



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE
CARLÃO
e **AMIEIRO**



Viver e Aprender



| Newsletter Mensal | Edição 185 | Ano 22 | MARÇO 2023

www.a2000.pt



Integração Profissional

José Gonçalves | Paulo Garcia | Eduardo Silva
Junta de Freguesia de Arroios - Vila Real
Ler mais... (Pág. 5-6)



MARÇO A DEZEMBRO
2023

Concelhos:
Armamar
Peso da Régua
Tabuaço



Cofinanciado por:



Projeto Cofinanciado pelo INR, I.P.



3 NOVOS CURSOS

Ler mais...
(Pág. 14, 19 e 22)

Armamar



Assembleia-Geral Ordinária

Dia 31 de março realizou-se mais uma reunião de Assembleia - Geral Ordinária para apresentação do Relatório e Contas de 2022.

Ler mais (pág. 8)



Poiares - Régua



Resende



Apoio individual de:
José Manuel da Silva Azevedo
Alpendorada, Marco de Canaveses

ELETRICISTA AUTO
926 362 667
960 289 028
Rua António Caetano de Moura nº 328
Luís Octavio Pereira
4660-213 RESENDE | luismatospereira@gmail.com

ANGELA PEIXOTO
cabeleireiro

ESPORÃO
MAIS. DEVAGAR.

Fribila
FRIO INDUSTRIAL

Café Avenida



Av. Conselheiro José Maria Alpoim, 534
5040-310 Mesão Frio
+351 254 892 152



LAMEGO

lamego@decisoesesolucoes.com

Rua Alexandre Herculano, 10 r/c Esq

5100-107 Lamego

CARLOSEQUEIRA



Distribuição Alimentar e Bebidas
Contribuinte: 157 369 501

Escritório: Rua Dr. Carneiro Mesquita – Fontes
5030-128 Santa Marta de Penaguião
Telemóvel: 96 851 3220



VALLEGRE
PORTO & DOURO WINES

Quinta da
Bandeira

Rua de Vila Marim, 2579
5040-440 Mesão Frio
916 535 138
paulotrcoستا1974@gmail.com



PNPNEUS
pneus novos e usados

Daniel Teles **Arquiteto**

Santa Marta de Penaguião
Tel 254 811 450 / 966 321 360
Avenida 25 de Abril n.º69 5030-464 Santa Marta de Penaguião
dajoante@gmail.com

AMANHECER
Super Fontes
Miguel Ribeiro

Largo do Vale, 1
5030-114 Fontes, Santa Marta de Penaguião

Susana Pinto
SEGUROS E SERVIÇOS

Travessa da Democracia, N.º 17
5030-479 Santa Marta de Penaguião
E-mail: susanapintoseguros@gmail.com

254 821 157
962 781 210

Seguros e Produtos Financeiros: ZURICH, FIDELIDADE, Allianz

"A sua Agência em Santa Marta de Penaguião"

Segua-nos no

Pagamento de Faturas / Scut's | Carregamento de Telemóveis | Perfumes

BOUTIQUE SÓNIA

T. 914 797 062 • AV. 1.º DE MAIO, N.º 21
5030-472 SANTA MARTA DE PENAGUIÃO

GONGAS
EVENTOS
ANIMAÇÃO PROFISSIONAL

+ douromais

COST JARDINS

RE/MAX CERTA

Duarte Conceição
Consultor Imobiliário
+351 924 434 706

Pragaça do Coura, nº 5, Richão
5100-922 Lamego | Portugal
Tel.: +351 254 656 200
Site: Douro - Med. Imob. Lda | I.M. 051
Esta agência é de propriedade e gestão independente

dmconceicao@remax.pt
www.remax.pt/dmconceicao
facebook.com/duarteconceicaoaremax

DG
Jogos e recursos didáticos para idosos (e não só)
Material artesanal preparado com muito amor à mistura

ElectroPenaguião
ELECTRICIDADE AUTO

Sociedade Unipessoal, LDA
Camilo da Conceição Paulo

Rua do Douro, nº5
5030-430 Santa Marta de Penaguião
Tel. 919 354 696

FLORISTA
Asas da Bê

TM. 963 345 190



QUEREMOS SER UM VEÍCULO DE MUDANÇA...

Centro de Recursos para a Inclusão do Ministério da Educação

Colaborar com a A2000 no lançamento do Projeto do Centro de Recursos para a Inclusão do Ministério da Educação (CRI-ME) tem sido um bom desafio.

Como sabem, no âmbito do trabalho que desenvolvi durante 30 anos, de apoio a pessoas com deficiência e incapacidade, representei durante vários anos a HUMANITAS – Federação Portuguesa para a Deficiência Intelectual, da qual fui Presidente entre 2014 e 2018, na Comissão de Acompanhamento dos Centros de Recursos para a Inclusão. Juntamente com o Rogério Cação, que infelizmente já nos abandonou e outros companheiros representantes de outras Federações. Pugnamos por uma resposta que abandonasse a mera perspetiva terapêutica e que efetivamente apoiasse as escolas e os alunos com deficiência e incapacidades bem como os docentes, pessoal não docente e famílias, em direção à inclusão plena em todo o sistema de ensino.

A A2000 que viu o seu CRI acreditado pelo Ministério da Educação, no ano

letivo 2021/2022, arrancou este ano letivo (2022/2023) com o apoio centrado nos Agrupamentos de Escola de Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Mesão Frio e Murça.

Estamos a procurar ser um recurso a que a escola pode recorrer no sentido da inclusão dos alunos em cada uma das turmas, no apoio ao desenvolvimento de Planos Individuais de Transição, na proposta de formação de professores, em articulação com o Centro de Formação de Professores de Vila Real, no âmbito do Desenho Universal, no apoio ao funcionamento das EMAEI (Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva) em termos da avaliação e elaboração de Relatórios, etc.

Não pretendemos nem queremos ser mais um gabinete a fazer intervenção terapêutica na Escola. **Queremos ser um veículo de mudança que permita aos alunos estarem integrados nas turmas que frequentam participando em todas as atividades curriculares nelas levadas a cabo.**

Não queremos ser apenas mais uns técnicos, **pretendemos fazer a diferença, conhecer cada criança e a sua envolvimento, entender as suas necessidades para sermos o braço direito dos docentes e das famílias na procura e escolha de caminhos diversificados promotores de qualidade de vida.**

Sabemos que temos caminho para fazer e muito para trilhar, mas estamos certos que tentando certamente conseguiremos ir mais longe pois cada um de nós não está mais sozinho...

Luís Correia,
Consultor

Propriedade: **A2000**

Contribuinte: **505 045 125**

♦ Coordenação e Edição:

António Ribeiro

♦ Produção, Paginação e

Revisão:

Kelly Guedes e Daniel Silva

Índice

□ CRIP	4
□ Destaque: • <i>Integração Profissional</i>	5
□ A2000 □ EPA	8
□ CLDS 4G	11
□ Formação Inicial e Formação Contínua	13
□ CRI □ Espaços de Convívio □ CAARPD □ Intervenção Precoce na Infância	25
	7
	17
	21
□ Doadores do mês	23
	27
	31

C R I P

CENTRO DE RECURSOS PARA A INCLUSÃO PROFISSIONAL

IEFP - Vila Real

IAOQE

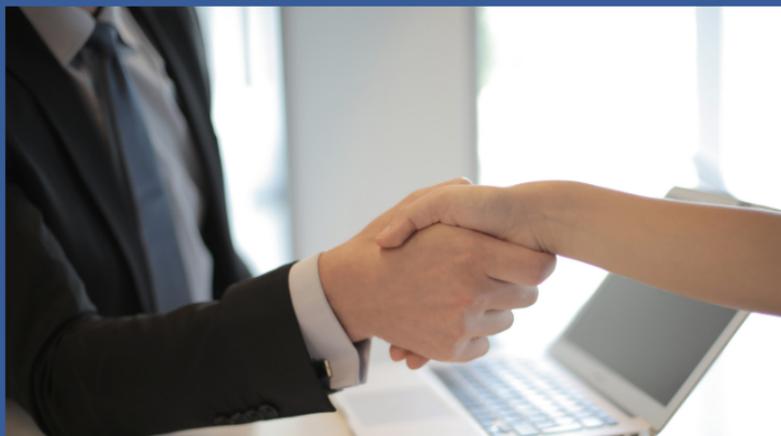
**Informação, Avaliação, Orientação
e Qualificação no Emprego**

AC

Apoio à Colocação

APC

**Acompanhamento
pós-colocação**



AC

IAOQE

OBJETIVOS

Apoiar as pessoas na tomada de decisões vocacionais adequadas, disponibilizando a informação necessária para o efeito, promover a avaliação da sua funcionalidade e incapacidade e a determinação dos meios e apoios considerados indispensáveis à definição e desenvolvimento do seu Plano Pessoal de Emprego (PPE). Realiza ainda a prescrição de pedidos de apoio/Ajudas Técnicas para o acesso ou manutenção do emprego e acesso ou frequência à formação; e avaliação da capacidade de trabalho no âmbito do emprego apoiado.



OBJETIVOS

Promover a inserção no mercado de trabalho, através de um processo de mediação entre as pessoas com deficiência e incapacidades e as entidades empregadoras, equacionando aspetos relativos à acessibilidade, adaptação do posto de trabalho, desenvolvimento de competências de empregabilidade, bem como sensibilizando as entidades para as vantagens da contratação deste público, apoiando o candidato na procura ativa de emprego e na criação do próprio emprego.

