para nos ajudar, caso necessitássemos.

O lanche foi muito divertido, comemos, cantamos, dançamos, na hora da despedida, houve lugar a algumas lágrimas, saudade e ansiedade...

Agradecemos a A2000, nomeadamente a toda a equipa que nos acompanhou ao longo deste ano e continuamos a contar sempre com o seu apoio, nesta nova etapa.

Muito Obrigado.

Curso 8 de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – Resende



PRESTAR CUIDADOS DE HIGIENE E ALIMENTAÇÃO A CRIANÇAS

No âmbito do módulo 3545 – Assistência a crianças no domicílio, o curso 9 de Chaves, montou na sala uma perfeita encenação de uma sala de cuidados a crianças.

Começamos por identificar todos os utensílios necessário, preparando com calma o ambiente para desenvolver da melhor forma possível as atividades.

Preparamos a banheira, com a água à temperatura ideal, colocamos na mesa de serviço, tudo aquilo que era necessário para que na hora do banho estivéssemos inteiramente dedicados à criança, e com a vigilância necessária.

Procedemos ao banho e a todas as etapas que o compõem, todos nós, no geral, demonstramos bastante agilidade, carinho e delicadeza na forma como preparamos o banho e seguramos a criança.

Fizemos algumas demonstrações sobre a muda da fralda e a sua correta colocação, bem como demonstrações de cuidados mais específicos como a limpeza dos olhos, do nariz, dos ouvidos e dos cuidados a ter com o cordão umbilical dos recém-nascidos.

Por fim, preparamos o biberão, controlamos as medidas corretas de leite, temperatura adequada, tetinas adequadas a cada biberão, etc.

Já na reta final do nosso dia, falamos de esterilização de material, vimos como se fazia e qual a sua importância.

Foi um dia muito agradável, todos estiveram muito interessados e mostraram entusiasmo nas tarefas desenvolvidas.

A partir de hoje... estamos preparados para colaborar nesta tarefa tão importante que é : *Prestar cuidados de higiene e alimentação a crianças.*

Curso 9 de Assistente Familiar e Apoio
à Comunidade – Chaves



O mês de maio do curso Auxiliar de Serviços Gerais



Durante o mês de maio, o curso 13 de Auxiliar de Serviços Gerais realizou três visitas de estudo inseridas nos vários módulos do seu percurso formativo (Formação para a Integração e Lavandaria e Tratamento de Roupa).

No dia 14 de Maio de 2015, visitamos o Art On Chairs em Paredes, evento que pretende divulgar a indústria de mobiliário existente em Paredes por todo o mundo – foi uma visita de enriquecimento cultural.

Iniciamos a nossa visita pela exposição “Como Se Pronuncia Design em Português” onde observamos vários objetos em que a tradição portuguesa se aliou ao design. “Experiência De Viver” foi a visita seguinte, os objetos expostos resultaram de criativos de todo o mundo. Por sua vez na exposição “Experiência de ser ” encontravam-se peças de mobiliário que se baseavam no luxo e no design. Estas peças são as únicas das várias exposições a serem comercializadas. De seguida, rumamos à Casa da Cultura onde vimos a última exposição, a “Duets”, que resulta do encontro entre designers e personalidades conhecidas, da qual resultaram cadeiras personalizadas. Antes de terminarmos a visita deslocamo-nos a uma sala onde se encontram os vários moldes das cadeiras, assim como os vários materiais utilizados. No final da visita aproveitamos os belos jardins para tirar várias fotografias, e fomos almoçar ao McDonalds. Esta visita permitiu-nos conhecer as várias fases da indústria mobiliária, desde a conceção à concretização assim como a importância do design e criatividade.

No dia 27 do referido mês, deslocamo-nos a Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro para visitar a exposição do Ciclo da Seda. Iniciamos a nossa visita com a visualização de um pequeno filme onde nos foi explicado o ciclo de vida do bicho-da-seda. De seguida vimos os bichos-da-seda ao vivo e em várias etapas de gestação, assim como o processo de retira da seda dos casulos e alguns dos produtos que se podem elaborar com a seda.

