



# Viver e Aprender

EDIÇÃO 96 - ANO 15

OUTUBRO 2015

DOADOR DO MÊS

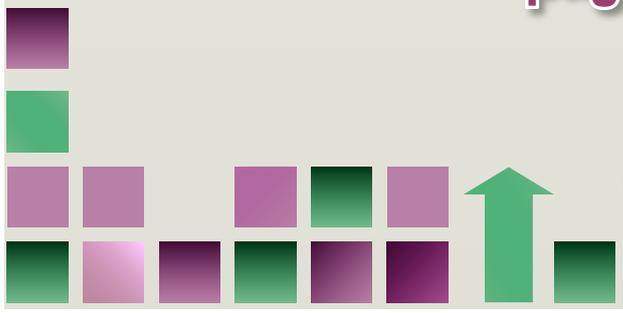


## Mudança de instalações em Montalegre

pág. 15

## Integração Profissional

pág. 3



ER-1072/2012

## EDITORIAL

## ÍNDICE

Editorial _____	2
Destaque _____	3
CRIP _____	5
Notícias _____	6
POPH – Tipologia 6.2 _____	7
GAPRIC _____	16
Intervenção Precoce _____	18
Gabinete Psicossocial _____	19
Clínica Social _____	24
Donativos e Contribuições _____	26

Paul Watzlawick (Psicólogo da Teoria da Comunicação) questionava “A realidade é real?”.

Existe uma realidade coletiva, socialmente construída e transmitida ao sujeito, e uma realidade do próprio sujeito (construída por si, resultante da “mistura” dos seus desejos, sonhos e experiências, etc.).

Como podemos saber que o mundo que vemos corresponde ao que qualquer outra pessoa vê? – Os nossos sentidos e, conseqüentemente, as nossas percepções, falham. O que cada um vê é, na verdade, um produto criado pelo seu cérebro, que filtra infinitas informações, a todo momento, para construir uma visão útil do mundo. Este tipo de filtragem é importante para que, perante as inúmeras informações que nos bombardeiam, consigamos selecionar o que nos parece mais importante. Porém, esta filtragem pode-nos enganar – por isso surgem as ilusões que o mágico cria nas suas apresentações.

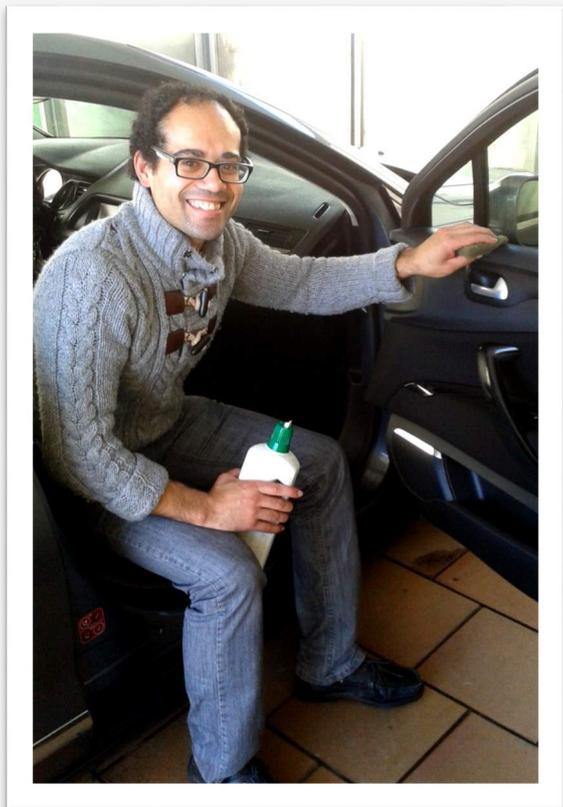
O otimismo – que consiste em subestimar a probabilidade de acontecer uma coisa má e sobestimar a probabilidade de acontecer uma coisa boa – mais não é que uma ilusão criada pelo nosso cérebro, útil na medida em que nos deixa melhor (menos stressados) e mais capazes de enfrentar os problemas.

Este tema “A realidade é real?” está sempre presente no nosso dia a dia profissional, pois ao lidarmos com pessoas que têm incapacidades cognitivas e/ou psicológicas percebemos que as suas realidades são diferentes das nossas e, nem sempre conseguimos entendê-las, por sua vez eles também não entendem a nossa, mas qual delas é real?

E assim se trabalha em vários planos da realidade, aceitando sempre que desconhecemos o real... Criamos laços afetivos com diferentes realidades que, mais não são do que pontes ilusórias que nos permitem compreender emocionalmente a realidade dos outros, mas que não nos permitem explicar o real. E neste contexto saudavelmente esquizofrenizante contribuímos para um mundo mais inclusivo e mais colorido.

Marina Teixeira, *Diretora Técnica*

## MERCADO DE TRABALHO INTEGRAÇÕES PROFISSIONAIS



Vitor Viegas, residente em Vila Real, frequentou formação profissional na A2000, sendo encaminhado posteriormente para o Centro de Recursos – Medida de Apoio à Colocação – através do Serviço de Emprego de Vila Real.

