

ASSOCIAÇÃO 2000
DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

VILA e a p r e n d e r

www.a2000.pt

FORMAÇÃO PROFISSIONAL

4 NOVOS CURSOS

Resende

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

- PÁGINA 10 -



Valpaços

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

- PÁGINA 11 -



Poiães, Peso da Régua

Curso 10 - Ação 10 - Operador de Serviços Gerais e Comunitários

- PÁGINA 12 -



Armamar

Curso 1 - Ação 11 - Operador de Serviços Gerais e Comunitários

- PÁGINA 10 -



**Cofinanciado pela
União Europeia**

INTEGRAÇÃO PROFISSIONAL



• **Jéssica Morgado**



• **Lusía Ruivo**

◇ **Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães**

✓ **Contrato Emprego Inserção + (CEI+)**

- PÁGINA 5 -

25 MUSEU DO DOURO
12 / 07 / 2025
19H30 - 04H00

SUNSET
solidário

CARLOS MANAÇA

SANDRO MARTINS

DUO SYSTEM • IGOR GUIMARÃES • TIAGO MOINHOS • PICÃO

PATROCINADORES PRINCIPAIS

CA Crédito Agrícola
MAPA MAPA
LEITE



DS IMOBILIÁRIA

PESO DA RÉGUA

254 405 402
pesodaregua@dsimobiliaria.pt

Rua Branca Martinho, Loja 2/3
5050-253 Peso da Régua



Restaurante e Pizzaria

Peso da Régua

+351 254 401 276

donpeppopizzaria@gmail.com



Família Peixoto



Marcos Nunes
+351 919 508 303

Rua do Alto, Alto 1
5030-451 Santa Marta de Penaguião

AUTO PORTELA
OFICINA DE REPARAÇÕES
SOCIEDADE UNIPESSOAL, LDA.

Telem.: 919 964 235
E-mail: autoportela@portugalmail.pt

Tel.: 254 814 255 / 254 812 526 • Fax: 254 814 256
MOURA MORTA • 5050 RÉGUA



Lugar da Feira, Sediolos, Peso da Régua

+351 254 896 028

restaurante.p.encontro@gmail.com



Fernando Jorge Dias Vaz

COMPRESSOR PARA TODOS OS SERVIÇOS - MÁQUINA DE SURRIBAS
RETRO-ESCAVADORA - TRACTOR AGRÍCOLA

Telm. 967 983 309 • 964 738 327 • 259 518 041
E-mail: odiliaestevesfranca@gmail.com

5090-210 PALHEIROS - MURÇA



Rua Alexandre Herculano
LAMEGO - 937 969 662 -



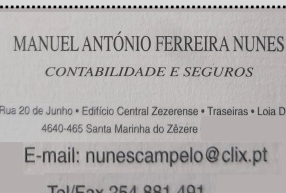
910 658 751 - 912 338 139 - 254 402 878



Rua da Democracia, Lj 10
Santa Marta de Penaguião
+351 254 058 293 936 789 534



antonioalbertonline@gmail.com
antonioalbertonline
+351 911 942 198



Rua 20 de Junho • Edifício Central Zeserense • Traseiras • Loja D
4640-465 Santa Maria do Zézero
E-mail: nunescampelo@clix.pt
Tel/Fax 254 881 491



Estampagem Textil
Gravação a laser de madeira e metais
Brindes para casamentos - batizados
aniversários e todo o tipo de eventos
Enchimento de balões com Hélio
@estampaqui estampaqui 911 942 198

Lealdade e Solidariedade: Reflexão sobre a Nobreza do Humano

(através da obra do grande Luis Vaz de Camões)

A obra de Luís de Camões, especialmente *Os Lusíadas*, não se limita à exaltação das glórias imperiais. Ela é, acima de tudo, um testemunho da complexidade da alma humana e dos valores que a sustentam em tempos de crise. Entre os muitos temas que atravessam a sua poesia, os ideais de lealdade e solidariedade assumem um papel silencioso, porém essencial — são os fios invisíveis que ligam o indivíduo ao seu dever, à sua comunidade, e ao próprio sentido da existência.

A lealdade, em Camões, não é uma simples obediência. É uma fidelidade interior, uma coerência entre o agir e o ser. Quando Vasco da Gama atravessa mares incertos, fá-lo não por glória pessoal, mas por uma fidelidade a um projecto maior — a missão histórica, sim, mas também a uma ideia de Portugal como espaço de coragem, resistência e esperança. Esta lealdade, quase trágica, eleva o herói camoniano acima do mero conquistador: ele torna-se símbolo de um homem que não abdica da sua verdade, mesmo quando o mundo parece desabar à sua volta.

Por outro lado, a solidariedade em Camões não se resume ao gesto momentâneo de ajuda, mas funda-se numa consciência partilhada da fragilidade humana. Os perigos do mar, os caprichos do destino e o sofrimento que atravessa a condição humana unem os navegadores. É no reconhecimento dessa vulnerabilidade comum que se constrói uma ética da entreatajuda, uma solidariedade que transcende o interesse próprio e se torna compromisso com o outro.

Camões, que ele próprio conheceu o exílio, a pobreza e a dor, escreve a partir de uma experiência concreta da condição humana. E talvez por isso a sua poesia nos fala não só de grandes feitos, mas da grandeza que há em resistir com dignidade, em manter-se leal a valores mesmo quando tudo parece conspirar contra eles. A solidariedade, neste contexto, é mais do que um dever moral: é uma forma de salvação mútua — um reconhecimento de que só existimos plenamente quando cuidamos uns dos outros.

Assim, a obra camoniana, lida filosoficamente, convida-nos a pensar sobre o que significa o ser humano num mundo em constante conflito entre poder e justiça, egoísmo e entrega. Lealdade e solidariedade, em Camões, não são apenas virtudes antigas; são pilares possíveis de uma ética intemporal, que permanece relevante num presente muitas vezes desprovido de rumo. Camões não oferece respostas fáceis, mas lança-nos perguntas que ainda importam: a quem somos fiéis? Por quem seremos solidários?



António José Ribeiro,
Presidente da Direção da A2000



EDIÇÃO Nº 211 |

Propriedade: **A2000** | Contribuinte: **505 045 125** |

Coordenação e Edição: **António Ribeiro** | Produção, Paginação e Revisão: **Kelly Guedes**

3	D. Quixote de La Mancha continua atual...	14	Visita ao Supermercado Intermarché - Baião
5	Integração profissional da Jéssica Morgado e da Lusía Ruivo na Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães	14	Operador de Serviços Pessoais e Comunitários termina o seu percurso
6	Il Rota de Clássicos: um passeio solidário pelo Douro!	16	Bombeiros Voluntários: Uma Lição de Vida e Serviço à Comunidade
8	Visita do Diretor Distrital da Segurança Social à Sede da A2000	18	O que é que os duendes e o porquinho mealheiro têm em comum?
9	Etapa concluída... para a frente é que é caminho!!!	19	Finalização de um Curso de Formação Profissional
10	Novos desafios, novas oportunidades...	20	Maio entre desporto, arte e caminhadas ao sol!
10	Início de Formação Profissional	21	Arte
11	Arranque de nova ação formativa em Valpaços dinamiza expectativas e projetos de vida	22	Oportunidade D'Ouro
12	Formação com Propósito: Começa o Curso 10 - Operador de Serviços Gerais e Comunitários	23	Alerta para a Empregabilidade
12	Feira Anual do Livro em Peso da Régua: Celebrar a Leitura e o Conhecimento	24	Maio: Desafia-te a Incluir
13	A2000 participa na Festa do Cinema com sessão especial em Vila Real	26	"A verdadeira viagem de descoberta não consiste em procurar novas paisagens, mas em ter novos olhos."

Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP)

Centro de Emprego de Vila Real do IEFP

- Informação, Avaliação, Orientação e Qualificação no Emprego (IAOQE)
- Apoio à Colocação (AC)
- Acompanhamento Pós-colocação (APC)



FUNDO
AMBIENTAL

#Construir o Futuro

INVESTIMENTO TC-C13-I03 - EFICIÊNCIA ENERGÉTICA EM EDIFÍCIOS DE SERVIÇOS
PROMOVER A EFICIÊNCIA ENERGÉTICA DO PAVILHÃO GIMNODESPORTIVO DA A2000



Financiado pela
União Europeia
NextGenerationEU

Tipologia de Operação: 4046 - Qualificação de Pessoas
com Deficiência e ou Incapacidade

Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento

Multiregional

Prioridade

40 - Mais e melhor inclusão de pessoas em risco ou em situação de
exclusão social

A Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento - A2000 pretende promover ações de formação que permitam a aquisição e o desenvolvimento de competências profissionais orientadas para o exercício de uma atividade no mercado de trabalho, tendo em vista potenciar a empregabilidade das pessoas com deficiência e/ou incapacidade (PCDI), dotando-as de conhecimentos e competências que habilitem ao ingresso, reingresso ou permanência no mercado de trabalho, bem como progredir profissionalmente de forma sustentada.

A aprovação da candidatura prevê:

Volume de formação de 396,600 horas;

Nº de cursos/ações: 2/14;

Indicador de realização (Participantes com deficiência): 152;

Indicador de resultado (Participantes com deficiência e incapacidade certificados no final da formação): 80%



Custo elegível

3 744 866,65€

Apoio financeiro da UE

3 183 136,65€

Cofinanciamento da UE

85%



peessoas2030.gov.pt

Código da operação

PESSOAS-FSE+-01554900



Cofinanciado pela
União Europeia



**Santa Casa
da Misericórdia**
CARRAZEDA DE ANSIÃES

Integração profissional da Jéssica Morgado e da Lusía Ruivo na Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães

A integração profissional de Jéssica Morgado e de Lusía Ruivo na Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães é um exemplo inspirador de inclusão e responsabilidade social. Ambas concluíram um curso de formação profissional promovido pela A2000, que incluiu uma componente prática em contexto real de trabalho. Foi esse percurso que as conduziu à integração na instituição, através de um Contrato Emprego Inserção +.

Para compreender melhor este processo, ouvimos o Provedor da Santa Casa, Ricardo Pereira, bem como as próprias Jéssica e Lusía, cujos testemunhos revelam o impacto positivo desta oportunidade.

A possibilidade de acolher pessoas com diversidade funcional surgiu após uma ação de sensibilização promovida pela A2000, em parceria com a Câmara Municipal. Esse contacto permitiu à Santa Casa conhecer medidas de apoio à empregabilidade que se alinhavam com a sua missão de justiça social. Como refere o Provedor da instituição, **“a integração foi feita no seguimento de um estágio/formação em contexto de trabalho, através da A2000, em que ambas demonstraram ter competências e vontade para aprender.”**

O Provedor começou por descrever as funções que ambas exercem na instituição: **“A Jéssica tem como funções preparar pequenas refeições, pôr a mesa, apoiar os meninos durante o almoço e a sesta, além de executar tarefas de limpeza e regar as plantas. As suas tarefas estão organizadas e afixadas em horário, o que lhe confere autonomia e responsabilidade. Já a Lusía presta apoio na lavandaria – separa, dobra e passa a ferro a roupa – e também ajuda no Lar de Santa Águeda e nos escritórios da instituição, com tarefas simples de limpeza e arrumação.”** Apesar de ainda estarem em fase de adaptação, ambas demonstram empenho e evolução. Trabalham com acompanhamento e supervisão, garantindo um processo de aprendizagem contínuo e seguro.

Para o Provedor, estas integrações refletem a missão da instituição: **“A Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães trabalha diariamente na defesa da inclusão, justiça e equidade social. Através desta integração, pretendemos proporcionar oportunidade a esta população específica de aprofundar conheci-**

mentos práticos em contexto de trabalho, capacitando e inserindo socialmente e profissionalmente pessoas vulneráveis, combatendo a exclusão social e contribuindo para uma sociedade mais justa.”

Segundo a instituição, a presença da Jéssica e da Lusía é uma mais-valia, não apenas pelas funções que desempenham, mas pelo impacto positivo que geram no ambiente laboral: **“Promovem a diversidade e uma cultura inclusiva. O desempenho das pessoas com deficiência muitas vezes supera as expectativas iniciais. Criam um clima organizacional mais humano, estimulam os colegas e trazem uma nova perspetiva à resolução de problemas.”**

A nível pessoal, o impacto na vida das colaboradoras tem sido profundamente positivo. Para a Lusía, a integração na instituição representou uma mudança total no seu dia a dia. **“Estava cansada de estar em casa sem fazer nada. Muitas vezes acompanhava o meu marido ao trabalho só para não ficar sozinha. Agora tenho uma ocupação que me distrai e me faz sentir melhor. Sinto-me mais alegre e feliz, pois também me ajuda a afastar pensamentos negativos.”**

A Jéssica reforça este sentimento de valorização e pertença. **“As mudanças foram e são positivas. Sinto-me bem, ocupada e útil. O facto de estar ocupada e fazer o que gosto é, para mim, uma mais-valia. Todas as colegas me tratam bem.”** Reconhece ainda o papel determinante da A2000 no seu percurso: **“A A2000 teve um papel muito importante para que eu pudesse vir para aqui trabalhar. Falaram com a entidade, apresentaram as possibilidades e assim conseguiram fazer aqui um contrato. Para além disso, motivam-me a fazer mais e melhor e a ser mais responsável.”** Também a Lusía destaca esse apoio incondicional da A2000: **“Foi um ponto de viragem na minha vida. Ajudaram-me a encontrar um trabalho e a orientar a minha vida.”**

Quanto à receptividade para futuras



integrações, a Santa Casa revela abertura, mas também prudência. A experiência da entidade demonstra que nem todos os processos de integração decorrem da mesma forma, sendo necessário um acompanhamento atento. Ainda assim, reafirmam o compromisso com a inclusão, reconhecendo o apoio da A2000 como **“muito positivo, pela disponibilidade demonstrada e pelo acompanhamento constante em todo o processo.”**

No final, o Provedor deixa um apelo claro a outras entidades e empresas: **“Ao contratar, está a ajudar e a contribuir para uma sociedade mais justa. Todas as empresas e instituições têm responsabilidade social e devem contribuir para uma sociedade mais equitativa, inclusiva e igualitária. Desta forma, reforçam a sua imagem, tornam-se exemplo e beneficiam de apoios legais e económicos significativos.”** Mas, mais do que isso, ganham em humanidade.