(Continua na página seguinte)

POPH–Tipologia 6.2 >> 9

(Continuação)

No final da visita foram-nos oferecidos 4 casulos para que possamos fazer a nossa própria criação de bichos-da-seda na A2000.

Esta visita deu-nos a oportunidade de conhecer a origem de um tecido tão nobre.

No dia 29 de Maio foi a vez de visitar a Feira do Emprego, Qualificação, Formação e Orientação Escolar em Mesão Frio onde estiveram presentes várias entidades, assim como a A2000. Nesta feira vimos várias oportunidades de emprego e formação profissional existentes na região.

Este mês foi bastante proveitoso, pois permitiu-nos aumentar os conhecimentos nas mais diversas áreas. Venham mais!

Curso 13 Auxiliar de
Serviços Gerais – *Santa Mar-
ta de Penaguão*



Sessão sobre “Orçamento Familiar”

No âmbito da UFCD Matemática para a Vida, os alunos do curso de Auxiliar de Serviços Gerais deslocaram-se até ao centro da vila de Baião onde assistiram a uma sessão de esclarecimento denominada “Orçamento Familiar” concedida pelo projeto CLDS + “3is”.

Primeiramente, e antes do início da sessão, foi-nos dado a conhecer as diretrizes do projeto. O *Contrato Local de Desenvolvimento Social Mais “3is” – CLDS+ “3is”* é um programa de intervenção social que tem por objetivo promover o desenvolvimento económico e a inclusão social dos cidadãos, através de ações executadas em parceria com as entidades públicas e privadas do concelho de Baião. Este projeto tem 3 eixos de intervenção: Emprego, Formação e Qualificação; Intervenção familiar e parental, preventiva da pobreza infantil; e Capacitação da comunidade e das instituições.

A sessão de “Orçamento Familiar” desenvolvida em parceria com os formandos da A2000 enquadra-se no Eixo 2 – Intervenção familiar e parental, preventiva da pobreza infantil, na ação de Aconselhamento Económico.

O Espaço Social Júnior, lugar onde decorreu esta sessão, é também uma ação do Eixo 2, e foi criado numa perspetiva de inclusão, apoio e acompanhamento de proximidade, e também de resposta às necessidades detetadas em famílias com jovens em idade escolar. Funciona como um espaço de trocas de bens, aberto a toda a população.

A sessão teve início por volta das 10:30h sendo guiada pelo coordenador do projeto. Ao longo da sessão foi-nos mostrada a importância de elaborar um planeamento dos gastos no seio de um agregado familiar e como o podemos fazer.

Foi-nos dito que, para um bom planeamento familiar, devemos considerar o rendimento mensal líquido, que respeita à remuneração do nosso trabalho, aos subsídios e outras fontes de rendimento, tendo em conta que só devemos considerar o total líquido.

Posteriormente, devemos subtrair o gasto mensal fixo do agregado, como a prestação da habitação, automóvel e outras prestações que pagamos mensalmente.

Não podemos deixar de considerar, também, os gastos mensais de cariz variável, onde entra a alimentação, o vestuário, transportes, educação e saúde, que muitas vezes representa grande parte dos gastos do seio familiar.

(Continua na página seguinte)

POPH–Tipologia 6.2 >>> 11

(Continuação)

No final disto tudo seria importante conseguirmos arrecadar algum dinheiro para fazer a poupança mensal para gastos extra posteriores que não estejam no orçamento mensal fixo ou variável.

Esta sessão foi muito frutuosa para nós formandos na medida em que reforçou a ideia de que devemos programar e planear os nossos gastos em função dos nossos rendimentos, para um modo de vida mais equilibrado e sustentável.

No final da sessão fomos presenteados com uma nota de 50 ESJ para que, numa visita posterior, possamos trocar por roupa ou outros bens que ali disponibilizam.

Curso de Auxiliar de Serviços Gerais – Baião



Peddy Paper das profissões



O Curso 10 de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade – Montalegre, em parceria com a CLDS+Barroso, participou no Peddy Paper das profissões, o qual teve lugar na tarde do dia 28 de Maio. Percorreu todo o centro histórico da vila de Montalegre e contou com alegria que caracteriza este grupo. No local de formação, já com o grupo dividido em duas equipas, foi-nos lançada uma adivinha. Tínhamos de descobrir para onde nos deveríamos deslocar. Para tal tínhamos de desvendar a profissão escondida na adivinha e o local onde se exerce essa mesma profissão.