O Vítor teve um percurso socioprofissional um pouco instável, pelo que a equipa tentou proporcionar-lhe algum equilíbrio e autonomia. O Vítor realizou formação prática em contexto de trabalho na empresa Aval e Rigor Unipessoal, Lda. realizando funções de limpeza, nomeadamente na lavagem automóvel.

Desde o início do estágio, o Vítor sentiu-se bem integrado, bastante motivado e pensou sempre que o local lhe poderia proporcionar “mais aprendizagens”. Ainda revela algumas dificuldades, como a limpeza dos interiores (que carecem de mais pormenor), mas com a ajuda e supervisão constante de toda a equipa tem conseguido evoluir.

Dado que o seu desempenho e motivação foram marcantes no percurso de estágio, a empresa decidiu integrar o Vítor. Este considera que é um marco importante na sua vida, pois diz com orgulho que tem “um trabalho a sério”.

Atualmente, além da questão monetária, sente que a sua vida mudou significativamente, pois considera-se parte integrante de uma equipa, onde pode “conviver e podem ajudá-lo a ser mais responsável”, conseguindo assim “aprender coisas novas”.

Agradece a toda a equipa da A2000 e a todos da empresa Aval e Rigor que o têm ajudado a tornar-se “uma pessoa melhor”.

Ana Antunes, *Psicóloga*



## i9a u t o automóveis

Empresa : **Aval e Rigor Unipessoal Lda.**

(i9auto– automóveis)

Setor de Atividade – **comércio de automóveis  
seminovos e usados**

Concelho – **Vila Real**

A entidade Aval e Rigor Unipessoal Lda. (i9auto–automóveis), empresa de comércio de automóveis seminovos e usados de Vila Real teve o primeiro contacto com o Vítor durante a formação profissional para pessoas com deficiência ou incapacidade, tendo-lhe proporcionado uma continuidade da mesma, através no Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP), no sentido de melhorar as suas competências profissionais.

Durante os estágios realizados a entidade esforçou-se para que o Vítor obtivesse as competências mínimas para integrar a empresa e assim, no final da formação prática em contexto de trabalho, decidiu reconhecer o seu esforço e empenho, integrando-o através de um Estágio Emprego na função de lavador de veículos.

O gerente da empresa reconhece que a A2000 é um elemento facilitador da integração profissional das pessoas com defici-

ência ou incapacidade.

A empresa já tinha conhecimento das características do Vítor pelo que as expectativas face ao trabalho a desenvolver foram bastante positivas, não só porque o Vítor é uma pessoa muito educada e trabalhadora, mas também porque com uma equipa pequena é mais fácil moldar os comportamentos e as competências necessárias ao desempenho da função.

Ao nível das mudanças no estagiário com a integração, todos os elementos da equipa consideram que o Vítor tem revelado consideráveis melhorias.

Esta experiência foi uma mais-valia para a empresa, não só porque pode contribuir de forma determinante para a melhoria da qualidade de vida de uma pessoa, mas também porque potenciou o cumprimento dos desígnios da responsabilidade social.

**António Ribeiro, Gerente da Empresa**

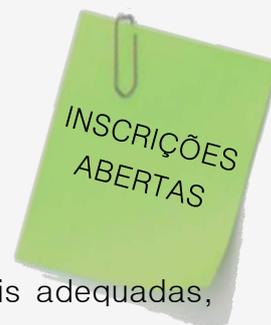




## CENTRO DE RECURSOS PARA A INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL

### 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.



NOITE DE FADOS!

NOITE DE **Fados**  
Santa Marta de Penaguião



28  
Nov  
21h30

Auditório Municipal

Com o Grupo de Fados  
"Terras de Penaguião"

ENTRADA - 3 FADOS | TODAS AS RECEITAS REVERTEM A FAVOR DAS INSTITUIÇÕES ORGANIZADORAS!



## 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
- Baião
- Montalegre

**Informações/ Inscrições**  
**Sede da A2000**  
**[www.a2000.pt](http://www.a2000.pt)**



## Voz e ergonomia

Cinco meses se passaram desde que iniciamos o curso. Todos os meses acontece algo que merece a nossa especial atenção e que é motivo de notícia. Este mês de outubro fomos presenteados com a visita especial da Terapeuta da Fala e da Fisioterapeuta, que fizeram uma pequena sessão para nos alertarem sobre algumas coisas relacionadas com a nossa saúde. Esta visita ocorreu no dia 21 de outubro.

A Terapeuta Mariana falou-nos sobre a saúde da voz e acautelou-nos para os cuidados a ter com a esta: não fumar, não beber bebidas geladas nem muito quentes, não beber bebidas alcoólicas, fazer exercício físico, não falar alto nem rápido, respirar várias vezes, não vestir roupas apertadas, não pigarrear, beber muita água natural, não comer rebuçados de mentol quando se está rouco... Chegada a parte da Fisioterapeuta Cristiana, foi momento de falar de ergonomia, posturas corretas que devemos adotar e as incorretas que devemos eliminar. Entre estas mereceram destaque



aquelas que praticamos diariamente, no nosso quotidiano: como nos devemos sentar, levantar da cama, estender a roupa, lavar a louça, arrumar a mercearia no armário, limpar o chão, carregar a mochila, carregar as compras, passar a ferro...