APC

OBJETIVOS

Apoiar a manutenção no emprego e a progressão na carreira, através do apoio técnico a pessoas com deficiência e incapacidades e às respetivas entidades empregadoras, designadamente, ao nível da criação de condições de acessibilidade, de adaptação do posto de trabalho e de apoio à reorganização do processo produtivo no início da sua atividade.

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Eduardo Silva, José Gonçalves e Paulo Garcia

Junta de Freguesia de Arroios - Vila Real

O Eduardo Silva e José Leo Gonçalves, naturais de Vila Real estão integrados profissionalmente na Junta de Freguesia de Arroios ao abrigo de um Contrato de Emprego-Inserção + (CEI+). Já Paulo Garcia, também natural de Vila Real, está integrado nesta entidade, através de um Contrato Emprego em Mercado Aberto.

Após serem sinalizados pelos serviços do Centro de Emprego de Vila Real, foram



Eduardo Silva

encaminhados para a equipa do CRIP (Centro de Recursos para a Inclusão Profissional) da A2000. O Eduardo e o José foram encaminhados para IAQOE (Informação, Avaliação e Orientação para a Qualificação e Emprego), para se proceder à análise das suas competências pessoais e profissionais. Posteriormente realizaram uma experiência laboral no âmbito do serviço de Apoio à Colocação. Findo este período, a entidade mostrou disponibilidade em receber o Eduardo e o José Leo para a realização de um CEI+ dando continuidade ao desenvolvimento das suas competências. O Paulo Garcia acompanhado no âmbito do Apoio Pós-Colocação, foi integrado através de um Contrato Emprego em Mercado Aberto.

No seio desta entidade o José Leo explicou as tarefas que desenvolve: *"Faço a limpeza dos espaços exteriores, como*

por exemplo a limpeza de valetas, a recolha de lixos". Descreveu que o apoio da A2000 foi fundamental para a melhoria da sua qualidade de vida: *"É muito positivo para mim estar aqui na Junta de Freguesia, sinto-me ocupado e já tenho dinheiro para gerir melhor o meu dia-a-dia, tornando-me mais autónomo."* Já o Eduardo, que desenvolve a função de assistente administrativo demonstra a verdadeira essência da inclusão: *"É positivo ter sido integrado na Junta de Freguesia porque saio de casa, convivo com outras pessoas, mas acima de tudo sinto-me valorizado. Apesar da minha incapacidade, consigo mostrar às outras pessoas que também sou capaz de realizar tarefas de forma adequada. E isto tudo só foi possível graças ao trabalho realizado por parte da A2000."* Ambos reforçam e agradecem a oportunidade dada pela entidade na definição do seu percurso profissional.



José Leo

Por sua vez o Paulo, que já exerce tarefas na junta de freguesia há 3 anos, iniciando o seu percurso profissional através da medida de emprego Contrato Emprego Inserção + (CEI+) reforça a importância desta ligação para o seu desenvolvimento pessoal e profissional. O Paulo é um exemplo de superação e evolução e isso transformou-se no vínculo à entidade através do Contrato Emprego em Merc-

do Aberto. Quando questionado sobre as tarefas que desempenha refere: *"Faço tudo o que o Presidente manda, seja na limpeza no exterior, como algumas tarefas no interior da Junta. Já estou aqui há tempo suficiente, e já sei como a entidade funciona. Obrigada Presidente por esta oportunidade"*.



Paulo Garcia

Ivo Moreira, presidente da Junta de Freguesia de Arroios, evidencia a importância da responsabilidade social na inclusão de pessoas portadores de deficiência: *"Ao longo dos últimos anos na Junta de Freguesia de Arroios, conseguimos mostrar que se as instituições semelhantes à nossa tiverem o cuidado de se adaptar e reorganizar em função das necessidades dos colaboradores com incapacidade, as tarefas e deveres com atendimento ao público, limpeza e manutenção de espaços verdes, assistentes operacionais nas escolas primárias, entre outras, conseguem ser desempenhadas em toda a sua plenitude e profissionalismo. A nossa responsabilidade social enquanto responsáveis por uma organização pública, o facto de na nossa freguesia estarem identificados casos de pessoas com deficiência com muita dificul-*

Já estou aqui há tempo suficiente, e já sei como a entidade funciona. Obrigada Presidente por esta oportunidade”.

Ivo Moreira, presidente da Junta de Freguesia de Arroios, evidencia a importância da responsabilidade social na inclusão de pessoas portadores de deficiência: *“Ao longo dos últimos anos na Junta de Freguesia de Arroios, conseguimos mostrar que se as instituições semelhantes à nossa tiverem o cuidado de se adaptar e reorganizar em função das necessidades dos colaboradores com incapacidade, as tarefas e deveres com atendimento ao público, limpeza e manutenção de espaços verdes, assistentes operacionais nas escolas primárias, entre outras, conseguem ser desempenhadas em toda a sua plenitude e profissionalismo. A nossa responsabilidade social enquanto responsáveis por uma organização pública, o facto de na nossa freguesia estarem identificados casos de pessoas com deficiência com muita dificuldade em acederem ao mercado de trabalho, fez com que se procurasse*

uma solução conjunta para os integrar na Junta de Freguesia e com isso continuar a prestar um papel de excelência às pessoas que cá habitam.

Ao longo das duas declarações referiu a A2000 como fundamental no apoio tanto aos clientes que acompanha, como às entidades: *“Para haver uma integração eficiente é preciso ter em conta todos os aspetos envolvidos, desde conhecer e dinamizar as diversas candidaturas ao IEFP e outras organizações disponíveis como apoios à pessoa com deficiência ou incapacidade, analisar as necessidades das juntas de freguesias, conhecer aprofundadamente as dificuldades e mais valias dos colaboradores com deficiência, perceber quais os colaboradores com capacidade e dinâmica para as diversas atividades diárias da junta de freguesia, explicar que processos e sistemas de trabalho precisam de ser alterados para promover a execução perfeita das tarefas ao acompanhamento diário e semanal junto dos mesmos na execução dessas mesmas tarefas, o apoio da*

A2000 é essencial para o sucesso de todo este processo.

Fátima Teixeira,
Técnica de Apoio



Ivo Moreira - Presidente de Arroios



Junta de Freguesia de Arroios - Vila Real

Edifício Junta de Freguesia Torneiros - Arroios, Torneiros (VILA REAL)

5000-051 ARROIOS

jfarroiosvr@gmail.com

259351480 / 935293696

Horário de Funcionamento:

08:30 às 13:00 - Segunda a Sexta

19:00 às 21:00 - Terças e Sextas



Serviços de Ótica e de Optometria de Excelência



- Consultas de Optometria Clínica e Contactologia Clínica (todas as faixas etárias);
- Terapia Visual;
- Avaliação para declaração de Carta de Condução, entre outros.

/OBilaOtica



@obilaotica_cons.optometria



Direção Técnica:
Dr.^a Cátia Monteiro,
licenciada em Optometria e Ciências da Visão Pela Universidade, membro APLO n.º 543

🏠 Av. João Paulo II Bloco C, Lote 21, Loja 2
5000-198 Vila Real

📧 obilaoticageral@gmail.com

☎️ 914 109 314

Assembleia Geral Ordinária

Dia 31 de março realizou-se na sede da A2000 a Assembleia-Geral Ordinária em regime misto (presencial e através da plataforma Zoom para sócios, clientes e colaboradores) para apresentação e aprovação do Relatório e Contas de Gerência 2022. Este documento também reúne informação de avaliação dos indicadores expressos no Plano Estratégico 2020-2023.

Nos dois últimos anos constatou-se que a lista de indicadores teria que ser atualizada, bem como as suas taxas, o que se realizou. Assim no atual Relatório e Contas já estão atualizados os indicadores e as taxas, mantendo-se o enquadramento no Sistema de Gestão da Qualidade.

Neste ano de 2022, no 1º semestre, a Pandemia COVID-19 ainda teve algum impacto negativo no desenrolar dos serviços: houve um confinamento obrigatório e alguns confinamentos de técnicos e clientes por profilaxia ou por terem contraído a doença COVID-19, mas no 2º semestre já tudo voltou à “normalidade” e as atividades em grande grupo e no exterior já se puderam executar.

O Plano Estratégico para melhor enquadramento das várias componentes organizacionais estabeleceu um esquema, o qual se apresenta aqui, para melhor compreensão da estrutura deste Relatório que tem de responder ao sistema de qualidade EQUASS (European Quality Assurance for Social Services):

PLANO ESTRATÉGICO	PRINCÍPIOS EQUASS envolvidos
1. Clientes e Serviços	Direitos Parcerias Participação Abordagem Centrada na Pessoa Abrangência
2. Aprendizagem e Desenvolvimento	Recursos Humanos Orientação para os Resultados Melhoria Contínua
3. Gestão Estratégica	Liderança Ética

Este esquema revela que o desempenho organizacional se enquadrou em três vertentes, apresentadas por esta ordem porque facilita o descritivo, o qual resumidamente se caracteriza da seguinte forma:

1. Clientes e Serviços

Estas duas vertentes aparecem juntas, porque como os serviços são de foro social, o cliente é peça fundamental e indissociável da prestação do serviço.