A integração da Jéssica e da Lusía é mais do que um passo profissional — é um exemplo concreto de inclusão, dignidade e compromisso social. Com o apoio da A2000 e o envolvimento da Santa Casa da Misericórdia de Carrazeda de Ansiães, estas histórias demonstram que, quando se acredita nas capacidades e se investe na formação, os resultados superam todas as expectativas. A Jéssica e a Lusía não só encontraram um emprego, como conquistaram um espaço onde são valorizadas, respeitadas e felizes.

Fátima Teixeira,

Técnica da A2000

II Rota de Clássicos: um passeio solidário pelo Douro!

No passado dia 18 de maio de 2025, a A2000 organizou a II Rota de Clássicos, um passeio solidário que percorreu as paisagens deslumbrantes do Douro e reuniu 55 viaturas clássicas e cerca de 120 participantes.

Com um ambiente de convívio, partilha e paixão pelo automobilismo, este evento teve como principal objetivo apoiar as respostas sociais da A2000 dirigidas a pessoas com deficiência e incapacidade.

O sucesso desta iniciativa não teria

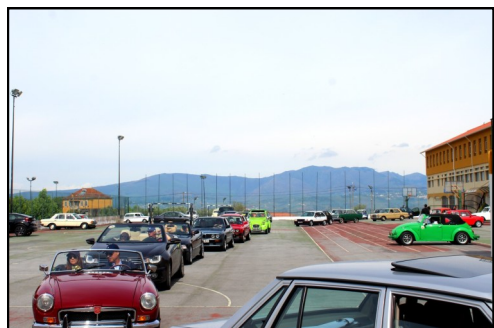
sido possível sem o apoio fundamental dos nossos patrocinadores principais:

- Irmãos Leite Concessionários
- Habipenaguião, Construções, Lda.
- Crédito Agrícola de Trás-os-Montes e Alto Douro (Peso da Régua)

E dos diversos parceiros e entidades locais, que contribuíram generosamente para a realização desta edição: Município do Peso da Régua · Município de Sabrosa · Freguesia de Favaiaes · União de Freguesias de São Martinho de Anta e Paradela de Guíães · Frutas Nor-

mando · Adega de Favaiaes · Janela de Cristal · Auchan (O Nosso Shopping – Vila Real) · Padaria A. Fonseca e H. Ribeiro Lda · Serrana – Padaria e Pastelaria · Vila Douro Restaurant & Bar · A Tendinha – Guest House · Talho do Tó (Vila Real) · Garagem31 · Vallegre · Supermercado Primavera · Land Peças · Mercadinho do Douro

Um agradecimento especial aos trabalhadores da A2000 que se voluntariaram para organizar este evento, bem como para todos os participantes que se juntaram a nós vindos de vários pontos do Norte e Centro do país.



Faça-nos a consignação
de 1% do seu IRS.



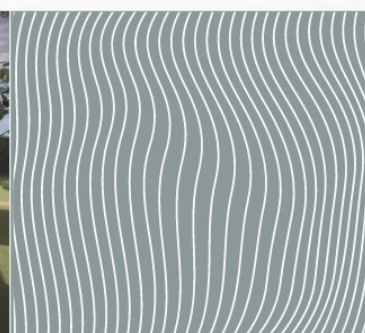
505 045 125

Coloque o NIF da A2000
NÃO LHE CUSTA NADA!





DO SONHO À REALIDADE



ESCRITÓRIOS
Av. de Ovar, Edifício
Barretos, Bloco 1, 2ºEsq.
5050-223 Peso da Régua

Rua Cimo de Vila, nº5
Rio Bom
5445-083 S. João da
Corveira Valpaços



Visita do Diretor Distrital da Segurança Social à Sede da A2000

No passado dia 23 de maio de 2025, o Sr. Diretor de Segurança Social do Centro Distrital de Vila Real, Dr. Eduar-do Sousa, visitou a sede da A2000 para se inteirar, in loco, do andamento das obras, cofinanciadas pelo Programa PARES 3.0., verificando que se encontram em fase final de conclusão, como o previsto. Esta visita serviu também para a Direção da A2000 explanar a estratégia económico-financeira de suporte à gestão da organização, considerando o enorme esforço e investimento da própria A2000 para a realização das obras e a celebração dos competentes Acordos de Cooperação para as 5 novas respostas sociais que, se prevê, ainda abram portas este ano. Foi uma manhã muito produtiva e esclarecedora e contou também com a



presença dos seguintes elementos: da segurança social: Elvira Carvalho, Raquel Reis, Carlos Gonçalves; da A2000: António Ribeiro, Marina Teixeira, Soledade Mesquita, Ana Antunes e Lara Carnide; Habi Penaguião Lda.: Tiago Meneses e António Santos. Estamos convictos que o futuro é hoje e que os próximos meses serão o presente que muitos de nós queremos.

Este Projeto decorre no âmbito do Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais - 3ª Geração (PARES 3.0), e visa o desenvolvimento das seguintes respostas sociais: 1

Centro de Atividades e Capacitação para a Inclusão (CACI) para 30 pessoas; 2 Lares Residenciais (LR) para 60 pessoas; e 2 Residências de Autonomia e Inclusão (RAI) para 10 pessoas.

O Projeto PARES 3.0, aprovado para a A2000, consubstancia o financiamento público da Segurança Social no valor de 2.013.213,80€, num investimento global de cerca de 3,5 milhões de euros. Implicará o atendimento a mais 100 pessoas com deficiência e incapacidade e a criação de 55 novos postos de trabalho.

FORMAÇÃO INICIAL

Visita ao Supermercado Intermarché - Baião

No âmbito da UFCD 3529 APCDI – Queijos e bebidas, ministrada no curso 1/ação 7 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, realizámos uma visita ao Supermercado Intermarché em Baião. Aproveitámos o dia soalheiro e, num percurso a pé, deslocámo-nos até ao supermercado. Uma vez no Intermarché, pudemos aprofundar os nossos conhecimentos, já abordados na formação em sala, sobre os diferentes tipos de queijo disponíveis no supermercado. Tivemos a oportunidade de ver uma grande variedade de queijos, das mais variadas origens, com diferentes texturas, processo de fabrico e características. Analisámos os queijos tradicionais portugueses, como o Serra da Estrela, o Queijo de



Azeitão, o Queijo das Ilhas, etc., até aos sabores internacionais como o Brie francês ou o Gouda holandês, tendo a oportunidade de observar e comparar cada produto.