Achamos que estes esclarecimentos que as terapeutas nos deram foram muito importantes para a nossa saúde vocal e corporal e também para os comportamentos que devemos adotar no nosso dia-a-dia e quando iniciarmos formação prática em contexto de trabalho.

Obrigado Dra. Cristiana e Dra. Mariana.

Curso 27 – Auxiliar de Serviços Gerais,

*Tabuaço*



## Visita ao Peso da Régua

No dia 21 de outubro, o Curso 33 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade visitou a cidade do Peso da Régua, no âmbito da UFCD 3534– Animação e Lazer.

Iniciámos a visita com a ida à feira semanal, onde vimos à venda diversos artigos como: calçado, peças vestuário, CD's, objetos de decoração para casa, etc...

Logo de seguida fomos ao mercado, onde fomos invadidos um por um por um número de cheiros e aromas. Era enorme a variedade de produtos existente! Legumes, flores, plantas, enchidos, legumes, queijos e frutas eram alguns dos produtos presentes.

Com a aproximação da hora do almoço e com a fome a apertar fomos ao restaurante “Limonete”, onde apreciamos vários pratos: como o borrego, francesinha, lombo de porco e a irresistível pizza. Para ajudar a fazer a digestão, fomos passear pelo Cais da Régua onde apreciamos a paisagem e tirámos fotografias.

De tarde, visitámos o Museu do Douro, onde realizámos uma visita guiada pelas duas exposições presentes. O guia explicou-nos a história do Douro, a sua evolução ao longo dos



tempos, os tipos de vinho que produz “Porto e Douro”, mostrou-nos ainda as várias fases de produção, engarrafamento e exportação do vinho.

Finalizámos a visita no espaço exterior do museu, onde vimos de perto o barco rabelo, tão característico da nossa região.

Foi um dia diferente, e muito divertido, que nos permitiu conhecer melhor a nossa região.

**Curso 33 – Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade, Santa Marta de Penaguião**



## Preparação do Magusto Solidário em Baião!

No dia 13 do próximo mês de Novembro, a Casa da Juventude de Chavães vai receber os formandos dos 2 cursos de Baião e dos 2 cursos de Resende e também convidados de algumas entidades para o Magusto da A2000.



Aproveitando alguns módulos, decidimos por mãos à obra e começar a preparar o evento. Na formação de Linguagem e Comunicação fizemos algumas quadras de S. Martinho com a Formadora Sara. No módulo de Confeção de Alimentos fizemos a ementa com a Formadora Goreti: vamos cozinhar caldo verde e bifanas para o Magusto. No módulo de Animação tratamos da decoração com a Formadora Sandra.

Fizemos os cartuchos para as castanhas, aproveitando jornais que recolhemos nos cafés locais e colamos castanhas que pintamos

com restos de lápis. Também fizemos palitos com castanhas para espetar nos alimentos que iremos colocar nas mesas – pão, queijo, frango, bolas, bolo...

Para a decoração do refeitório, fizemos ouriços e castanhas. Para tal, recolhemos caixas vazias no Intermarché que serviram para desenhar os moldes. Os ouriços foram feitos com material que recolhemos no jardim de Casa de Chavães – folhas, pinhas e ouriços do castanheiro. As castanhas foram feitas com restos de tecidos, lãs e papel eva. O resultado final foi este!



Agora esperamos ansiosos pelo dia 13 de Novembro (uma sexta-feira 13, dia de bruxas!) para podermos receber todos os colegas dos outros cursos e os convidados e passar um dia de S. Martinho recheado de castanhas e alegria.

Curso 28 – Auxiliar de Serviços Gerais, *Baião*



## Um novo ciclo!

*«O crescimento do homem não se faz de baixo para cima, mas do interior para o exterior»*

(Franz Kafka)

No dia 1 de Outubro de 2015 teve início na Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000, o curso “Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade”, constituído por 12 formandos, de várias idades e de diferentes localidades do distrito de Vila Real e Viseu.

Com o objetivo de constituir uma linha orientadora para o trabalho da equipa técnica da Tipologia de Intervenção 6.2 – POPH fez-se, através de uma conversa informal, o levantamento das expectativas, interesses, necessidades e receios dos formandos.

De acordo com o referencial de formação, as práticas formativas devem conduzir ao desenvolvimento de competências profissionais, mas também pessoais e sociais dos formandos. Assim sendo a frequência do curso “Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade” é um elemento importante na vida dos formandos visto que lhes permite melhorar a qualidade da sua educação escolar, mas principalmente obter uma formação profissional.

Neste sentido, é importante fazer este

“Vim para a A2000 porque eu andava sempre no Centro de Emprego à procura de colocação num trabalho, pois tive algumas experiências laborais, mas sem sucesso.”

“Vim aprender, empenhar-me e ser alguém na vida (...).”

“Vim para a A2000 porque queria arranjar um trabalho e aprender coisas novas. Estou desempregado há três anos.”