A vertente **Clientes** abrange o cliente no seu todo, mas principalmente a satisfação das necessidades identificadas por este, procurando a organização que melhor lhe proporciona um aumento de valor, seja na inclusão ou noutra qualquer aspeto da qualidade de vida.

A vertente **Serviços** engloba todos os processos internos e sua melhoria contínua, garantindo que as respostas proporcionadas tenham cada vez maior eficácia e eficiência e satisfaçam os clientes.

Sendo a A2000 uma IPSS, os serviços existem para satisfazer as necessidades e expectativas dos clientes e proporcionar-lhes mais valias; por sua vez, os clientes são fator de desenvolvimento dos serviços, graças ao seu feedback e participação contínua, ou seja, estas duas vertentes são bastante indissociáveis, pelo que neste documento se optou por abordá-las juntas.

Assim, o Relatório e Contas compila as taxas de execução e resultados dos objetivos previstos no Programa de Ação e Orçamento, as quais se distribuem pelos diversos serviços, como a seguir se descreve:

1.1. SERVIÇOS FORMATIVOS

a) Formação Profissional - Qualificação de pessoas com deficiência e incapacidade envolveu as modalidades de formação inicial e formação contínua e decorreram 2 projetos em simultâneo (POISE-03-4229-FSE-000283 e POISE-03-4215-FSE-000028) em 6 locais: Peso da Régua (sede da A2000), Baião, Resende, Chaves, Tabuaço e Armamar.

No seu conjunto, os serviços formativos envolveram:

- 242 formandos;
- 18014 horas de formação ministradas;
- um volume de 183537 horas, nos 2 projetos;

b) Formação Pedagógica Inicial de Formadores



– decorreu um curso de 96 horas que envolveu 15 formandos, obtendo um volume de 1349,5 horas.

1.2. SERVIÇOS NÃO FORMATIVOS

Intervenção Precoce na Infância (IPI): o Acordo de Cooperação com a Segurança Social é para 30 crianças dos 0 aos 6 anos de idade, mas os técnicos da A2000 tiveram a gestão de caso de 52 crianças e seus familiares e participaram com os restantes elementos da ELI no serviço prestado às crianças de 4 concelhos (Peso da Régua, Mesão Frio, Sta. Marta de Penaguião e Mondim de Basto).

Espaços de Convívio (EC): envolveu os Espaços de Convívio em cinco freguesias do concelho de Sta. Marta de Penaguião (Fontes, Sever, União de Freguesias de Louredo e Fornelos, União de Freguesias de Lobrigos e Sanhoane, Alvações do Corgo); duas freguesias do concelho de Peso da Régua (União de Freguesias de Poiães e Canelas; União de Freguesias de Galafura e Covelinhas) e uma do concelho de Lamego (União de Parada de Bispo e Valdigem), com ações diversas, para 132 idosos.

Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP): envolveu 3 Medidas do IEFP e abrangeu 211 pessoas, das quais terminaram o serviço 133.

Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social (CAARPD): que é uma resposta social, com Acordo de Cooperação para 75 pessoas, envolveu duas modalidades - “Atendimento e Acompanhamento” e “Reabilitação Social” - e abrangeu 90 pessoas.

Programa de Financiamento a Projetos do Instituto Nacional para a Reabilitação (INR) que envolveu 1 projeto - “Se tu fosses eu?” – o qual decorreu em 3 concelhos - Armamar, Murça e Tabuaço - tendo envolvido 31 pessoas.

Contrato Local de Desenvolvimento Social (CLDS-4G Murça Milhões de Esperanças): que decorreu em Murça e envolveu ações em 14

atividades dos seus 3 eixos. Abrangeu 183 participantes (crianças, jovens, adultos, idosos e pessoas com deficiência).

Centro de Recursos para a Inclusão (Ministério da Educação): iniciou atividade em setembro, tendo abrangido 4 Agrupamentos de Escolas dos concelhos de Peso da Régua, Sta. Marta de Penaguião, Murça e Mesão Frio. No total abrangeu 58 crianças.

2. Aprendizagem e Desenvolvimento

Esta vertente reúne tudo o que diz respeito aos recursos humanos, físicos, tecnológicos e competências necessários ao desenvolvimento da organização, bem como atende a toda a informação resultante do funcionamento dos serviços. Da análise de todos estes inputs resulta sempre uma aprendizagem que produzirá o impulso para o passo seguinte, que poderá ser de melhoria ou de inovação, potenciado pelo benchmarking/benchlearning que esteja a decorrer.

Este capítulo compila os resultados alcançados ao nível da participação, satisfação e desempenho dos stakeholders (clientes diretos, colaboradores, voluntários, parceiros, fornecedores e financiadores) de todos os serviços. Assim:

Ao nível dos **parceiros**, existiram 166 destes 22 foram estratégicos.

Em termos de **colaboradores**, durante o ano de 2022, colaboraram 92 pessoas: 53 pessoas com Contrato de trabalho; 6 em regime de Prestação de Serviços, 33 pessoas com Medidas ativas de emprego do IEFP (10 CEI+; 3 CEI; 10 Estágios Profissionais; 10 MAREES).

A 31 de dezembro permaneciam 63: 49 Contratos de Trabalho; 4 Prestações de Serviço e 10 Medidas Ativas de Emprego (7 CEI+; 3 Estágios Profissionais).

Quanto a **fornecedores**, a A2000 envolveu 62, alguns transitaram do ano anterior, porém em dezembro apenas permaneciam 39. Destes, 34 fornecedores submeteram-se a procedimentos de contratação pública via plataforma eletrónica de contratação públi-

ca; os restantes fornecedores foram contratados ao abrigo do Ajuste Direto - Regime Simplificado do código dos Contratos públicos.

Quanto aos **"Recursos Físicos"** mantiveram-se as instalações existentes em 8 concelhos (Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião; Baião, Resende, Armamar, Tabuaço, Murça e Chaves), dos 16 concelhos que constituem a zona de intervenção da A2000 (Peso da Régua, Santa Marta de Penaguião, Mesão frio, Mondim de Basto, Vila Real, Vila Pouca de Aguiar, Chaves, Sabrosa, Alijó, Murça, Carrazeda de Ansiães, Armamar, Lamego, Tabuaço, Resende, Baião).

Foram aprovados e implementados **novos projetos**: alargamento do território de abrangência do CRIP e, implementação de 1 novo projeto do INR, início de um novo Espaço de Convívio e de um novo serviço – CRI – que abrangeu 4 Agrupamentos de Escolas. Assim, aumentaram e diversificaram-se as fontes de financiamento.

Em 2022, foi aprovado pela Segurança Social o **projeto PARES** (Programa Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais – 3ª Geração) para instalação de 2 Lares Residenciais, 1 CACI (Centro Atividades e Capacitação para a Inclusão) e 2 Residências Autónomas.

Iniciou-se a realização de obras de **requalificação da antiga residência** dos Salesianos.

Neste capítulo cumpriram-se 69% dos indicadores.

3. Gestão Estratégica

Esta vertente, tradicionalmente, engloba todos os aspetos que garantem a saúde financeira e de sustentabilidade da entidade. Contudo, como a maioria das atividades da A2000 resultam de candidaturas (com princípio e fim) ou de respostas sociais atípicas, cujo financiamento poderá um dia não ser renovado, existe uma fragilidade constante a este nível. É um risco assumido, desde sempre, pelos órgãos de gestão que exige destes um foco na execução dos planos previstos para garantir os financiamentos, uma procura contínua de outras fontes



de financiamento – que continuará a marcar o próximo quadriénio – porém, e porque é uma IPSS, todo este foco financeiro decorre, sem que a A2000 se afaste da Missão, valores e princípios éticos que defende e promove.

Neste ano de 2022, com o início da guerra na Ucrânia e com o aumento da inflação, a despesa da A2000 aumentou, paralelamente percebeu-se que o projeto PARES (Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais) também viu inflacionados os valores previstos para a execução, o que exigiu o recurso à Banca para reunir o financiamento necessário à concretização do projeto.

Os **financiadores** foram: Fundo Social Europeu (FSE) e o Estado Português (IEFP; ISS; ME(DGEstE); INR); o Município de Peso da Régua; o Município de Sta. Marta de Penaguião; o Município de Armamar; o Município de Tabuaço; o Município de Murça, o Município de Mesão Frio; Município de Alijó; Município de Carrazeda de Ansiães; Freguesias: União de Freguesias de Poiães e Canelas; a União de Freguesias Galafura e Covelinhas; União de Freguesias de Lobrigos (S. Miguel, S. João e Sanhoane); União de Freguesias de Louredo e Fornelos; Freguesia de Fontes; Freguesia de Sever; Freguesia de Alvações do Corgo; União de Freguesias de Parada do Bispo e Valdígem; União de Freguesias de Vila Seca e Sto. Adrião; Associação Cultural, Social, Desportiva e Recreativa de Galafura.

Outros financiadores - mais de 72: autarquias, empresas e particulares que realizaram doações e estão descritos no site da A2000 como "doadores do mês"; e muitos outros, ((cujos montantes, se cifraram abaixo dos 500,00€. (...)

(...) Neste capítulo cumpriram-se 78% dos indicadores.