Durante a visita, a formadora ajudou-nos a interpretar a rotulagem dos queijos, a importância da denominação de origem protegida (DOP) e deu-nos sugestões sobre a utilização de cada queijo.

Gostámos muito desta visita, pois permitiu-nos consolidar alguns conhecimentos já adquiridos em sala de formação e ver mais de perto a enorme variedade de queijos existentes.

BAIÃO



No final da visita, realizámos uma breve reflexão em grupo sobre os conhecimentos adquiridos.

Curso 1 - Ação 7 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários
Goreti Alexandre, Formadora



UN24h[®] alarmes



geral@on24h.pt



707 50 80 80/962 504 695



Áreas de atuação Certificadas:

- Alarmes de intrusão
- Videovigilância
- Segurança contra incêndios em edifícios
- Extintores
- Sinalética
- Automatismos
- Controlo de Acessos
- Pessoas e Bens



VILA REAL

Avenida Cidade de Ourense
LT 4 Loja 31 - 5000-670
Vila Real - T.259 323 081

AMARANTE

Rua 32 de Janeiro
Loja 131 - 4600-043,
Amarante - 255 101 239

PORTO

Rua do Salgueiral LT
22 Loja 20 - 4200-475, Paranhos
Porto: 220 145 443

LISBOA

Rua do Alto do Cotão, N.º10
Arm. 5 Alto da Bela Vista 2635
Cacém: 707 50 80 80

DELEGAÇÕES

Madeira: 291784533 • Coimbra: 239 244 414 • Guarda: 271 149 880 • Aveiro: 234 243 462
Viseu: 232 243 569 • Braga: 253 135 619 • Bragança: 273 249 372

NOVO CURSO

RESENDE

Novos desafios, novas oportunidades...

No dia 05 de maio, iniciou em Resende um novo curso de formação profissional, o Curso 1 - Ação 12 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários. Este curso tem a duração de 2900 horas, distribuídas por 1800 horas de formação em sala e 1100 horas de formação prática em contexto de trabalho. O grupo é constituído por 12 formandos, composto por nove formandos do sexo feminino e três do sexo masculino, provenientes das várias freguesias do concelho. Para a maior parte do grupo, é o primeiro contacto com a Associação e a primeira experiência formativa. É oportunidade de quebrar o isolamento, adquirir novas competências e fazer novos amigos. A ansiedade era visível, mas ao mesmo tempo estavam curiosos por saber como se irá desenrolar esta nova etapa das suas vidas.

Depois das boas-vindas, realizou-se uma dinâmica para a apresentação de todos os elementos. Começámos pela apresentação da equipa que os vai apoiar e acompanhar durante o seu percurso e pela A2000, sendo entregues e explora-



dos os seguintes documentos: Manual de Acolhimento, Carta de Direitos e Deveres do Cliente, Princípios e Valores da A2000 e o Referencial do Curso. Após esta introdução, os formandos apresentaram-se individualmente para que se pudessem ficar a conhecer melhor.

A equipa da A2000 deseja a todos boa sorte nesta nova etapa, que seja uma oportunidade de desen-

volvimento pessoal, de conquista de autonomia e de construção de um projeto de vida que lhes permita no futuro integrar o mercado de trabalho e a sociedade de uma forma mais plena!

Boa sorte a todos!

Goreti Alexandre, Formadora

NOVO CURSO

ARMAMAR

Início de Formação Profissional

No passado dia cinco de maio do presente ano, teve início um novo curso de formação profissional na Associação 2000 de Apoio ao Desenvolvimento-A2000, em Arma-

mar. Este curso marca o arranque de uma nova etapa para um grupo heterogéneo de formandos, oriundos de várias freguesias do concelho de Armamar, Lamego e Tarou-

ca. Estão unidos pelo objetivo comum de adquirir novas competências, inserirem-se na sociedade e reforçarem as suas oportunidades no mercado de trabalho. (...)

(...) A diversidade do grupo, tanto em termos de idade como de experiências e capacidades, representa uma mais-valia para o ambiente formativo, promovendo a partilha de conhecimentos, perspetivas e vivências distintas. A A2000, reconhecida pelo seu compromisso com o desenvolvimento local e a capacitação da população, volta assim a assumir um papel ativo na promoção da qualificação profissional no concelho de Armamar.

Este curso ambiciona ser um espaço de crescimento pessoal e profes-



sional, onde cada formando poderá desenvolver o seu potencial num ambiente de cooperação, respeito e aprendizagem mútua.

Sofia Barros e Raquel Santos, *Formadoras*

NOVO CURSO

Arranque de nova ação formativa em Valpaços dinamiza expectativas e projetos de vida

Teve início no passado dia 5 de maio, em Valpaços, a Ação 13 do Curso 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, promovido pela A2000. Esta formação, com uma carga horária total de 2900 horas, distribui-se por 1800 horas de componente teórica e 1100 horas de formação prática em contexto de trabalho.

O grupo é constituído por 12 participantes, dos quais quatro são do sexo masculino e oito do sexo feminino, com idades diversas e oriundos de Valpaços e de várias freguesias do concelho. Esta heterogeneidade de perfis enriquece a dinâmica do grupo, que se revelou

bastante recetivo e motivado desde o primeiro dia.

A sessão de abertura contou com a apresentação da equipa que acompanhará os formandos ao longo de todo o percurso. Foram também dados a conhecer a Carta de Direitos e Deveres do Cliente, o Referencial da Formação e o Manual de Acolhimento do Formando, instrumentos fundamentais para o enquadramento e bom funcionamento do curso.

Os formandos manifestaram uma atitude muito positiva, demonstrando empenho e entusiasmo face à possibilidade de adquirirem novas competências e melhorarem a sua empregabilidade. Esta formação representa, para todos, uma oportunidade concreta de reinserção socioprofissional e de desenvolvimento pessoal.



A A2000 deseja o maior sucesso a todos os participantes, esperando que esta etapa represente o início de um caminho frutífero, marcado por aprendizagens significativas, crescimento individual e oportunidades de realização profissional.

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

Raquel Santos e Armando Oliveira,

Formadores



Cofinanciado pela União Europeia

A Operação Qualificação de Pessoas com Deficiência e ou Incapacidade é apoiada pelo PESSOAS 2030 (Programa Temático Demografia, Qualificações e Inclusão), pelo Portugal 2030 e pela União Europeia. Os Fundos Europeus Mais Próximos de Si.

NOVO CURSO

POIARES - PESO DA RÉGUA

Formação com Propósito: Começa o Curso 10 - Operador de Serviços Gerais e Comunitários

No passado dia 5 de maio de 2025, teve início em Poiares o Curso 10 – Operador de Serviços Gerais e Comunitários, promovido pela A2000. A sessão de abertura foi marcada por um ambiente acolhedor e motivador, com os formandos a serem recebidos com uma visita guiada às instalações. Durante este momento, tiveram oportunidade de conhecer os espaços onde decorrerão as sessões teóricas e práticas, bem como os diversos serviços disponibilizados pela associação.