“Vim para a formação na A2000 para aprender coisas novas, para ter mais amigos, para melhorar o meu comportamento e ter um trabalho.”

levantamento com os formandos com o intuito dos próprios terem noção daquilo que realmente são capazes, para que conheçam as suas

“Vim para a formação na A2000 porque procuro um rumo a nível profissional. Enquanto isso, aumento a minha formação e também me mantenho ocupado.”

aptidões, conhecimentos profissionais, os interesses e motivações, no que concerne às atividades não só escolares, como setores de atividade que mais lhe interessam para trabalhar.

É com base nesta informação que os técnicos concebem as estratégias de apoio aos formandos para eles constituírem o seu projeto formativo adequando as suas características e

interesses, oferecendo uma visão mais clara da realidade de cada um.



Aurora Gouveia, *Formadora*

## Visita à Lavandaria da Sta. Casa da Misericórdia - Resende



No âmbito do módulo 3523 – Lavandaria e Tratamento de Roupas, o Curso de Resende foi visitar a lavandaria da Santa Casa da Misericórdia de Resende.

Quando lá chegamos fomos recebidos pela responsável da lavandaria a Sra. Otilia, que nos mostrou todo o processo do tratamento de roupas.

Começamos por ver onde se separam as roupas e como se procede a essa separação. Nesta etapa temos de ter muito cuidado, é aqui que a roupa é separada por setores de acordo com as valências à qual pertence. Toda a roupa tem etiquetas e não pode ser misturada, todo o processo de tratamento de roupas é feito separadamente de acordo com a valência.

De seguida passamos para a secção das máquinas, neste espaço existem várias máquinas de lavar e de secar, todas automáticas, à exceção de uma máquina, utilizada apenas para roupas muito delicadas, todas as restantes já estão programadas em função do tipo de roupa que colocamos a lavar. Desta forma, apenas puxam o detergente e aditivos necessários sem que haja desperdícios.

Aqui foi-nos explicado todos os cuidados que devemos ter antes de colocarmos as roupas a lavar e, as diferenças de cada máquina, desde a programação, capacidade até ao tipo de lavagem que cada uma efetua.

Passamos para a secção de secagem, estendemos alguma roupa nos estendais e colocamos outra nas máquinas de secar. A Sra. Otilia explicou-nos todo o processo de secagem da roupa e os cuidados que devemos ter na separação das roupas secas para ser mais fácil quando vamos passar a ferro. Na parte onde se passa a ferro praticamos mais, todos passamos lençóis e toalhas no rolo/ calandra e algumas roupas no ferro de engomar. Aprendemos a trabalhar com o ferro de engomar com caldeira e dobramos e separamos a roupa por utente, colocando-as nos respetivos setores. É nesta etapa que se separam as roupas que precisam de pequenos arranjos de costura, também efetuados nesta valência.

Gostamos muito desta visita, pois podemos colocar em prática numa lavandaria industrial, todos os conhecimentos que a formadora Goreti nos transmitiu, esperamos ter a oportunidade de fazer mais visitas como esta.

Curso 28 – Auxiliar de Serviços Gerais,



## A Diabetes!

No âmbito do dia internacional da alimentação o nosso curso saiu para assistir a uma palestra que estava a decorrer no Auditório das Termas de Chaves intitulada “A Diabetes e o que comer” que teve como orador o nutricionista Dr. Filipe Ferreira. O Doutor falou nos vários tipos de diabetes existentes, ele mencionou que os diabéticos devem fazer uma alimentação saudável, ou seja, à base de legumes e frutas; dar preferência ao peixe e às carnes brancas. Devem evitar-se as gorduras, os doces, açúcares, bebidas alcoólicas e algumas frutas que são muito ricas em frutoses tais como: as uvas, os figos, os diospiros e as bananas.

Estes doentes devem estar poucas horas sem comer, ou seja, devem ingerir alimentos de duas em duas horas ou de três em três horas.

O Dr. Filipe terminou a sessão dizendo que se fizermos uma alimentação saudável ou seja uma alimentação completa, variada e equilibrada poderemos evitar algumas doenças como a Diabetes.

Achamos que foi uma palestra muito interessante e educativa, pois aprendemos alguns conceitos muito importantes que nos ajudarão muito no nosso dia a dia.

Curso 30 – Auxiliar de Serviços Gerais, Chaves



## Na cozinha por um dia!



um pequeno grupo, cuidava das mesas e da preparação da limonada!

Foi uma refeição divertidíssima e muito Saborosa! Aplicamos todos os conhecimentos que fomos adquirindo durante a formação em sala e percebemos que cozinhar, afinal, não é assim tão difícil, acima de tudo quando dividimos as tarefas por todos!

Para a tarde, preparamos um chá de frutos vermelhos e fizemos um bolo de bolacha com chocolate, para terminar o

dia em grande!

A formadora elogiou-nos: “Estão de parabéns os nossos “aspirantes a cozinheiros” que se portaram á altura dos grandes profissionais! Parabéns a todos!”

Os Formandos do curso 25 de Chaves, desejosos de passar um dia na Cozinha, propuseram, no âmbito do Modulo 3527 – Produção Alimentar – Confeção de alimentos, passar um dia diferente: Um dia na Cozinha!