Por fim, a última parte deste Relatório apresenta a análise das Contas de toda a atividade da A2000, à data de 31 de dezembro de 2022.

Segue-se, neste documento e de acordo com as taxas do Programa de Ação e Orçamento para o ano de 2022, os resultados obtidos estruturado nas três vertentes acima descritas e de acordo com os 10 objetivos estratégicos, descrevendo-se, para cada um, as taxas relativas a cada indicador.

No global, face à totalidade de indicadores, para o ano de 2022, cumpriram-se 79% dos indicadores.

Contas de gerência 2022

pela análise das Demonstrações Financeiras (Balanço e Demonstração de Resultados por naturezas), à data de 31 de dezembro 2022, auditadas e certificadas legalmente por Revisor Oficial de Contas Independente, verifica-se que:

O rendimento total foi de 2.167.468,59€ (2021, 1.971.997,72€) e a despesa global de 2.055.718,59€ (2021, 1.912.197,30€).

A A2000 recebeu, durante o exercício de 2022, um conjunto de subsídios cujo montante ascendeu a 1.937.612,35€ (2021, 1.798.548,06€).

As Demonstrações Financeiras evidenciam um resultado líquido positivo de 111.750€

(2021, 59.800,42€).

O Conselho Fiscal emitiu o competente parecer que o Relatório de Gestão da Direção, as Demonstrações Financeiras e a Aplicação de resultados fossem aprovadas, o que se veio a verificar nesta Assembleia - Geral.

O Relatório e Contas de Gerência 2022 da A2000 é público e está disponível na sua totalidade no site www.a2000.pt.

Marina Teixeira,
Diretora Técnica

março a dezembro 2023



Armamar
Peso da Régua
Tabuaço

Finalidade:

Contribuir para a inclusão, cidadania e autorrepresentação da pessoa com diversidade funcional, aliando a capacitação/ formação dos serviços públicos ou privados, de modo a fomentar as condições promotoras da cidadania e do exercício dos seus Direitos fundamentais.



Projeto Cofinanciado pelo INR, I.P.





CLDS 4G MURÇA

MILHÕES DE ESPERANÇAS



A NOSSA INTERVENÇÃO

O TRABALHO SOCIAL É A MANIFESTAÇÃO DA FORÇA CRIATIVA DE UMA EQUIPA, ONDE DA AÇÃO DE CADA UM NÓS, DEPENDE O DESTINO DE TODOS.

EMPREGO, FORMAÇÃO E QUALIFICAÇÃO



EIXO I

No Eixo I - emprego, formação e qualificação, o mês de Março foi particularmente frutífero para Murça e regiões limítrofes, no que toca a ofertas de emprego e formação. Neste seguimento, foram realizadas várias ações com o objetivo de capacitar e qualificar os participantes para o mercado de trabalho de acordo com os seus objetivos pessoais. Além disso, o projeto continua a investir no empreendedorismo jovem, com sessões que culminarão num evento a realizar em breve no nosso concelho. Estamos confiantes de que essas iniciativas vão ajudar muitos jovens a encontrar novas oportunidades profissionais.

INTERVENÇÃO FAMILIAR E PARENTAL



EIXO II

O Eixo II, manteve o seu compromisso e a equipa voltou a contar com a presença da DECO, que realizou uma sessão de capacitação familiar subordinada ao tema "consumidores conscientes, compras inteligentes". O guia da atividade de coaching parental, também já está disponível na nossa página de Facebook e continua a ser uma fonte importante de informação para quem quer conhecer o nosso trabalho. A equipa continuará a trabalhar para promover o bem-estar das famílias e o desenvolvimento de competências parentais.

PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO ATIVO



EIXO III

Por fim, no Eixo III desenvolveu atividades que visaram a promoção da qualidade de vida dos idosos da região, nomeadamente com as atividades de desporto, e informática. Festejamos o dia da mulher com a ajuda dos nossos jovens voluntários e em parceria com o CAI de Jou e dinamizamos um workshop sobre auto-estima na população idosa. O acompanhamento da UCC de Murça pelas freguesias continuam a ser uma prioridade, de forma a manter os idosos ativos e integrados na comunidade.

Cofinanciado por:



PARTICIPAÇÃO NA AÇÃO DE REFLORESTAÇÃO DAS ÁREAS ARDIDAS NO CONCELHO DE MURÇA

ORGANIZAÇÃO: QUERCUS, COOPERATIVA OLIVICULTORE DE MURÇA

O CLDS 4G Murça participou também numa ação de reflorestação das áreas ardidas no concelho de Murça.

Para isso, no âmbito da atividade 11 - Espaço J, organizamos duas equipas distintas, sendo uma delas composta por pessoas com deficiência e incapacidade e uma outra equipa que resultou num encontro de pais e filhos, colocando a intergeracionalidade ao serviço da comunidade.

Um ato simbólico, que traduziu de forma clara as questões que retratamos ao longo de diferentes atividades com o público em questão, quer em atividades de campos de férias, quer em atividades temáticas pontuais.

Foi um momento de grande importância para todos os Murcenses, para além de contribuir para a recuperação das áreas que foram afetadas pelos incêndios, também ajudou a sensibilizar a população para a importância da preservação ambiental.

Os participantes foram acompanhados por especialistas que explicaram o processo de plantação de árvores, bem como a importância da reflorestação para a região.

A reflorestação foi um sucesso, não só pelo impacto ambiental positivo que teve, mas também pela mobilização e envolvimento de toda a comunidade.

O CLDS 4G Murça - Milhões de Esperanças mantém o seu compromisso na promoção do desenvolvimento socioeconómico e sustentável da região e continuará a desenvolver ações e iniciativas que visem a melhoria da qualidade de vida da população local.

A equipa está entusiasmada com os resultados alcançados em Março e está ansiosa para continuar a trabalhar em conjunto com a comunidade.



"JUNTOS, ESTAMOS A
FAZER A DIFERENÇA EM
MURÇA."



Cofinanciado por:





FREGUESIA

FIOLHOSO



Rua das Bagaças, n.º 3, 5090-052 Fiolhoso

259 518 094

juntafiolhoso@hotmail.com

Horário de atendimento ao público:
2.ª a 6.ª feira - 09:00/12:30 - 14:00/17:00



Poiares - Peso da Régua

Março... o nosso mês!

A 1 de março de 2023 foi dia de darmos as boas vindas a mais um grupo de formandos que inicia o seu percurso formativo na Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento - A2000.

A frequentarem as instalações da sede da A2000, em Poiares, os elementos selecionados são de diversos pontos geográficos. Temos formandos vindos das várias freguesias de Vila Real e de distintas localidades dos concelhos de Santa Marta de Penaguião e Peso da Régua.

Os formandos integram o Curso 12 – Ação 1 - Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, um novo referencial formativo, que encerra 2900 horas.

O grupo é bastante heterogéneo, os seus elementos possuem características muito próprias, com gostos e interesses distintos. Alguns com experiência profissional e outros ansiosos por a adquirir.

Desde que iniciaram o curso já participaram num conjunto de atividades, com as quais adquiriram novos conhecimentos e

aprofundaram muitos outros através do valor da partilha. Executaram a plantação de alguns legumes e frutos da época e visitaram o pomar e a horta da A2000, onde identificaram algumas árvores de fruto e sementeiras.

Está a ser uma experiência nova, com pessoas novas e com muitos sonhos para cumprir!

Curso 12 – Ação 1 - Operador de Serviços Pessoais e Comunitários

Marisa Camilo, formadora



O biscoito da Teixeira

No passado dia 20 de março o grupo do Curso 7 – Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, foi para a cozinha da A2000 confeccionar biscoito, mas não foi um qualquer foi o “Biscoito da Teixeira”. É importante passar uns para os outros aspetos tradicionais das regiões vizinhas.

A ida deu-se no âmbito da UFCD 3542 – Animação em Instituições – técnicas e atividades, no conteúdo de culinária, passar aos formandos formas de poder fazer com que o idoso se sinta útil, participativo, importante e ainda estar ativo, a UFCD tem como objetivo desenvolver atividades de animação com pessoas idosas, no seu domicílio e em meio institucional.

Foi necessário à confeção uma dúzia de ovos, 1kg de farinha, 500 g de açúcar,

limão, bicarbonato de sódio e manteiga, de seguida juntamos os ingredientes, adicionou-se primeiro os ovos e o açúcar, aos poucos adicionamos farinha, para que não ganhe “gomos”, adicionamos raspa de limão e para finalizar o bicarbonato de sódio, isto é tudo batido à mão e com as mãos assim como se fazia antigamente.

Os formandos ficam em êxtase neste tipo de atividades, pois é realmente algo que gostam de fazer, é algo diferente do dia-a-dia, têm sempre muito interesse de como se faz e estão sempre a querer fazer, porque a cada ingrediente que colocavam,



perguntavam sempre “posso ser eu a pôr?”.

Enquanto íamos fazendo ia contando curiosidades de antigamente da confeção do biscoito em tempos passados.

Curso 7- Ação 1– Operador de Serviços Pessoais e Comunitários

Jéssica Ribeiro, Formadora

Manhã repleta de aprendizagens, cheiros e sabores!!

A 23 de março foi dia de regressarmos à cozinha para confeccionarmos uma bela de uma refeição. Esta atividade surgiu no âmbito da UFCD 3332 – Alimentos: Características e Confeção.