Esta viagem pelas profissões deram aos participantes a possibilidade de experimentar e conhecer as diferentes tarefas que os comerciantes da vila exercem, quais as suas responsabilidades e dificuldades já que, para além de todos nos explicarem muito bem o que é que se faz em cada profissão, foi-nos também dada a possibilidade de experimentar determinadas coisas como coser com ajuda da costureira, servir à mesa, fazer arranjos florais, coser sapatos, tirar e tratar fotografias, arranjar os cabelos...

Vencia a equipa que primeiro chegasse ao local de formação mas... afinal... descobrimos que ninguém perdeu, pois todos ficamos a ganhar com o conhecimento que adquirimos.

O evento terminou com um lanche em que todos partilharam o que dessa experiência se retirou.

Foi uma tarde muito bem passada, sobretudo numa altura em que também nós nos aproximamos do momento em que vamos exercer uma profissão!!!! Este jogo fez-nos perceber que para ser bem sucedido no trabalho, a primeira coisa a fazer é apaixonarmo-nos por ele.

Curso 10 Assistente Familiar e de Apoio
à Comunidade – *Montalegre*



Tabuaço ... o primeiro mês de formação

No dia 4 de maio de 2015 iniciamos a nossa formação de Auxiliar de Serviços Gerais. O nosso curso é constituído por 11 formandos residentes no concelho de Tabuaço.

O nosso primeiro mês de formação decorreu pelo melhor, conhecemos pessoas novas, fizemos novas amizades e até houve paixões a iniciar.

Durante o mês de maio, no âmbito da área da competência chave Linguagem e Comunicação, visitamos a Feira do Livro e podemos colocar a leitura em dia e tomar consciência da existência e da importância de outras formas de linguagem que não apenas a linguagem verbal. Também no âmbito da UFCD 3523 – Lavandaria e Tratamento de Roupas, tivemos a oportunidade de visitar a lavandaria do Lar da Terceira Idade da Santa Casa de Misericórdia de Tabuaço e constatar o que aprendemos em sala, nomeadamente o processo de lavagem e secagem de roupa.

Ambicionamos que no final do curso sejamos todos aprovados e que a formação prática em contexto de trabalho sirva para conseguirmos um trabalho que nos faça sentir bem e realizados.

Curso 14 de Auxiliar de Serviços Gerais

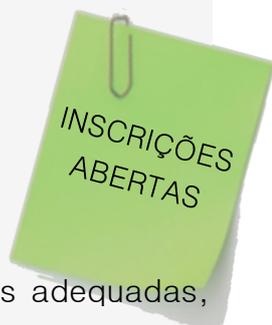
–Tabuaço



CENTRO DE RECURSOS PARA A INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

AÇÕES:

IAOQE – INFORMAÇÃO, AVALIAÇÃO, ORIENTAÇÃO E QUALIFICAÇÃO NO EMPREGO



INSCRIÇÕES
ABERTAS

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.



MERCADO DE TRABALHO INTEGRAÇÕES PROFISSIONAIS

“O percurso profissional escreve-se a lápis, para se poder apagar e reescrever as vezes necessárias” (autor desconhecido)

O curso 3 *“Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade”*, terminou a formação profissional na A2000 e, agora inicia uma nova etapa – inserção no mundo do trabalho.

Durante um ano os formandos realizaram formação em sala, onde tiveram oportunidade de melhorar/aperfeiçoar as suas competências não só escolares, como pessoais, sociais e profissionais.

O primeiro ano em sala serviu como “aquecimento” para o “jogo oficial” no ano seguinte – Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT).

Conscientes de que a vida profissional se forma de desafios, obstáculos, e de que o processo de integração profissional é um caminho difícil, caracterizado pela incerteza e constante transformação, acreditamos que esta formação constituiu para os formandos uma ferramenta de orientação imprescindível para o seu futuro profissional.