Assim fizemos!

Logo de manhã preparamos entradas com patê de atum e uns deliciosos folhadinhos de salsicha!

Após o intervalo, chegou a hora de preparar o almoço com uma aconchegante sopa de espinafre e um saboroso bacalhau com broa!

Todos se desdobraram para que o almoço saísse perfeito e a azáfama entre trabalhos de fogão e forno ia dando lugar a aromas diversos que perfumaram a nossa cozinha!

Tudo saiu perfeito! Enquanto se davam os últimos retoques na decoração dos pratos,

**Curso 25 – Assistente Familiar e Apoio à Comunidade, Chaves**



# POPH–Tipologia 6.2 >>> 15

## A nova casa!

Foi com muito entusiasmo que no passado dia 28 de Outubro, as turmas de formação de Montalegre “Assistente Social” e “Auxiliar de Serviços Gerais”, se mudaram para a “nova casa”: espaço situado nas instalações da CERCIMONT.

Esta mudança já era há algum tempo aguardada, pois constitui uma melhoria em termos de condições de trabalho. Porém, ainda não tinha sido exequível, uma vez que as obras nos pavilhões não estavam concluídas.

Este acontecimento constitui mais um passo no sentido de um cada vez maior comprometimento e estreitar de laços entre a A2000 e a CERCIMONT, desde que estas duas entidades se tornaram parceiras em 2013 para abraçar um conjunto de objetivos em comum como sendo a formação profissional, a inserção social, o acesso ao mercado de trabalho e sobretudo a valorização e bem-estar dos



nossos formandos.

Aqui vamos fazer o favor de ser felizes, com certeza!

Cátia Tabau, *Formadora A2000*



## GABINETE DE APOIO A PROGRAMAS INCLUÍDOS NA COMUNIDADE

O GAPRIC da Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento – A2000 pretende promover a integração social de adultos com deficiência ou incapacidade, em risco de exclusão social.

O GAPRIC, é um **serviço gratuito** que, atendendo às necessidades de cada um promove:

### AÇÕES:

- Promoção de competências pessoais e sociais
- \* Integração ocupacional
- \* Integração social

**Informações/ Inscrições**  
**Sede da A2000**  
**[www.a2000.pt](http://www.a2000.pt)**

### RESULTADOS ESPERADOS

No final da intervenção do GAPRIC espera-se que a pessoa com deficiência ou incapacidade:

- Se sinta realizada como parte integrante da sociedade,
- Tenha um estatuto de cidadão ativo na sua comunidade
- Tenha uma vida estruturada
- Seja valorizada pelos outros,
- Aumente a sua qualidade de vida

Por sua vez, a comunidade ao sentir-se apoiada pelo GAPRIC tornar-se-á mais recetiva ao estabelecimento de parcerias no sentido de aumentar a inclusão das pessoas com deficiência ou incapacidade.

### Início do projeto: 1 Setembro 2015

O projeto GAPRIC é desenvolvido em simultâneo por 10 entidades do país: A2000; CERCIMARCO; CERCIBRAGA; 3 Núcleos da Pais-em-Rede (Braga, Aveiro, Aljustrel); ASSOL (Tondela, Castro Daire); APPDA (Viseu); Associação NÓS (Barreiro); APCO (Odemira)

CO-FINANCIADOR



Ministério da Solidariedade, Emprego e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

## O caminho para a inserção!



No âmbito do projeto GAPRIC – Gabinete de Apoio a Programas Incluídos na Comunidade, teve início no passado mês de outubro, uma nova etapa na vida de dez jovens/adultos, com o propósito de promover a sua integração social.

Neste sentido, na senda do desenvolvimento de competências pessoais e sociais, semanalmente foram sendo realizadas diversas dinâmicas que permitiram a estes jovens conhecerem-se uns aos outros e a si próprios, expressarem as suas opiniões, ideias e sonhos, partilhar experiências e perspetivas de vida.

Realizaram-se algumas visitas a entidades públicas do concelho de Santa de Marta de Penaguião – de forma a dar-lhes a conhecer como aceder e quais as funções desses equipamentos na comunidade – nomeadamente ao Quartel dos Bombeiros Voluntários de Santa Marta de Penaguião, onde foi possível ficar a conhecer os diversos recursos físicos e materiais, utilizados pela corporação no seu quotidiano, as regras e formas de intervenção, no caso de ocorrência de um acidente ou incêndio.

Visitamos ainda a Biblioteca Municipal de Santa Marta de Penaguião, através da qual, foi

explicado todo o funcionamento da mesma, desde a requisição de um livro, à sua catalogação.