Foi logo pela manhã que nos deslocámos para a cozinha da A2000 onde começámos a preparar o mise-en-place daquele que seria o nosso almoço: paté de delícias (entrada), filetes de pescada com salada russa (prato principal) e doce da casa (sobremesa).

Inicialmente, começámos por tratar dos legumes, descascar e cortar as batatas e as cenouras. Depois avançámos para a confeção do pudim que faria parte da nossa sobremesa, pois era necessário que arrefecesse antes de ser usado. Também temperámos os nossos filetes com sal, alho e limão para ficarem com um sabor bem apurado.

De seguida, avançámos para a cozedura das batatas, cenouras, ervilhas e ovos e demos início à confeção da nossa entra-

da. Para tal, triturámos as delícias juntamente com os ovos, a esta mistura adicionámos maionese e ketchup e também sal e pimenta branca, como temperos. E a nossa entrada estava pronta.

Chegou o momento de prepararmos a nossa sobremesa, cada um preparou a sua. Começamos por molhar uma bolacha em café e colocamo-la no fundo de um copo, depois juntamos um pouco de pudim de caramelo, voltamos a molhar uma bolacha em café e colocamos por cima do pudim. Por fim, enchemos o resto do copo com natas (batidas anteriormente) e finalizamos com bolacha desfeita.

Por fim, usamos a técnica fritar para confeccionarmos os nossos filetes que foram individualmente passados por farinha e ovo antes de irem para a frigideira. En-



quanto se fritaram os filetes, descascaram-se os ovos e partiram-se em pedaços pequenos para se adicionarem às batatas, cenouras e ervilhas da nossa salada russa.

Finalmente, chegou a hora de degustarmos o almoço confeccionado por nós. Foi uma manhã diferente, cansativa mas repleta de aprendizagens, cheiros e sabores.

Curso 1- Ação 1 – Assistente Operacional

Marisa Camilo, Formadora



Ser Mulher e Empreendedora

No âmbito da UFCD6374 PCDI – Empreendedorismo, os formandos do Curso - 9 - Ação 1 - Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, a decorrer em Tabuaço, receberam na sala de formação a visita de Graça Ferraz (mais conhecida por Gracinha), proprietária de um pronto-a-vestir localizado na vila de Tabuaço, desde 1993.

Esta visita teve como objetivo identificar as características ao empreendedorismo e conhecer alguém com as características de um empreendedor: otimismo, iniciativa, criatividade, conhecimento, inovação, relacionamento interpessoal, capacidade de liderança e capacidade de organização.

Foi uma tarde cheia de partilha onde a convidada nos contou a história da sua vida e nos deu o seu testemunho de resiliência e força de vontade para manter este negócio a prosperar há quase 30 anos.

Segundo Graça Ferraz, hoje tem a vida facilitada pelas novas tecnologias, mas quando começou o seu negócio, era tudo mais complicado. “É preciso gostar e devemos sempre pensar pequenino, com os pés bem assentes na terra. É importante ter conhecimento e de gostar de

lidar com o público. Devemos excluir da nossa vida tudo o que não é positivo.”

Em 2019 decidiu abrir uma segunda loja na vila de Moimenta da Beira pois segundo ela “já não conseguia crescer mais em Tabuaço”.

Durante a pandemia teve de dispensar pessoal, mas apesar das dificuldades, desistir nunca fez parte dos seus planos porque considera-se uma “pessoa de desafios” e gosta de encarar a vida com alegria e positivismo.

Esta visita aconteceu no dia 8 de maio, Dia Internacional da Mulher, tornando o momento ainda mais especial.

Agradecemos à Dona Gracinha pela disponibilidade e confiança em partilhar connosco a sua história e servir de inspiração a alguns que, tendo um sonho, jamais desistam de o concretizar.

No dia 2 de março o grupo realizou uma visita ao Museu de Arqueologia e Numismática de Vila Real. Esta visita foi inserida nas componentes de Matemática para a Vida e Cidadania e Empregabilidade, com os seguintes objetivos: observar moedas da época Romana; conhecer a evolução da moeda ao longo dos tempos; reconhecer a forma como pode ser utili-

zada a moeda do EURO; conviver em grupo e interagir com os outros.

Aquando da visita ao Museu de Arqueologia e Numismática foi explicado aos formandos a forma como foram evoluindo as moedas e sobretudo as transações monetárias. Visualizaram distintas moedas, de várias épocas que foram encontradas em vários locais do país.

Este curso de formação é cofinanciado pelo Fundo Social Europeu (FSE) e pelo Estado Português, através do Portugal 2020 - Programa Operacional Inclusão Social e Emprego (POISE) - Tipologia da Operação 3.01- Qualificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade.

Isabela Lima e Sofia Barros,
formadoras



PO ISE - Programa Operacional Inclusão Social e Emprego

● TO 3.01 - Qualificação de Pessoas com Deficiência e ou Incapacidade

Formação Inicial (em regime laboral)

- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade - 2900 horas
- Auxiliar de Serviços Gerais - 2900 horas
- Assistente Operacional - 2900 horas
- Operador de Serviços Pessoais e Comunitários - 2900 horas

Formação Contínua (em regime laboral)

- Auxiliar Infantil - 400 horas
- Promoção da Empregabilidade - 400 horas
- Empregado de Restauração - 175 horas
- Competências para o Trabalho num Mundo Digital - 400 horas
- Auxiliar Educativo - 150 horas
- Operador de Loja - 125 horas
- Desenvolvimento de Competências Socioprofissionais - 400 horas

Locais de Formação

Peso da Régua | Resende | Baião | Chaves | Armamar | Tabuaço | Carrazeda de Ansiães

Cofinanciado por:



PO ISE
PROGRAMA OPERACIONAL
INCLUSÃO SOCIAL
E EMPREGO



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Resende - Curso 1 – Ação 9 – Assistente Operacional termina o seu percurso na A2000

No dia 10 de março de 2023, o Curso 1 – Ação 9 – Assistente Operacional de Resende, terminou o seu percurso de formação na A2000. Durante o primeiro ano os formandos realizaram formação em sala, relembrou e melhoraram as suas competências escolares, pessoais, sociais e profissionais. Este ano foi essencial para os formandos explorarem e desenvolverem as competências necessárias para no ano seguinte integrar a Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT). A FPCT permite à maioria dos formandos o primeiro contacto com o mercado do trabalho e, muitas vezes, é através desta oportunidade que conseguem alcançar o seu primeiro emprego. A integração profissional é indubitavelmente um fator muito importante no desenvolvimento pessoal e na integração social de todos os cidadãos e os nossos formandos não são exceção.

Mas este percurso chegou ao fim e o último dia foi pautado por muita alegria por terminarem o curso com sucesso, mas também tristeza, por se despedirem de todos os profissionais que os acompanharam e apoiaram ao longo deste tempo, mas acima de tudo, pelas amizades que conseguiram construir. Ao longo destes dois anos trabalhamos com eles a valorização das suas capacidades, o saber ser, saber estar e o saber fazer, fazendo-os acreditar neles próprios, nas suas competências e lutar pelos seus sonhos!

No final da FPCT, várias entidades das que acolheram os formandos na realização da FPCT facilitaram a sua integração profissional. Todas as integrações só foram possíveis através das medidas do IEFP, divididas em Contratos de Emprego e Inserção + e Estágios Inserção, permitindo aos formandos continuar a desenvolver as suas competências pessoais, sociais e profissionais.

A A2000 agradece a cooperação e a sensibilidade às seguintes entidades: **Câmara Municipal de Resende, Centro Escolar de S. Martinho de Mouros, Casa do Povo de Resende, Irmandade S. Francisco Xavier, Santa Casa da misericórdia de Resende, Bruno Ribeiro e Eugénio de Sousa, Lda. e Daniel Veiga Unipessoal, Lda.**

A todas estas entidades o nosso muito obrigado, pois sem elas não concretizaríamos a Nossa Missão!

“Gostei muito do tempo que passei no pavilhão, já conhecia as pessoas, sempre me dei bem com toda a gente e são todos meus amigos, ajudava na limpeza do pavilhão e no que fosse preciso!”

António Bernardo – Pavilhão Gimnodesportivo de S. Martinho de Mouros – Câmara Municipal de Resende

“Gostei muito do meu estágio, adorei o contacto com as crianças e todas as pessoas foram minhas amigas, fui uma privilegiada (...) adorava ficar a trabalhar com crianças no futuro, assim que me seja possível!”

Cláudia Isabel Miranda – Jardim-de-Infância – Santa Casa da Misericórdia de Resende

“Adoro trabalhar com idosos, foi sempre o meu sonho, espero ficar a trabalhar no lar, nada me faria mais feliz!”

Liliana Marisa Gomes – Irmandade São Francisco Xavier – S. Martinho de Mouros

“Gostei muito do tempo que estive no estágio, já conhecia as pessoas e o tempo que lá passei ajudou-me muito no meu dia a dia.”

Miguel Pinto – Bruno Ribeiro e Eugénio de Sousa, Lda. – Gestação

“Eu adorei estar no seminário, a Dona Bina ensinou-me muitas coisas e foi sempre como uma mãe para mim (...) Mais tarde no Centro Escolar de S. Martinho de Mouros não podia ser melhor, porque adoro crianças e o estágio correi muito bem! Agradeço a todas as funcionárias e à Professora Fatinha por tudo o que fizeram por mim.”