Esta primeira abordagem teve como principal objetivo facilitar a integração dos formandos, promovendo um sentimento de pertença e confiança desde o primeiro dia.

Ao longo do dia, foi promovida uma leitura e reflexão conjunta sobre os direitos e deveres do cliente, um

tema essencial para garantir uma atuação profissional ética, responsável e centrada na pessoa. Os formandos exploraram também o Manual de Acolhimento, documento que reúne as normas de funcionamento, regras de convivência e procedimentos internos da instituição.

Outro momento de destaque foi a apresentação da missão, valores e princípios da A2000, que orientam todas as suas atividades. Valores como o respeito, a solidariedade, a equidade e a cooperação foram sublinhados como pilares fundamentais para a construção de um ambiente formativo positivo, inclusivo e estimulante.

Este arranque proporcionou uma reflexão conjunta sobre a importância do compromisso individual e



coletivo com os princípios da formação, assegurando um percurso de aprendizagem seguro, enriquecedor e de qualidade para todos.

Enquanto formadora e em nome da A2000, desejo a todos os formandos um percurso formativo pleno de aprendizagens, crescimento e conquistas. Que esta etapa seja mais um passo importante no vosso desenvolvimento pessoal e profissional.

Cláudia Joana Martins, Formadora

Feira Anual do Livro em Peso da Régua: Celebrar a Leitura e o Conhecimento

No passado dia 15 de maio, os cursos de Operador de Serviços Pessoais e Comunitários que neste momento se encontram a decorrer em Poiares – Peso da Régua, tiveram a oportunidade de visitar a fei-

ra do livro, que decorreu no Peso da Régua de 11 a 18 de maio.

Todos os anos, a cidade de Peso da Régua, acolhe com entusiasmo a Feira Anual do Livro, um evento cultural de grande importância que promove a literatura, o saber e o gosto pela leitura junto da comunidade local e visitantes.

Ao longo de toda a feira, além de bancas com livros para todas as idades e gostos, indo da literatura clássica à contemporânea, passando pela poesia, banda desenhada e literatura infantojuvenil, a feira tem

um papel fundamental na promoção da leitura como hábito essencial para o desenvolvimento pessoal, reforçando as vantagens que a leitura tem para o indivíduo. É uma ferramenta poderosa que acompanha o indivíduo em todas as fases da vida e traz inúmeros benefícios no dia a dia.

Após esta visita pela feira, existiu a oportunidade de visitar o interior da Biblioteca Municipal e apreciar toda a sua beleza e a história que ela acarreta. (...)

(...) A interação que existiu entre os formandos e a equipa dinamizadora do evento, foi extraordinário, reforçando a comunicação numa dinâmica realizada pela equipa, fazendo com que cada um tivesse a oportunidade de se dar a conhecer melhor. De uma forma geral, esta atividade foi muito bem recebida por todos, tendo uma aderência grande por parte dos formandos, que foi sendo mais evidente consoante a atividade ia decorrendo.

Foi uma manhã diferente e acima de toda enriquecedora contribuindo para o desenvolvimento pessoal e para o aperfeiçoamento da leitura fomentando a paixão por leitura.



Marlene Azevedo, Formadora

“A leitura é, provavelmente, uma outra maneira de estar em um outro lugar.”

A2000 participa na Festa do Cinema com sessão especial em Vila Real



No passado dia 12 de maio de 2025, os grupos de formação da A2000, atualmente a frequentar formação na sede de Poiares – Peso da Régua, viveram uma manhã diferente e memorável com uma visita aos Cinemas NOS, no Nosso Shopping, em Vila Real, no âmbito da Festa do Cinema.

A sessão teve início às 10h30 e contou com a presença de mais de 35 participantes, entre formandos e técnicos. O filme escolhido foi “A Raposa e a Lebre Salvam a Floresta”, uma animação encantadora com uma forte mensagem ambiental.

Realizado por Mascha Halberstad, o filme é uma adaptação dos livros infantis de Sylvia Vanden Heede, com ilustrações de Thé Tjong-Khing. A história acompanha dois grandes amigos — uma raposa e uma lebre — que vivem numa floresta onde coisas estranhas começam a acontecer: o mocho desapareceu, ratazanas estão a causar distúrbios e o lago ameaça invadir as casas dos animais. Juntos, os protagonistas embarcam numa missão para salvar a floresta e encontrar o amigo desaparecido, enfrentando desafios que colocam à prova a sua amizade e coragem.

Os formandos oriundos do concelho do Peso da Régua deslocaram-se em viaturas da A2000, acompanhados pelos técnicos, enquanto os residentes em Vila Real chegaram ao local pelos seus próprios meios. À chegada, todos adquiriram os bilhetes e, para quem quis, houve ainda tempo para saborear alguns comes e bebes disponíveis no cinema.

Após a sessão, chegou o momento de regressar a Poiares, com o sentimento de missão cumprida e a memória de uma manhã repleta de cultura, convívio e descoberta.

A Festa do Cinema, que decorreu entre os dias 12 e 14 de maio, proporcionou a todos os amantes da sétima arte a oportunidade de assistir a filmes por apenas 3,50€, tornando o cinema mais acessível e inclusivo.

Para muitos dos formandos, esta foi a primeira experiência numa sala de cinema, o que tornou a atividade ainda mais especial. A emoção de ver um filme no grande ecrã, com som envolvente e partilhado em grupo, foi descrita como uma experiência divertida, enriquecedora e inesquecível.

Após a sessão, chegou o momento de regressar a Poiares, com o sentimento de missão cumprida e a memória de uma manhã repleta de cultura, convívio e descoberta.

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

Curso 1 – Ação 6 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários

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

Marisa Camilo, Marlene Azevedo e Joana Martins, Formadoras

Etapa concluída... para a frente é que é caminho!!!

Quando chega a altura das despedidas nunca é fácil e, desta vez, não foi exceção!

Chegaram ao fim dois anos de formação para os formandos do Curso 12 – Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, a decorrer em Poi-ares, sede da A2000. Estes dois anos encerraram um conjunto de 2900 horas, destas 1100 horas destinadas à Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT).

O grupo concretizou um Percurso Formativo C – percursos individualizados com base em referenciais de formação não integrados no CNQ.

POIARES - PESO DA RÉGUA

O percurso de cada formando foi marcado por desafios e conquistas, e ao longo do tempo foi notória a evolução de todos, cada um ao seu ritmo, demonstrando um crescimento significativo e inspirador.

As aprendizagens e competências alcançadas pelo grupo foram o resultado não só de um conjunto de conteúdos presentes no referencial do curso e explorados através dos mais diversos métodos e técnicas, mas também, de uma prática desenvolvida na formação prática em contexto de trabalho que cada um deles frequentou.

As competências profissionais, pessoais e sociais alcançadas permitirão que os formandos respondam às características específicas do mercado de trabalho. A taxa de formandos que alcançou a integração no mercado de trabalho foi superior a 60%.