Tal como foi mencionado anteriormente, as atividades a realizar têm em conta os sonhos e desejos de cada um destes jovens, pelo que lhes foi solicitado que referissem, o que gostariam de fazer

e ainda não foi possível:

De facto é partindo destes sonhos e de-

- \* **José Maria:** gostaria de ensinar a fazer artesanato;
- \* **Ana Patrícia:** queria ser dançarina, pertencer a um grupo de dança;
- \* **Maria Amália:** gostava de arranjar um emprego;
- \* **Vítor Mourão:** gostava de colocar os dentes e conhecer o país onde nasci - Moçambique e visitar o Estádio da Luz;
- \* **Bruno Balouta:** queria arranjar um emprego para ganhar dinheiro e constituir uma família;
- \* **José Soares:** gostaria de voltar ao trabalho antigo e fazer uma viagem ao Brasil com os amigos;
- \* **Daniel Mansilha:** queria cuidar e tratar animais selvagens;
- \* **Marco Costa:** queria arranjar um emprego na área de informática;
- \* **José Manuel:** queria melhorar o meu estado de saúde, para conseguir fazer as atividades que mais gosto.

sejos que se planificam os apoios necessários à sua concretização: **pequenos passos para grandes voos ...**

Inês Azevedo, *Assistente Social*



## 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 (SNIPPI), 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)

**C**om 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 ESPECIFICAMENTE ÀS **CRIANÇAS E JOVENS**  
AÇÕES DIRIGIDAS ESPECIFICAMENTE A **JOVENS COM DEFICIÊNCIA**  
AÇÕES DE APOIO À **COMUNIDADE EM GERAL**



## SÉNIORES DE LOUREDO E FORNELOS EM MOVIMENTO



traz-se sempre mais alguma coisa: quer seja conhecimento, quer seja um pouco mais dos tapetes de arraiolos feitos!

Com este convívio o computador deixou de ser um “bicho papão”, e aos poucos aprende-se a usar e a tirar o melhor proveito que esta ferramenta proporciona, apesar de ainda faltar muito para chegar ao nível dos

Desde abril de 2015 funciona o Espaço de Convívio em Louredo e Fornelos. É um grupo com cerca de 15 pessoas, que semanalmente se encontram para partilhar ideias, experiências, sabedorias e momentos de convívio.

Ao longo deste ano assistiu-se a várias ações de sensibilização, desde a “Saúde Óssea”, “Diabetes na 3ª idade”, sendo a última sobre “Publicidade Enganosa”. Esta última palestra decorreu no Fórum de Atividades em Santa Marta de Penaguião, no dia 1 de outubro pelas 14:30h. Envolveu muita troca de informação e de situações que acontecem no dia-a-dia. Em breve irá haver outra palestra de consciencialização sobre os “Direitos do Idoso”.

Têm sido uns meses muito produtivos e sempre animados. Sabe-se que quando se vai para as tardes de convívio

“professores”!

Tem sido muito gratificante, pois conhecem-se novos lugares (Serra da Estrela, praia do Castelo do Queijo, miradouro de S. Pedro, Praia Fluvial de Fornelos, Pinhão onde se foi passear de barco) e pessoas dos outros Espaços de Convívio da A2000 em todos os eventos conjuntos.

Os clientes de Louredo e Fornelos esperam que as tardes de quarta-feira continuem, visto ser algo que traz mais valor à freguesia.

#### Cientes do Espaço de Convívio de Louredo e Fornelos



## O mês de outubro dos Sorrisos

O mês de Outubro foi cheio de atividades muito divertidas, começamos por escolher as nossas monstruosas máscaras de Halloween, optamos pelas máscaras do Frankenstein e Caveira. No dia 30 de Outubro comemoramos essa festa: decoramos a sala com fantasmas, morcegos, aranhas e algumas teias de aranha e os nossos colegas da formação fizeram um lanche aterrorizador com uma ementa no mínimo assustadora (asas de morcegos, patas de aranha recheadas, baba de morcego, hotel dos mortos, ovos de dinossauro recheados de aranhas, pregos do caixão, dedos assanhados, caixões para maiores de 100 anos e ainda levanta espíritos) para convivemos todos. No final fomos de porta em porta pedir doçura ou travessura.

No dia 14 de Outubro fomos convidados pela Santa Casa da Misericórdia de Baião a participar nos jogos sem fronteiras. Participamos em muitas atividades divertidas e diferentes, desde os jogos aquáticos, como a pesca, polo aquático e o jogo dos colchões, aos jogos terrestres, equitação, escalada e jogo do carrinho. Ainda em Baião tivemos a oportunidade de conhecer e conviver com pessoas de outras instituições.



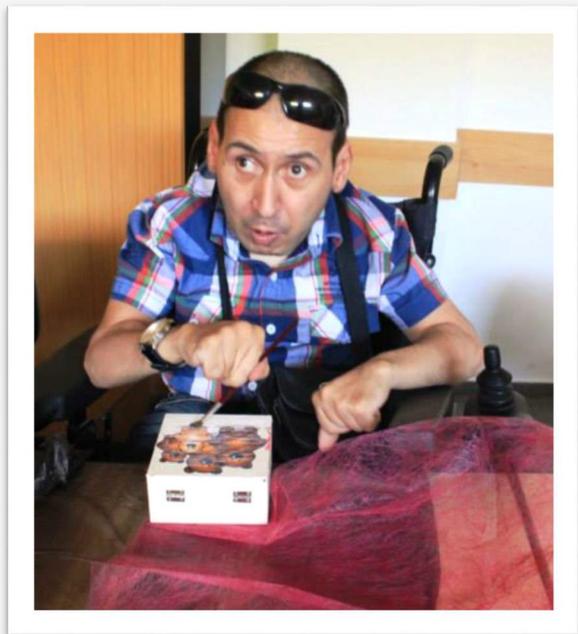
Gostamos muito de ir a Baião participar nas atividades. Mais uma vez obrigado a Santa Casa da Misericórdia Baião pelo convite.