As experiências de FPCT ajudaram no desenvolvimento pessoal e profissional dos formandos, permitiu pô-los à prova enquanto futuros profissionais. Esta experiência possibilitou conhecer as “regras” do mercado de trabalho, as relações laborais e as áreas profissionais com que os formandos mais se identificam. Porque nem sempre aquilo que pensamos que gostamos de fazer é de facto aquilo que queremos fazer. Por isso mesmo, que ao longo do ano alguns formandos mudaram de local de FPCT.

Após um ano de FPCT, oito das nove entidades onde os formandos realizaram FPCT possibilitaram a sua integração profissional, umas através das medidas do IEFP, outras através de integrações ocupacionais, que permitirão aos formandos continuar a desenvolver as suas competências profissionais. A A2000 aproveita para deixar o seu profundo agradecimento a estas entidades: Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião; Câmara Municipal do Peso da Régua; Centro Social e Paroquial de São Miguel de Lobrigos; Dom Texto; I 9auto; Publiserv; Tina – Costura e Lingerie, que a partir do mês de maio têm os formandos da A2000 nas suas empresas como colaboradores. A todas as outras entidades que também abriram as suas portas aos nossos formandos o nosso muito obrigado.



Armando Oliveira,
Técnico de Acompanhamento e Inserção

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.

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), da qual fazem parte, também, técnicos de outros dois Ministérios: Educação e Saúde. Esta ELI abrange os concelhos de Santa Marta de Penaguião, Peso da Régua, Mesão Frio e Mondim de Basto.

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.



GABINETE PSICOSSOCIAL (GPS)

Com este serviço a A2000 presta apoio Psicossocial a famílias e indivíduos, designadamente serviços na área formativa e ocupacional contribuindo para o desenvolvimento de competências ao nível dos Saber-Ser, Saber-Fazer e Saber-Aprender, com objetivo último de aumentar a inserção social e/ou profissional.

O Serviço está em execução desde maio de 2010 e, ao nível operacional, atualmente, desenvolve-se em parceria com 3 Freguesias do Concelho (Sever, Fontes, União das Freguesias de Lobrigos (São Miguel e São João Baptista) e Sanhoane) que 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 qualquer financiamento estatal, pelo que a sua sustentabilidade está garantida por fundos da A2000 e das três freguesias acima nomeadas. O Município de Sta. Marta de Penaguião apoia ao nível logístico.

AÇÕES DIRIGIDAS À **FAMÍLIA** NA SUA TOTALIDADE
AÇÕES DIRIGIDAS ESPECIFICAMENTE ÀS **CRIANÇAS E JOVENS**
AÇÕES DIRIGIDAS ESPECIFICAMENTE A **JOVENS COM DEFICIÊNCIA**
AÇÕES DE APOIO À **COMUNIDADE EM GERAL**



O MÊS DE MAIO NA OFICINA DOS SORRISOS!



No mês de maio fizemos muitas atividades: desde jardinagem à culinária!

No Gundeiro cuidamos da horta: arrancamos erva, regamos plantas, jogamos o jogo do boccia e visto estar a chegar o bom tempo aproveitámo-lo para darmos largas à imaginação ao pintar um desenho sobre a praia.

Neste mês vestimos o papel de cozinheiros, estivemos na cozinha vestidos a rigor, com o avental e chapéu e preparamos um folhado misto que levava como ingredientes: fiambre, salsichas, queijo e cobrimos com massa folhada com gema de ovo.

A semana cultural do nosso município está a chegar, por isso começamos a prepará-la ao fazer porta-velas e tapetes e tapamos com a técnica do guardanapo com o objetivo de angariar dinheiro.

Por fim fizemos um jogo de emoções onde respondemos e explicamos as emoções com que nos deparamos no nosso dia-a-dia.



Ah! E sem esquecer que dia 22 foi o Dia do Abraço e para o celebrar da melhor maneira fomos todos para o parque onde distribuímos abraços e afetos entre nós.

Cientes da Oficina dos Sorrisos





1º Aniversário do Espaço de Convívio de Fontes

No dia 22 de abril de 2014 começou o Espaço de Convívio de Fontes, por isso fez há pouco um ano e então chegou a hora de se fazer o balanço. O Espaço de Convívio decorre desde o seu início na Fundação Dr. Carneiro de Mesquita onde fomos muito bem recebidos e nos fornecem excelentes condições.