Neuza Pereira – Seminário Menor de Resende/Centro Escolar de S. Martinho de Mouros

“Adorei o meu estágio, a Mónica foi sempre uma pessoa extraordinária, foram dos dias mais felizes da minha vida.”

Paula Sequeira – Loja Social – Câmara Municipal de Resende

“Adorei o tempo que estive no estúdio de fotografia, adorei a experiência, pois sempre gostei de fotografia. Agradeço ao senhor Daniel por me ter acolhido lá e pela experiência (...) Na Santa Casa da Misericórdia o trabalho era diferente, gostei muito pois gosto muito de andar ao ar livre e as pessoas foram impecáveis!”

Paulo Monteiro – Daniel Veiga Fotografia/ Santa Casa da Misericórdia de Resende

“Gostei muito do meu estágio, tive pena de não poder acabar a formação, mas espero um dia poder voltar a trabalhar lá!”

Sónia Loureiro – Valência da Fisioterapia – Santa Casa da Misericórdia de Resende

“Gostei muito do tempo que estive no Salão de cabeleireiro, tive pena de não poder continuar lá (...) Na creche da Casa do Povo foi uma oportunidade inesquecível, as crianças são uma alegria e aprendi muita coisa (...) adorava poder trabalhar com crianças no futuro!”

Tatiana Rodrigues – Salão Patty/Santa Casa da Misericórdia de Resende

Curso 1 – Ação 9 – Assistente Operacional

Goreti Alexandre – Técnica de Acompanhamento e Inserção



Operador de Serviços Pessoais e Comunitários em Resende

No dia 6 de março iniciou, em Resende, um curso de formação inicial – Curso 13 Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, com 11 formandos. É um grupo composto maioritariamente por formandos do sexo feminino, mas heterogéneo na faixa etária, características e experiências de vida. Esta diversidade traz riqueza ao grupo através da partilha e troca de ideias e opiniões.

Na chegada à sala, todos se mostravam ansiosos com o início da formação, mas mais curiosos e expectantes com o desafio que começava naquele dia. Começámos por desejar as boas vindas a todos e realizámos uma dinâmica para a apresentação de todos os elementos. Em seguida, passámos à apresentação da A2000, sendo entregues e explorados com os formandos o Manual de Acolhimento, a Carta de Direitos e Deveres do Cliente, os Princípios e Valores da A2000 e o Referencial do Curso.

De seguida, realizámos algumas dinâmicas de grupo para os formandos comunicarem e interagirem e, assim, potenciar a integração e coesão no grupo. Posteriormente, iniciou-se a formação realizando um pequeno diagnóstico para conhecer as necessidades e potencialidades de cada formando para se adaptarem os materiais pedagógicos com o objetivo que cada um consiga realizar aprendizagens e atividades ao longo da formação.

A equipa da A2000, mais uma vez, deseja a boas vindas ao grupo e deseja boa sorte a todos, com a expectativa que seja um percurso de sucesso para todos. Um percurso de aprendizagens e capacitação.

Sónia Pereira, formadora

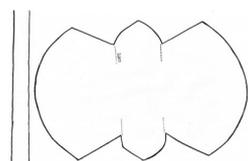
Curso 13- Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários

Sónia Pereira, formadora



Animação Pascal em Baião

No âmbito da UFCD 3542 - Animação no Domicílio e em Instituições – Técnicas e Atividades, os formandos escolheram realizar uma atividade para celebrar a Páscoa. Após uma chuva de ideias, em grande grupo, escolheram fazer uma cesta da Páscoa para colocar os ovos de chocolate e as amêndoas. Realizaram uma pesquisa na internet e selecionaram o molde de cesta, abaixo ilustrado, por considerarem adequado para realizar com os idosos. Aqui fica o exemplar do molde de cesta, bem como, alguns exemplos de decoração de cestas da Páscoa possíveis de realizar com os moldes de coelhos e cenouras.



Deitamos mãos à obra, com orientação e supervisão da Formadora Sandra,

que hoje desempenhou o papel de Animadora. Durante a realização da atividade, tínhamos o rádio ligado, música ambiente para animar os formandos "idosos", que iam trauteando as músicas conhecidas que passavam. Durante a realização a atividade, percebemos que as linhas direitas e grandes da cesta são adequadas à visão e motricidade fina dos idosos. A decoração das cestas com os coelhos e cenouras, é mais minuciosa e apresenta maior dificuldade para os idosos. No entanto, esta atividade pode ser igualmente realizada, com o apoio de familiares ou animador, para realizar o recorte dos moldes, podendo o idoso escolher as cores e realizar a colagem.

Após uma tarde de animação bem passada, com música e trabalhos manuais, percebemos a importância da animação com os idosos. Além da realização da

atividade, que trabalha a atenção, concentração, coordenação motora e motricidade fina, a animação também promove a comunicação, o relacionamento interpessoal, a partilha, a solidariedade e a boa disposição. Para todos, foi uma tarde produtiva e divertida. Aqui ficam as nossas cestas, falta o recheio!

Curso 5 - Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários



Carrazeda de Ansiães

A Importância das Plantas no Ambiente

No âmbito da UFCD 3522 APCDI - Tratamento de Plantas e Animais os formandos do Curso 10 - Ação 1- Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, a decorrer em Carrazeda de Ansiães, construíram o boneco ecológico Relvinhas e um suporte para incenso.

O objetivo desta atividade foi despertar os formandos para a importância do meio ambiente assim como as regras básicas necessárias para o correto tratamento das plantas.

Todos sabemos que é crucial preservarmos o ambiente para que as futuras gerações tenham um mundo mais limpo e rico em recursos naturais. Assim, em grande grupo, os formandos arregaçaram as mangas e sujaram as mãos de terra para construir o Relvinhas.

Quem quiser fazer em casa é muito simples e económico. Basta uma meia transparente, algumas sementes de erva de gato e terra. Para decorar, olhos ou botões e fitas coloridas.

Instruções para execução:

1. Coloca no fundo da meia uma colher cheia de sementes;
2. Enche com terra, tendo o cuidado de deixar as sementes no fundo;
3. Dá um nó na meia, formando uma bola;
5. Cola os olhos;
6. Desenha a boca com a tinta de relevo;
7. Coloca o boneco na base com um pouco de água e rega-o ligeiramente, por cima.

Para além desta atividade recolheram no exterior algumas folhas verdes de tamanho grande e realizaram o decalque das mesmas em pasta de modelar, pintaram e construíram um bonito suporte para in-

censo para oferecerem no dia 19 de março ao Pai.

Este curso de formação é cofinanciado pelo Fundo Social Europeu (FSE) e pelo Estado Português, através do Portugal 2020 - Programa Operacional Inclusão Social e Emprego (POISE) - Tipologia da Operação 3.01- Qualificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade.

Curso 10- Ação 1 - Operador de Serviços Pessoais e Comunitários

Isabela Lima, Formadora



DOADOR DO MÊS



Mesão Frio - Santo André
Um lugar com História.
Visite-nos!



Praça do Pelourinho, n.º 45 B
5040-314, Mesão Frio
254 891 927
freguesiasantoandre@sapo.pt



Curso Novo em Armamar

No passado dia 6 de Março iniciou no concelho de Armamar, mais concretamente nas instalações da Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento um novo curso de Formação Profissional que se intitula "Curso 4 – Ação 1 – Assistente Operacional". Este curso tem a duração de 2900 horas, sendo que 1800 horas são de formação em sala e as restantes 1100 horas são de FPCT (Formação Prática em Con-

texto de Trabalho). O objetivo é que os nossos clientes adquiram competências escolares, sociais e profissionais e que no fim da formação consigam ter uma melhor qualidade de vida estando assim mais autónomos, independentes e integrados no mercado de trabalho.

A turma é constituída por clientes do concelho de Armamar, sendo estes de distintas Freguesias. É composta por dois rapazes e dez raparigas, sendo que

é um grupo heterogéneo no que concerne a competências.

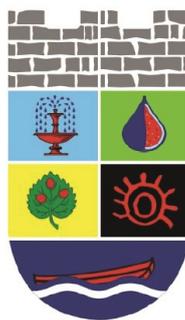
Dois anos desafiantes e enriquecedores se avizinham para estes novos clientes!