Os formandos deixaram palavras de carinho para todos os técnicos que tiveram influência no seu percurso, agradeceram a oportunidade que a A2000 lhes proporcionou a nível de crescimento tanto pessoal como social e profissional.

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

Marisa Camilo, Formadora

Armando Oliveira, Técnico de Acompanhamento e Inserção

RESENDE

Operador de Serviços Pessoais e Comunitários termina o seu percurso

No dia 30 de abril, o Curso 13/Ação 1 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, terminou o seu percurso de formação na A2000. Durante os dois anos de formação, os formandos tiveram a oportunidade de desenvolver competências pessoais, sociais, escolares e profissionais, através de uma formação ajustada às suas necessidades e às capacidades individuais de cada um.

A integração profissional é um fator extremamente importante no desenvolvimento pessoal e na integração social de qualquer cidadão. Ao longo destes dois anos, através da formação foram trabalhadas competências, valorizadas capacidades, o saber ser e saber estar.

Mas esta etapa chegou ao fim e comemorou-se o final da formação com um almoço convívio no Restaurante das Caldas em Caldas de Arêgos. Foi um almoço muito agradável! A dona do restaurante, Isabel Inácio, recebeu-nos com muita alegria e não deixou que nos faltasse nada, nem mesmo a boa disposição! Os formandos estavam muito felizes por conseguirem terminar o curso com sucesso, mas também tristes, por se despedirem dos colegas e de toda a equipa que os acompanhou e apoiou ao longo desta jornada, com quem partilharam imensas experiências, alegrias e tristezas!

No final da formação, muitas das entidades que acolheram os formandos na realização da FPCT permitiram-lhes uma integração profissional no mercado de trabalho. Todas as integrações só foram possíveis através das medidas do IEFP, divididas em Contratos de Emprego e Inserção+ e Estágios Inserção, permitindo aos formandos dar continuidade ao percurso iniciado pela A2000.

A A2000 agradece a cooperação e a sensibilidade a todas as entidades que

os acolheram: **Câmara Municipal de**



Resende; Câmara Municipal de Baião, Santa Casa da Misericórdia de Resende, Centro Escolar de S. Martinho de Mouros, Minimercado da Cerca e Casa Araújo, Araújo de Almeida e Pinto Lda.

A todas estas entidades o nosso muito obrigado, por nos ajudarem na nossa missão,, contribuindo para uma comunidade mais coesa e solidária, com mais oportunidades e igualdade para todos!

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

Goreti Alexandre, Formadora

Intermarché

Vila Real

**um
dois
três**

**variedade
outra vez**



Intermarché Vila Real

Qt.ª do Lameirão - N.ª Sr.ª da Conceição

5000-046 Vila Real

259 303 000

2ª a Domingo:

09h00 às 21h00

supervilareal@sapo.pt

Bombeiros Voluntários:

Uma Lição de Vida e Serviço à Comunidade

No âmbito da UFCD 3564- Primeiros Socorros, o Curso 1- Ação 9 de Operador de Serviços Pessoais e Comunitários, a decorrer em Tabuaço, visitou o Quartel dos Bombeiros Voluntários localizados nesta vila.

Esta visita teve como objetivo identificar os diferentes tipos de acidente e a forma de atuação, reconhecer a importância do Serviço Nacional de Proteção Civil nomeadamente as corporações de bombeiros e a importância do pré-socorro em casos de emergências médicas.

Em pleno coração do Douro, os Bombeiros Voluntários de Tabuaço continuam a desempenhar um papel vital na proteção da comunidade local. Com uma missão baseada na solidariedade, coragem e espírito de serviço, esta corporação é um verdadeiro pilar de segurança e apoio para os habitantes do concelho.

Fundada em 1932 esta Corporação de Bombeiros composta por homens e mulheres que, muitas vezes de forma anónima e sem remuneração, colocam a sua vida em risco para proteger a dos outros. Seja no combate a incêndios florestais, no socorro a acidentes rodoviários, no transporte de doentes ou em operações de resgate, a sua presença é constante e incansável.

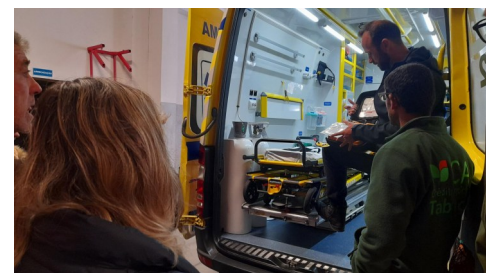


Além das operações de emergência, os bombeiros de Tabuaço desempenham um importante papel na formação da população, promovendo ações de sensibilização sobre segurança, prevenção de incêndios e primeiros socorros nas escolas e instituições locais.

E foi neste contexto que o grupo de formação, para além de uma visita guiada ao Quartel, também teve uma pequena formação de primeiros socorros dinamizada pelo bombeiro profissional Filipe Miranda.

Nesta formação foram abordados vários temas nomeadamente: conhecer os equipamentos e respetiva funcionalidade existentes nas viaturas de emergência médica, como se processa uma chamada para o 112, a importância do pré-socorro, ou seja, sabermos agir e reagir quando estamos perante uma situação de emergência e aguardamos a chegada de ajuda diferenciada e por fim demonstração de Suporte básico de Vida em caso de paragem cardiorrespiratória e Manobra de desobstrução da via aérea em caso de engasgamento.

Num território marcado por zonas rurais e acessos difíceis, o trabalho dos bombeiros exige não só cora-



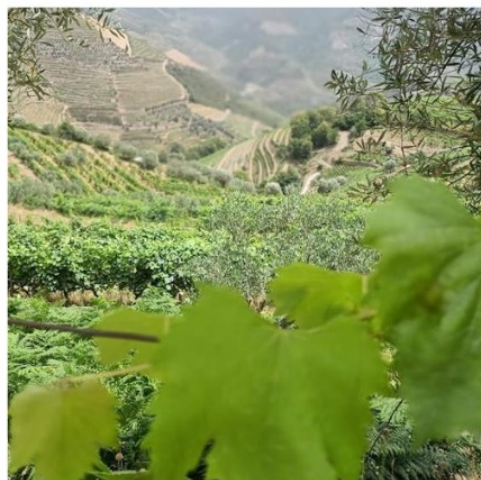
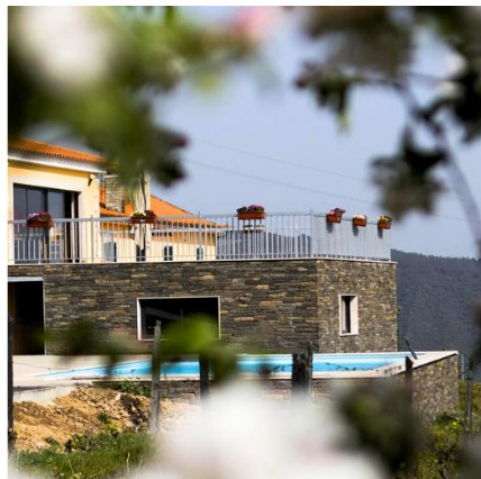
gem, mas também preparação técnica e grande resiliência. Mesmo com recursos limitados, os bombeiros continuam a demonstrar uma eficácia impressionante, merecendo o reconhecimento de toda a região.