Na escola do Gundeiro fizemos alguma atividade física, jogámos ao Boccia, futebol, volley e estafetas. Estas atividades têm sido muito importantes para mantermos a nossa linha. Iniciamos, ainda uma atividade de labores – a agulha mágica. Pretendemos, bordar o símbolo da A2000, com a participação de todos nós.

**Outubro foi um mês com muitas atividades divertidas e cheio de monstruosidades.**

Cientes da Oficina dos Sorrisos



**A MINHA ASSOCIAÇÃO!**

No dia 6 de Maio de 2011 comecei a frequentar a A2000 que fica em Santa Marta de Penaguião, no projeto Oficina dos Sorrisos, onde conheci amigos novos e, onde fui muito acarinhado por todos da associação.

O projeto Oficina dos Sorrisos é um espaço onde realizamos atividades ocupacionais, como por exemplo: na cozinha fazemos bolos para comemorar os aniversários de cada um, ou quando há um evento importante como o Natal ou por estes dias o magusto. Na costura ensi-

nam-nos a bordar, a fazer tapetes e a tratar da roupa, à segunda-feira os meus colegas vão para a escola do Gundeiro e lá fazem jogos tradicionais, cultivam produtos agrícolas como por exemplo: cenouras, ervilhas e batatas. No meu caso fico na associação a ter informática. Tenho aprendido muitas coisas todos me têm me ajudado muito em situações que tinha mais dificuldades como pôr alguns sinais de pontuação, trabalhar no Power Point, Excel, Word, etc. À sexta-feira normalmente estou com os idosos em aula de TIC, fazemos muitas coisas com o professor: ir ao facebook, skype, fazer calendários, mudar fotos dum programa para o outro.

Nestes quase 5 anos de A2000 aprendi muitas coisas que nem eu próprio pensava que viria a fazê-lo, e desculpem alguma coisa que tenha feito menos bem.

**Por fim quero agradecer a todos que trabalham na associação por me terem tratado como um adulto, a todos muito obrigado.**

Joel Mesquita, *cliente da Oficina dos Sorrisos*



## Palestra “Publicidade Enganosa”

No âmbito do “Gabinete Psicossocial – GPS” participaram na palestra “Publicidade Enganosa”, que se realizou no dia 1 de Outubro no Fórum de Atividades de Santa Marta de Penaguião, 60 pessoas das 5 freguesias parceiras que se encontram a frequentar os Espaços de Convívio dinamizados pela A2000 (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) e clientes do Centro Social e Paroquial da Sta. Eulália – Cumieira.

Pelo segundo ano consecutivo, a A2000 presta apoio na área formativa e ocupacional de forma a desenvolver mais conhecimentos / competências nos seus clientes, realizando palestras educativas e esclarecedoras!

Sendo um tema cada vez mais debatido na sociedade, a publicidade tem tomado uma proporção muito grande no nosso dia-a-dia: são-nos apresentados diariamente produtos inovadores, diferentes serviços e novas marcas, sendo necessário saber como nos proteger e como conseguir analisar os prós e os contras do produto apresentado sem sermos influenciados pelos nossos desejos.

Foi uma palestra em que o ouvinte refletiu sobre os aspetos que influenciam o que com-

pram e quando; com os empresários conseguem conquistar

(as técnicas publicitárias e os meios de comunicação que usavam para chegar a eles), aprofundaram e esclareceram dúvidas relativamente à publicidade (o que é, quais são os objetivos e os diferentes tipos de publicidade).

Depois de se familiarizarem com este tema discutiu-se sobre o grande problema que muitas pessoas são atingidas, a Publicidade Enganosa. Definiu-se o que é e quando se pode considerar uma publicidade enganosa, os tipos e as suas características e para perceberem melhor debateu-se com a ajuda de exemplos práticos e com dicas para se enquanto consumidores.

Torna-se cada vez mais necessário este tipo de iniciativas, porque sendo um público muito vulnerável, estas informações ajudam a que se tornem mais esclarecidos, mais autónomos e que sejam capazes de se auto defender.



Kelly Guedes,

Técnica da  
A2000



## 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**



Santa Marta

Viver e Aprender

## TODOS SOMOS DIGNOS DE AMOR E DE CUIDADOS...

Desde 1992 que a Federação Mundial para a Saúde Mental (*World Federation for Mental Health* – WFMH) celebra o dia 10 de Outubro como o Dia Mundial da Saúde Mental, este ano com o tema “Dignidade na Saúde Mental”.

Saliente-se que em Portugal, existem cerca de 100 mil doentes esquizofrénicos (uma das doenças mentais mais incapacitantes), ou seja, cerca de um por cento da população nacional, números que acompanham a prevalência a nível mundial.