Curso 4 - Ação 1 – Assistente Operacional

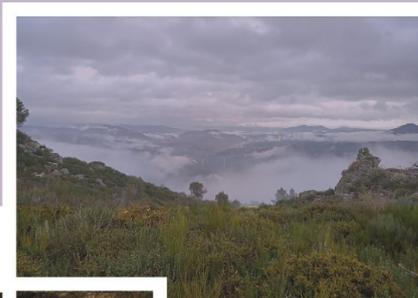
Sofia Barros, formadora



DOADOR DO MÊS



UNIÃO DAS FREGUESIAS DE
CARLÃO
e **AMIEIRO**



PR2
ALJ **TRILHO DA SENHORA DA CUNHA**
UNIÃO DAS FREGUESIAS DE CARLÃO E AMIEIRO
FREGUESIA DE ALJÓ/FREGUESIA DE SÃO MAMEDE DE RIBATUA - ALJÓ

PR4
ALJ **TRILHO DE SANTA EUGÉNIA - CARLÃO**
FREGUESIA DE SANTA EUGÉNIA / UNIÃO DAS FREGUESIAS DE CARLÃO E AMIEIRO
- ALJÓ

PR3
ALJ **TRILHO DE CARLÃO - CALDAS DE CARLÃO**



Conheça os nossos percursos pedestres

Rua do Fundo do Povo
5070-205 Carlão

jfcarlao@cm-alijo.pt
259 658 053

Horário de Funcionamento
Quarta: 9h - 21h

O Mês de Março por Chaves

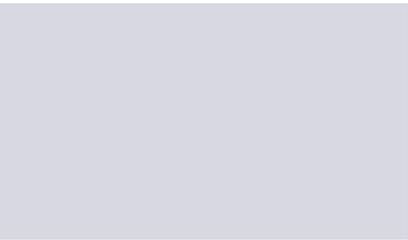
No âmbito das UFCD 3542 – Animação no domicílio e em instituições – técnicas e atividades e 7340PCDI – Acompanhamento da criança, muitas foram as aprendizagens adquiridas e os conhecimentos que obtivemos.

Realizámos atividades engraçadas, onde nos divertimos bastante. Fizemos uma atividade de simulação de cuidados de higiene no bebé (banho e troca de fraldas). Demos então banho à Valentina e trocamos a fralda ao Max (bonecos que batizámos!) aprendendo assim todos os cuidados de higiene e conforto que a criança deve ter. Alguns levaram esta atividade tão a sério que estavam nervosos e com medo de errar com os “pequenotes”.

Fizemos também duas visitas de estudo no contexto da UFCD 3542, com o objetivo de perceber e participar nas atividades de animação que se podem fazer com os idosos nas instituições e reconhecer atividades de lazer/cultura como um combate à solidão na terceira idade e como um benefício para a saúde do idoso. Visitamos então o Lar Casa de Santa Marta e as Termas de Chaves. Aproveitamos para agradecer a estas instituições pela disponibilidade e simpatia com que nos receberam e

por todos os conhecimentos que nos transmitiram. Aos idosos que carinhosamente nos acolheram nas suas atividades e partilharam connosco um bocadinho da história das suas vidas, o nosso muito obrigada!

Curso 6 – Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários,
Raquel Santos, Formadora



CRI

Centro de Recursos para a Inclusão

Zona de intervenção da A2000



IPI

Intervenção Precoce na Infância

Santa Marta de Penaguião | Peso da Régua

Mesão Frio | Mondim de Basto

CAARPD

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

Distrito de Vila Real



SEGURANÇA SOCIAL

Medidas:

■ Atendimento e Acompanhamento Social

■ Reabilitação Social

Formação Pedagógica Inicial de Formadores

Poiães - Régua e limítrofes

Certificado de Competências Pedagógicas (CCP)



IEFP

Espaços de Convívio

Idosos autónomos e isolados

Concelho de Santa Marta de Penaguião



Concelho de Peso da Régua



Concelho de Lamego



Espaços de Convívio

“Ninguém é igual a ninguém. Todo o ser humano é um estranho ímpar”

Carlos Drummond de Andrade

É mesmo assim, “ninguém é igual a ninguém”, somos todos iguais enquanto seres humanos, mas diferentes enquanto seres autónomos. Cada um de nós tem um caminho único e irrepetível, uma existência singular. Conhecermo-nos ajudar-nos-á a identificar o nosso próprio potencial e a viver a vida mais intensa e conscientemente.

Assim, em março, nos Espaços de Convívio decidimos debruçar-nos um pouco sobre o autoconhecimento, mais propriamente sobre o perfil comportamental de cada um de nós.

Aprendemos que o comportamento é algo que não é estático, que pode ser mudado ou ajustado ao longo da vida. Ele não nos diz quem somos, mas como estamos.

Há fatores que o influenciam, nomeadamente o ambiente e as pessoas com as quais convivemos, as fases da vida, a própria sociedade – as crenças religiosas e culturais, as condições económicas e sociais - e a genética. Há quem diga que somos o reflexo do que acontece à nossa volta.

Neste âmbito, e para tornar este tema mais divertido e interessante, aplicámos um teste comportamental, do americano *Ned Hermann*, onde são traçados quatro modelos que indicam as características centrais de cada um dos perfis comportamentais, fazendo uma metáfora com alguns animais: **Águia – idealizadora; Gato – comunicador; Lobo – organizado; Tubarão – executor.** Os resultados foram muito interessantes e cada um de nós se reviu no perfil que nos calhou, o que, obviamente, proporcionou momentos de reflexão, mas também de diversão.

Também as Mulheres não foram esqueci-

das este mês e, na sequência das comemorações do Dia a elas dedicado, trabalhamos diversas competências, nomeadamente as linguísticas, traçando, em cada Espaço de Convívio, o perfil da mulher atual adjetivando-a com as suas qualidades e defeitos, afinal é isso que faz da Mulher um ser tão especial...

Entretanto começou a Primavera e com ela um cheirinho a cor e calor. Nos Espaços de Convívio decidimos presenteá-la com algumas das nossas habilidades manuais, decorando as nossas salas a preceito com quadros originais e arranjos florais feitos em papel e papelão. O elemento comum a todas é a criatividade e a cor. Após um trabalho árduo, ficámos felizes com o resultado final, o que nos dá o mote para que assim continuemos nesta Estação do ano que nos alimenta a alma e nos convida a renascer.

Pegando nas palavras de Paulo Coelho “Não se pode dizer para a primavera: tomara que chegue logo e dure bastante. Pode-se apenas dizer: venha, me abençoe com sua esperança, e fique o máximo de tempo que puder.”

Paula Conceição,
Técnica da A2000



Os Espaços de Convívio da A2000 envolvem 130 pessoas idosas e desenvolvem-se atualmente no Concelho de Peso da Régua, nas seguintes freguesias: União de Freguesias de Poiares e Canelas; União de Freguesias de Galafura e Covelinhas; e no Concelho de Santa Marta de Penaguião nas freguesias: União de Freguesias de Lobrigos (S. Miguel e S. João Batista) e Sanhoane; União de Freguesias de Louredo e Fornelos; Freguesia de Sever; Freguesia de Alvações do Corgo; e Freguesia de Fontes; e no Concelho de Lamego na União das Freguesias de Parada do Bispo e Valdigem.

Os Espaços de Convívio têm como parceiros e financiadores: a União de Freguesias de Galafura e Covelinhas e a Associação Cultural, Social, Desportiva e Recreativa de Galafura; a União de Freguesias de Poiares e Canelas; o Município de Santa Marta de Penaguião; a União de Freguesias de Lobrigos (S. Miguel e S. João Batista) e Sanhoane; a União de Freguesias de Louredo e Fornelos; a Freguesia de Sever; a Freguesia de Alvações do Corgo; a Freguesia de Fontes e a União das Freguesias de Parada do Bispo e Valdigem.

DOADOR DO MÊS



2019 <
259 248 020
volvo@irmaosleite.pt
www.volvo.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 170, 5000-032 Vila Real



2009 <
259 341 110
hyundai@irmaosleite.pt
www.hyundai.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 132, 5000-032 Vila Real



1998 <
259 348 840
skoda@irmaosleite.pt
www.skoda.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 132, 5000-032 Vila Real



> 2022
259 302 419
cupra@irmaosleite.pt
www.cupra.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 132, 5000-032 Vila Real



> 2013
259 302 418
kia@irmaosleite.pt
www.kia.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 132, 5000-032 Vila Real



> 2005
259 302 419
seat@irmaosleite.pt
www.seat.irmaosleite.pt
Zona Industrial de Constantim
Lote 132, 5000-032 Vila Real
Amarante: 255 440 713
Rua da Boavista, 264, 4600-056 Telões

☎ Geral 259 302 400 | 935 302 400
Comercial 259 302 403
Oficina 259 302 401/402

✉ geral@irmaosleite.pt
@ www.irmaosleite.pt

Março a florescer!

Março marca o início da primavera, o florescer da vida, das cores, dos cheiros e sabores! Entre a natureza, o desporto e a participação na comunidade - chegou o mês de março no CAARPD de Murça! Desde o início do mês que observámos o despertar da natureza e nada melhor que estar no meio dela para o experienciar. Fizemos caminhadas pela vila para ver as flores e árvores, para sentirmos os cheiros, vemos as cores e ouvir os pássaros...

Durante o mês fomos ainda decorando a sala com o que nos fazia lembrar a primavera e juntando trabalhos para enfeitar o nosso painel.

Participámos, durante o mês, em várias atividades com a comunidade. Fomos plantar árvores nas zonas áridas do concelho, uma iniciativa da Cooperativa

Agrícola dos Olivicultores de Murça em cooperação com a Quercus ANCN e AstraZeneca Portugal.

Entendemos que a qualidade do sono é importante para o bem-estar geral, físico e mental quando participamos no workshop, realizado pela equipa PIICIE, "Modo Sono: ON".

Estivemos presentes numa demonstração realizada pela GNR, aqui conhecemos na prática como é que os cães atuam no combate ao crime e ainda pudemos fazer festinhas num dos cavalos que estavam com eles.