Desde o seu início que a atividade principal é Tecnologias da Informação e Comunicação, indo de encontro aos nossos interesses. Nessas atividades semanais no computador já aprendemos muito: como desenhar no Paint, escrever no Word, fazer apresentações no PowerPoint, contas no Excel, vídeos no MovieMaker, criámos e-mail e facebook onde comunicamos semanalmente com amigos e familiares.

Ao longo deste ano também tivemos outras atividades, tais como: Ações de sensibilização sobre temas muito interessantes para pessoas da nossa faixa etária; passeios à praia, à Serra da Estrela; lanches de convívio em Santa Marta, Fornelos e no nosso miradouro de S. Pedro; almoços em datas importantes da A2000, Natal e Aniversário.

O jogo de Boccia, há pouco trazido para as nossas atividades também é muito bem-vindo, ajuda a descontrair das aulas de TIC e ao mesmo tempo fazemos algum exercício físico.

O ponto menos positivo foi a saída da nossa técnica Andreia Sousa que deixou muitas saudades. O que nós achamos também é que o tempo é pouco, uma vez por semana e apenas duas horas não é o suficiente, porque nos esquecemos do que fizemos de uma semana para a outra.

No geral, estamos muito contentes com este ano que passamos em convívio com os nossos colegas e técnicos.



Cientes do Espaço de Convívio de Fontes



20



CLÍNICA SOCIAL

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

Psicomotricidade



Consultas a partir de 6€!*

1ª sessão grátis!



Santa Marta

- Valor das consultas é calculado em função dos rendimentos comprovados pelo IRS.

WORKSHOP “SAÚDE ÓSSEA”

Organizado no âmbito do “Gabinete Psicossocial – GPS”, decorreu nas instalações da Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000, o workshop “Saúde Óssea” contando com a presença de 15 participantes, provenientes das freguesias de São João de Lobrigos, Fontes e Sever que se encontram a frequentar os *Espaço de Convívio* dinamizados pela A2000.

Tendo como plateia uma faixa etária tão preocupada com este tema, facilmente se captou a atenção, pautando-se toda a sessão com debates de ideias e dinâmicas.

O principal objetivo foi esclarecer a população idosa sobre a saúde óssea em geral, falou-se um pouco da emergência do conceito e das doenças reumatológicas mais comuns (artrose, artrite reumatóide, osteoporose). Os sintomas e diferentes métodos de tratamento foram os pontos-chave da sessão.

Começou-se por introduzir o sistema esquelético, abordando as principais características, a forma como se encontra dividido, as suas funções e as mudanças que ocorrem durante o processo do envelhecimento. Seguiu-se a abordagem às principais doenças reumatológicas. A artrose e a osteoporose foram as que mais suscitaram dúvidas, captando o interesse da plateia, de onde se ouviram exemplos de casos reais. Sendo cada vez maior a incidência deste tipo de doenças na terceira idade, a degradação da saúde e a perda de capacidades é cada vez mais comum.

Terminou-se com uma chamada de atenção relativa à adoção de um estilo de vida saudável, com uma alimentação adequada e rica em cálcio, e a realização de atividade física de acordo com as características e necessidades individuais. Estar atento aos sinais e sintomas e recorrer a estratégias alimentares e de promoção de atividade física, ganharam destaque e importância, para que se possa atuar precocemente, evitando a rápida progressão da doença. O debate de ideias foi uma constante ao longo de toda a sessão de trabalhos, contribuindo assim para uma maior dinamização das temáticas, levando a uma maior aprendizagem por parte de todos os presentes. Pela crítica ouvida por parte do público, concluiu-se que o tema foi de extrema importância para todos, tocando principalmente quem convive de perto com a doença.

Cristiana Costa, *Fisioterapeuta*





Em junho o doador do mês da A2000 é a **Auto Felizardo Vilela Chapa e Pintura**. Na **Auto F.V. Chapa e Pintura**, 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** 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** todos os trabalhadores valorizam os clientes, estabelecendo uma relação de excelência, baseada na seriedade, honestidade e compromisso.

Na **Auto F.V. Chapa e Pintura**, 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; amolgadelas e estragos mais significativos; Polimentos; Reparação de Plásticos; e polimento de faróis.