A sensibilização é o mote para a comemoração deste dia. Preparar a sociedade para as questões associadas à saúde mental e pela transversalidade que este tema assume em questões de ordem nacional, política, cultural e socioeconómica, onde a dignidade das pessoas com perturbação mental nunca deva ser posta em causa.

Com o tema deste ano – “Dignidade na Saúde Mental” – pretende-se chamar atenção dos profissionais da saúde e da comunidade em geral que se pode fazer mais e sempre mais pelas pessoas com perturbação mental, assegurando a sua dignidade, pela implementação de políticas de direitos humanos – escolhas informadas sobre tratamentos, participação ativa na tomada de decisões, dar destaque às necessidades e expectativas de cada pessoa – orientando a prestação de cuidados aos mesmos sobre estes direitos.

O estigma e a discriminação tornam-se barreiras de grande envergadura contra a promoção e o desenvolvimento de cuidados interpessoais e de saúde, básicos na vida das pessoas com perturbação mental.

Seria de grande relevância que a sociedade fosse capaz de se insurgir perante aqueles que negam o direito a uma vida assente na comunicação, no respeito e nas opções de escolha de cada um, por serem também estas pessoas dignas de amor e de cuidados.

Merecedoras de cuidados básicos para o desenvolvimento da sua individualidade, da participação direta e ativa na sua própria vida, reconhecidamente partes integrantes e não menos importantes de uma sociedade. Por isso faça parte desta campanha e diga sim à Dignidade da Pessoa com Perturbação Mental.

Ana Pereira, *Psicóloga*





**N**o mês de novembro o doador da A2000 é a **Quinta do Príncipe** em Chaves.

A **Quinta do Príncipe** é uma das entidades financiadoras da A2000, cumprindo o dever de responsabilidade social perante a sociedade.

Situada na aldeia de Redial entre Chaves e Vidago, os dois Pólos turísticos de maior relevância no Alto Tâmega, a **Quinta do Príncipe** é um lugar de fácil acesso e enquadramento paisagístico ímpar.

Com uma área de 50.000m<sup>2</sup> e um espaço edificado de 2500m<sup>2</sup>, proporciona a todos os que a procuram, magia, liberdade e atmosferas apaixonantes num espaço de grande requinte.

A **Quinta do Príncipe** torna-se assim o

maior centro de eventos da região, contando para isso com todas as infraestruturas necessárias para a realização de congressos, colóquios, reuniões, festas de empresas, apresentação de produtos, espetáculos, jantares temáticos, casamentos, batizados, banquetes e tudo o que a sua imaginação lhes sugira, porque para eles a realização de eventos não têm limites.

O Complexo é composto por 2 salas com capacidade, no seu total, de 600 pessoas, mais de 20.000m<sup>2</sup> de jardim, cascata de água, lago, piscina, parque infantil, espaço de dança, mini clube, churrasqueira, parque de estacionamento para 350 viaturas e com uma gastronomia de elevada qualidade, pautada pelos mais exigentes padrões de controlo alimentar.



(Continua na página seguinte)

## Continuação

A **Quinta do Príncipe** dispõe de duas esplanadas de grande requinte; uma decoração com dedicação e paixão; espetáculos teatrais, transformando meras refeições em espetáculos de muito entretenimento, que proporcionam as melhores das sensações para todos. As duas salas da Quinta contam com espaços completamente equipados (som, luz e multimédia) para que todos os eventos se transformem numa autêntica festa.

Em dia de festa a animação nunca pode faltar, alegria e boa disposição que são sempre proporcionadas pela equipa de animadores, destinado ao entretenimento dos mais pequenos. Por fim, nunca

pode faltar a maior conquista do ser humano na pré-história – o Fogo, que na **Quinta do Príncipe** serve para dar ainda mais brilho e cor às festas/eventos.

A **Quinta do Príncipe** é sem dúvida a sua **escolha perfeita**.



Morada: **Vale de Cuba, Redial 5400-826 Chaves**

Telefone: **276 342 028** | Telemóvel: **96 618 58 74 (António Teixeira)**

**93 511 32 26 (Armindo Alves)**

E-mail: [quintadoprincipe@gmail.com](mailto:quintadoprincipe@gmail.com)



Quinta do  
**PRÍNCIPE**  
CHAVES

  
*O Cenáculo do Leitão*  
- CHURRASQUEIRA -

**i9** auto  
automóveis

  
FARMÁCIA  
DOURO

  
FARMÁCIA  
Arrochela

**RE**ÍRCULO PNEUS, Lda

aut  
**Felizardo Vilela**

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

tutti per tutti  
sport

restaurante  
SANTO ANTONIO

  
FORTE DE  
S. FRANCISCO  
HOTEL

  
ruisousaDESIGN



Raízes de Montalegre  
Queijo e Fumeiro de Barroso

**Restaurante Dias**  
(Parafita em Montalegre)

**Stand do Cerdeiral**

## FICHA TÉCNICA

Nº 96                      Outubro 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](http://www.a2000.pt)  
Email:                    [a2000@a2000.pt](mailto:a2000@a2000.pt)