No que toca ao desporto, continuamos a fortalecer o trabalho até agora feito no hóquei e boccia, pois aproximam-se torneios e temos de estar preparados!!

No decorrer do mês realizamos ainda uma lembrança para o dia da mulher e

dia do pai para demonstrar o nosso carinho!

Foi um mês em cheio, com a chegada dos primeiros dias quentinhos! Venha o próximo mês que apesar de pequenino vai ser de muito trabalho!

Os clientes e técnicos do CAARPD



A Primavera Chegou!

Começou o mês de março e nós não tardámos em pôr mãos à obra. Um Dia da Mulher para preparar e as atividades de trabalhos manuais são essenciais para a realização de lembranças destas datas festivas. Não poderíamos deixar passar este dia sem um miminho, pois a nossa Associação é maioritariamente composta por mulheres e, como tal, realizámos sabonetes com diferentes cores e cheiros com o formato de uma borboleta, que no dia 8 de março oferecemos a todas as mulheres presentes na sede da A2000. Todas elas nos receberam com um sorriso na cara, agradecendo o gesto e a boa-disposição que lhes levamos sempre.

Não nos poderíamos esquecer também de um dia muito especial, o dia do Pai. Nem todos nós temos a sorte de ter o nosso pai connosco, mas temos sempre alguém que desempenha esse papel. Assim, de forma a valorizar todo o amor que nos dão, fizemos também umas lembranças sob a forma de porta-chaves e de embrulho de doces que cada cliente

levou para casa para oferecer ao seu Pai ou Cuidador.

Com a chegada da Primavera e com os dias mais bonitos e cheios de sol, tivemos também atividade de jardinagem, onde cada cliente construiu o seu "Relvinhas". Esta foi uma atividade de que gostámos muito, pois foi realizada ao ar livre e o resultado final foi um amigo criado por nós do qual temos de cuidar.

Março foi também mês de aniversários e, como não poderia deixar de ser, as atividades de culinária foram dedicadas à confeção de alguns doces e bolos de aniversário para comemorar condignamente o aniversário da Inês Augusto e do Carlos Mota.

Em simultâneo, tivemos também as habituais atividades de estimulação cognitiva, inteligência emocional, língua gestual, atividade física, Boccia, Hóquei, Psicomotricidade e caminhadas ao ar livre por Poiares.

Mas a chegada da Primavera trouxe consigo o convite para um evento muito

especial que fechou o nosso mês em grande estilo: o I Festival de Primavera organizado pela APPACDM de Sabrosa. Assim sendo, o mês de março foi também passado entre ensaios e preparativos para o grande dia. Chegou o ensolado dia 22 e o CAARPD rumou até ao Mercado dos Produtos Durienses na bela vila de Sabrosa. Foi um dia muito divertido, de grande partilha entre instituições e de grande convívio. Logo pela manhã, assistimos a várias apresentações, onde também participámos e mostrámos o resultado do nosso trabalho ao longo do mês. Almoçámos um delicioso porco no espeto e seguimos para uma tarde de muitos sorrisos, dança e diversão.

Aguardamos abril, com novidades mil...

Os clientes e técnicos do CAARPD



CAARPD vai ao Teatro de Vila Real

No mês que se celebrou o Dia Mundial do Teatro, o CAARPD deslocou-se ao Teatro Municipal de Vila Real no dia 31 de março, para assistir à peça "Os Mosqu3teiros" da Estação Teatral da Beira Interior.

Esta peça relata as aventuras de D'Artagnan, um jovem impetuoso e propenso à luta, na sua demanda para se tornar num dos célebres mosqueteiros que protegem o rei Luís XIII e a França de todo e qualquer perigo. Além de ter sido uma atividade diferente, os nossos clientes divertiram-se muito e interagiram bastante com os atores. No final para agradecermos a oportunidade de assistir á peça, entregámos uma lembrança feita pelos nossos clien-

tes.

Queremos agradecer em particular ao Teatro Municipal de Vila Real por ter recebido tão bem os nossos clientes e nos ter proporcionado uma tarde diferente e divertida, de forma completamente gratuita.

Os clientes e técnicos do CAARPD



Desenvolvimento motor e sinais de alarme (15 meses aos 6 anos)

No artigo publicado na última Newsletter descrevemos alguns exemplos de desenvolvimento motor do 0 aos 12 meses. Agora apresentamos a faixa etária dos 15 meses aos 6 anos para darmos continuidade ao assunto e, iremos descrever algumas características do desenvolvimento motor esperado e de alarme, para essa faixa etária.

O desenvolvimento motor é o processo de mudança no comportamento, relacionado com a idade, tanto na postura quanto no movimento da criança.

Lembramos que cada criança é única e possui capacidades diferentes, por isso o desenvolvimento motor pode variar de criança para criança, mas existe um tempo médio. Quando os pais notam algum tipo de estagnação, é aconselhável conversar com o pediatra ou médico de família, pois são sinais que precisam ser investigados.

Assim:

15 MESES: começa a dominar a marcha, ainda de base alargada. Pode ainda andar só com apoio, já que a marcha autónoma pode surgir entre os 9 e os 18 meses.

Começa a definir a lateralidade dominante, usando mais uma mão, mas utilizando a outra como mão de apoio. Segura o lápis como se fosse escrever. Empilha dois cubos, rola a bola. Põe e tira objetos de recipientes.

Bebe pelo copo e usa a colher.

Alarme: ausência de tentativa de se deslocar ou de explorar o ambiente. Não aponta ou tenta usar o gesto como suporte da comunicação. Não cumpre ordens simples.

18 MESES: anda bem, recua, baixa-se e apanha um brinquedo do chão e dá uma corrida pequena. Sobe e desce

escadas com apoio.

Tem lateralidade mais definida, faz rabiscos no papel, empilha três cubos. Olha para o livro e volta páginas, com interesse no conteúdo. Faz puzzle de três peças com formas simples, com noção de forma e cor.

Bebe pelo copo sem entornar, segurando-o com ambas as mãos. Usa a colher entornando pouco. Descalça os sapatos.

Alarme: não se põe de pé, anda em bicos constantemente, ou não anda; assimetrias na postura. Não faz pinça fina, atira objetos ou leva-os sistematicamente à boca.

2 ANOS: corre bem, chuta a bola, salta a pés juntos, sobe e desce degraus. Constrói torres de seis cubos, imita rabiscos circulares. Coordena as duas mãos, deitando água de um para outro recipiente. Vê o livro, passando página a página. Desenrosca a tampa da garrafa.

Inicia treino dos esfíncteres diurno. Ajuda a vestir, põe o chapéu, calça sapatos e identifica várias partes do corpo.

Alarme: não anda ou anda sistematicamente em bicos de pés. Deita objetos fora e não constrói nada.

3 ANOS: tem equilíbrio momentâneo num pé, salta a pés juntos e sobe degraus alternando o pé. Anda em bicos de pés de forma voluntária. Corre, chuta a bola e pedala o triciclo.

Faz torre de oito cubos, imita ponte de três cubos. Enfia contas, enrosca e tenta cortar com a tesoura. Desabota botões (ainda não abotoa).

Alarme: anda sistematicamente em bicos de pés. Mantém *flapping* dos braços quando excitado - este compor-

tamento pode ser normal até esta idade (desaparecendo a partir dos 3 anos), desde que seja isolado e não associado a outras estereotípicas.

4 ANOS: salta num pé, corre, pedala e anda em cima de um muro, com maior capacidade de equilíbrio. Sobe e desce escadas com alternância dos pés.

Faz construções e puzzles mais complexos (escada de seis cubos). Faz dobragens em imitação, corta com tesoura.

Veste e despe-se com ajuda. Come sozinho com garfo e colher.

5 ANOS: corre e chuta a bola, sobe e desce escadas e tem grande agilidade e autonomia. Atira a bola ao ar e apanha.

Recorta bem com a tesoura. Desenha com mais detalhes.

É autónomo na casa de banho.

6 ANOS: bate a bola e apanha, atira ao ar e apanha. Saltita e salta bem ao «pé coxinho».

Faz encaixes complexos e construções criativas, replica formas e modelos.

Alarme dos 4 aos 6 anos: hiperativo e agitado, ou distraído e com dificuldades de concentração. Comportamento muito difícil, opositivo e desafiante. Falta de coordenação motora, movimentos repetitivos e/ou descontrolados.

Em suma, estes são em linhas gerais os comportamentos mais tipificados, mas, como já referi, na dúvida deve falar-se com o médico.

Carlla Tancredi,

Fisioterapeuta

DOADOR DO MÊS



CASA DA ROCHA



CASA DAS RUÍNAS



CASA DO PILOTO




casasdepousadouro.com
DESIGN HOME STAY

"Nas Casas de Pousadouro, esforçamo-nos para exceder as expectativas ..."
Juliana Rodrigues

 www.casasdepousadouro.com
 casasdepousadouro@gmail.com

 Caminho dos Moinhos, 1043
Laranjal - Sta Cruz Douro
Baião

 913 453 598 - Juliana
917 013 896 - Rosana
913 453 544 - Susana

DOADORES DO MÊS

Viver e Aprender | Edição 185 | MARÇO 2023

VISITE-NOS

Rua S. João Bosco, N°478

5050-346 Poiares - Peso da Régua

Tlf: 254 822 046 / a2000@a2000.pt