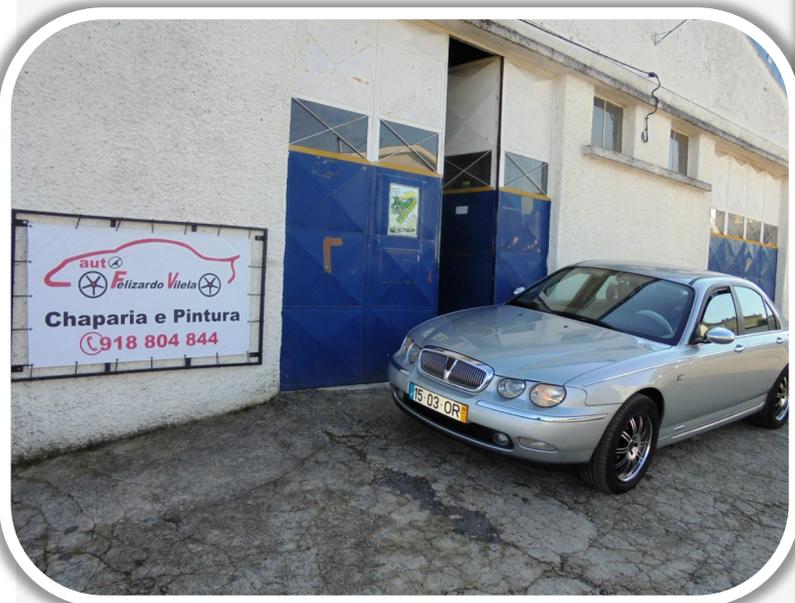
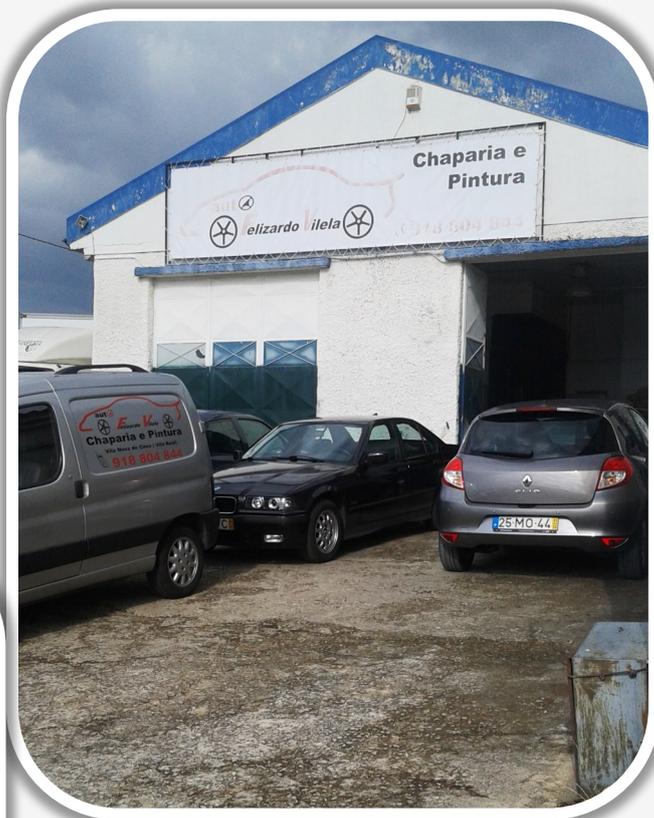
Se precisa de fazer uma reparação à sua viatura procure a “**Auto Felizardo Vilela**

Chapa e Pintura” em Vila Real.





(Continuação)



Contactos:

Auto F.V. Chapa e Pintura de 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: 259 351 088



FICHA TÉCNICA

Nº 91	Maio 2015
Propriedade:	A2000
Editor:	Marina Teixeira
Coordenação:	Aurora Gouveia
Produção e Paginação:	Kelly Guedes
Contribuinte:	505 045 125

CONTACTOS

Morada:	Av. 25 de Abril, nº39 Sta. Marta de Penaguião
Telefone:	254 822 046
Telemóvel:	935 575 882
Fax:	254 822 047
Página web:	www.a2000.pt
Email:	a2000@a2000.pt