A missão dos Bombeiros Voluntários de Tabuaço é clara: proteger vidas e bens, com humanidade, profissionalismo e espírito de ajuda. Uma missão que, diariamente, é cumprida com honra e determinação.

Fica o agradecimento ao Sr. Comandante Filipe Cabral e ao Bombeiro Profissional Filipe Miranda por, mais uma vez, receberem a A2000 e proporcionarem aos nossos formandos estes momentos de aprendizagem e partilha que no futuro poderão vir a ser úteis no salvamento de uma vida humana.

Isabela Lima, Formadora

Quinta da Laceira



B. 9.6
de 10

Quinta da Laceira, 5000-111
Vila Real, Portugal

914 135 566

O que é que os duendes e o porquinho mealheiro têm em comum?

No mês de maio o Curso 1 – Ação 5 – Operador de Serviços Pessoais e Comunitários a decorrer na A2000, nas instalações de Chaves explorou um tema não muito comum, mas que achamos interessante trabalhar: os Duendes.

No dia 13 deste mês assinala-se o dia destas pequenas criaturas, tão místicas e de quem pouco se sabe. Neste sentido, e incluindo o tema na unidade de formação Cidadania, Comunidade e Ambiente desenvolvemos algumas atividades que nos permitiram saber um pouco mais sobre estes seres.

Inicialmente deu-se um diálogo entre formandos e formadora para que fosse possível a partilha dos conhecimentos

que cada um de nós tinha sobre o assunto.

Depois, aprofundamos mais estes conhecimentos e adquirimos outros através de uma pesquisa. Esta resultou num pequeno texto processado no Microsoft Word que cada grupo partilhou com os restantes colegas.

Resumidamente, ficamos a saber ao certo qual a designação destes seres, as suas características físicas, a sua origem, a simbologia que possuem dependendo do país, as crenças existentes à sua volta e desmistificamos a confusão entre os termos duende e gnomo, que muitas pessoas pensam ter a mesma designação.

Durante a nossa pesquisa, ficamos a saber que existe uma lenda segundo a



CHAVES

qual, o duende troca o seu pote de ouro pela sua liberdade. E porque não construirmos o nosso próprio pote de ouro? Um mealheiro onde guardar as nossas poupanças durante um ano?

A unidade de formação onde se inseriu esta atividade encerra um conteúdo sobre o meio ambiente, a arte reciclada com recurso à reciclagem. Neste sentido, fizemos uma recolha de material que tinha como destino o lixo e transformámo-lo em arte.

No final da sessão tínhamos construído porquinhos mealheiros muito distintos, uns mais elaborados que outros, uns mais coloridos que outros, mas cada qual ao gosto de cada um. Alguns mealheiros tiveram a sorte de já levarem algum “ouro” no seu interior.

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

Ana Marisa Camilo, Formadora

ARMAMAR

Finalização de um Curso de Formação Profissional

No passado dia 24 de abril do corrente ano os formandos do Curso 4 – Ação 1 – Assistente Operacional de Armamar terminaram o seu percurso na A2000. Doze clientes iniciaram este percurso em 2023 e onze terminaram-no em 2025, pois um deles acabou por rescindir contrato devido a uma proposta de trabalho numa área do seu interesse.

Durante o curso, foram adquiridos conhecimentos escolares, técnicos, desenvolvidas competências práticas e fortalecidos valores como a responsabilidade, o trabalho em equipa, a resiliência e a inclusão social. Cada sessão, cada conteúdo, cada desafio su-

perado contribuiu para a formação não só de um profissional mais capacitado, mas também de uma pessoa mais preparada para o futuro.

A conclusão de um curso de formação profissional representa muito mais do que o fim de uma etapa, pois é a celebração de um percurso de esforço, dedicação e aprendizagem. Para muitos, este momento marca o início de uma nova oportunidade no mercado de trabalho, a aceitação por parte da sociedade, o reforço da confiança pessoal e a preparação sólida para enfrentar os desafios futuros.

O feedback transmitido pelos formandos foi bastante positivo e gratificante, focando-se na evolução pessoal, autodeterminação e independência que cada um adquiriu no seu percurso.

Finalizar esta formação é motivo de orgulho, sendo também o reflexo de



um compromisso assumido com o próprio desenvolvimento e com a busca por um futuro melhor.

Sofia Barros, Formadora
Curso 4 – Ação 1 – Assistente Operacional

Intervenção Precoce na Infância (IPI)

Santa Marta de Penaguião | Peso da Régua

Mesão Frio | Mondim de Basto



SEGURANÇA SOCIAL

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

Distrito de Vila Real

Espaços de Convívio

Idosos autônomos e isolados

Concelho de Santa Marta de Penaguião

Concelho de Peso da Régua

Concelho de Lamego



Prémio Caixa Social da Caixa Geral de Depósitos

Oportunidade D'Ouro

Concelhos do Peso da Régua e/ou limítrofes

(Mesão Frio, Sta. Marta de Penaquião, Vila Real, Sabrosa)



Investidor Social



Portugal
INOVAÇÃO
SOCIAL

INORTE 2030
Programa Regional do Norte



Cofinanciado pela
União Europeia

Projetos cofinanciados pelo Instituto Nacional de Reabilitação (INR)



Peso da Réqua, Armamar e Tabuaco



Projeto cofinanciado pelo INR, I.P.



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

Maio entre desporto, arte e caminhadas ao sol!

Maio foi mesmo em cheio no CAARPD! Chegou o bom tempo, e com ele vieram muitas atividades que nos encheram o coração, o corpo e a mente! Preparados para saber tudo o que andámos a fazer?

No desporto... estamos imparáveis! Este mês participámos em dois torneios de Boccia DI e estamos super orgulhosos dos nossos resultados! No dia 8 fomos até Felgueiras e trouxemos o 1.º lugar para casa, garantindo o apuramento para a final nacional da ANDDI! Mais tarde, no dia 17, estivemos em Matosinhos para os Jogos de Verão da

ANDDI e ficámos em 2.º lugar, mais uma grande conquista!

E como o sol já começa a aquecer, aproveitámos para voltar às nossas caminhadas pela vila. Estes passeios são sempre momentos muito especiais: falamos sobre as mudanças da natureza, reparamos nos jardins, nas lojas, nas pessoas (que agora já andam de manga curta e com outro ânimo!). É uma forma incrível de nos ligarmos à comunidade e ao que nos rodeia.

Na comunidade... estamos por todo o lado! Fomos convidados para a apresentação do livro *"Pétalas Mágicas"*, sobre a inclusão. Foi muito giro e inspirador!

Também participámos num quiz super divertido sobre os países da União Europeia, no âmbito do Dia da Europa. Aprendemos imenso e

ainda demos umas boas gargalhadas.

Na nossa sala... criatividade não nos falta! Para o Dia da Mãe, preparamos uma lembrança feita com muito amor.

Metemos mãos à obra e construímos um instrumento musical muito divertido...foi uma verdadeira descoberta artística!

E não ficámos por aí: também nos aventurámos na cerâmica e criámos peças únicas. Podemos dizer que temos aqui verdadeiros artistas plásticos em ascensão!

Foi um mês cheio de movimento, arte e bons momentos partilhados.

Agora venha junho... que estamos prontos para mais!

Os clientes e técnicos do CAARPD de Murça



Arte

No CAARPD, o mês de maio foi dedicado ao tema arte, dando lugar à cor, expressão e muita criatividade. Ao longo das semanas, foram desenvolvidas várias atividades que permitiram explorar diferentes formas de arte, desde a pintura, o desenho e criação, até à música e à dança.

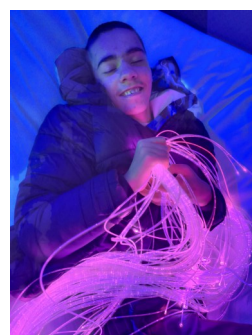
Iniciámos o mês com a confeção das prendas para o Dia da Mãe, onde cada presente foi pensado e criado com imaginação, carinho, tornando-se uma forma especial de demonstrar afeto.

Um dos pontos altos do mês foi o nosso desfile artístico, onde os participantes apresentaram peças de roupa criadas por eles próprios. Para além do orgulho em mostrar as suas criações, este momento foi vivido com muita alegria, reforçando a autoestima, a originalidade e o espírito de grupo.

No campo da expressão emocional, desenvolvemos um livro sensorial das emoções, pensado para estimular os sentidos e ajudar no reconhecimento e compreensão das diferentes emoções. A arte do corpo também esteve presente, com uma sessão de Pilates que permitiu trabalhar o bem-estar físico, a concentração e respiração.

Aproveitámos também para visitar a Feira do Livro no Peso da Régua, uma oportunidade de contacto direto com livros, incentivando o gosto pela leitura. Maio foi ainda o mês dos atletas do CAARPD participarem no Torneio de Boccia em Matosinhos, uma atividade desportiva e inclusiva que promoveu o espírito de equipa, o respeito pelas regras e superação pessoal.

Encerrámos o mês com grande entusiasmo e música, dando início aos ensaios para as marchas populares de junho. A energia, o ritmo e a alegria já se fazem sentir pelos corredores, deixando antever um próximo mês cheio de animação.

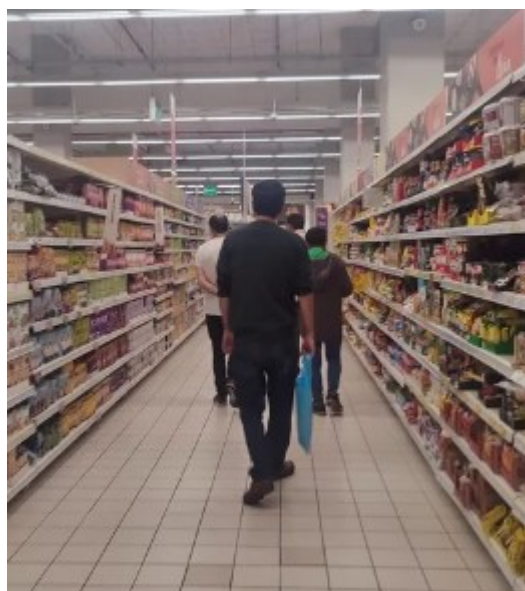


Os clientes e técnicos do CAARPD de Poiares, Peso da Régua

OPORTUNIDADE D'OURO



O projeto “Oportunidade D'ouro”, distinguido na 6ª Edição dos Prémios Caixa Social 2024, promovidos pela Fundação Caixa Geral de Depósitos, continua a demonstrar o seu impacto positivo na vida de adultos com perturbações de foro psicológico, ao apostar em iniciativas que promovem a sua inclusão social e profissional.



Uma das ações mais enriquecedoras tem sido a realização de experiências em contexto social externo, com o objetivo de desenvolver competências sociais e relacionais em situações do quotidiano real. Os participantes tiveram a oportunidade de visitar e interagir em diversos locais da comunidade, como o Espaço do Cidadão, as Finanças, bancos, supermercados e o shopping – experiências que lhes permitiram praticar a comunicação assertiva, o cumprimento de normas sociais, a gestão de dinheiro e o exercício da autonomia.

A jornada culminou com um momento de convívio e reflexão no Parque Corgo, onde os participantes partilharam o seu feedback sobre o dia, identificando conquistas pessoais, desafios superados e aprendizagens adquiridas. Este espaço de partilha revelou-se fundamental para consolidar os progressos individuais e reforçar a motivação para os próximos passos.

Estas vivências integram-se na missão do projeto: criar oportunidades reais de capacitação, acreditando no potencial de cada pessoa e proporcionando ferramentas para a sua integração plena na sociedade.



Beatriz Costa, Técnica da A2000

Alerta para a Empregabilidade

Teve início o projeto Alerta para a Empregabilidade, cofinanciado pelo INR – Instituto Nacional de Reabilitação – com a finalidade de promover a empregabilidade, informando, sensibilizando e capacitando as entidades empregadoras dos concelhos de Armamar e Tabuaço, para a inclusão de pessoas com deficiência no mercado de trabalho, focando as competências das PCDIs e desmistificando o paradigma clínico, muito focado na incapacidade.

A inclusão é um processo onde todos intervêm, mas cada um tem um papel específico, porém, para o desempenharem bem, é necessário que todos partam do mesmo patamar de informação e conhecimento, para remarem todos no mesmo sentido.

Assim, este projeto vai investir no contacto direto com as empresas e a comunidade, no sentido de os informar e sensibilizar para a inclusão profissional.

Para tal serão realizadas várias atividades, a saber:

⇒ **Contacto personalizado com 80 empresas dos dois concelhos**, no sentido de sensibilizar para o Direito ao trabalho; de divulgar os apoios à empregabilidade do IEFP (com a entrega de folheto), e de averiguar a disponibilidade das empresas para a integração profissional ou realização de estágios, ou experiências profissionais.



**ALERTA para a
Empregabilidade!**

⇒ **Uma Palestra “Diferentes, mas Juntos: Apresentação das Boas Práticas de Inclusão”** para sensibilização do tecido empresarial com a apresentação de exemplos de outras empresas com quem a A2000 já trabalha e que integraram pessoas com diversidade funcional.

Será aberta à comunidade, e incluirá um momento de homenagem às muitas dezenas de entidades inclusivas que cooperam com a A2000 na região.

⇒ **Dois World Café “Alerta para a Empregabilidade”** (um em cada concelho), abertos à comunidade, dirigidos aos representantes autárquicos, entidades empregadoras, parceiros sociais, PCDIs e famílias para debate sobre “O que já foi feito? O que falta fazer?”.

No final, dos cerca de 8 meses do projeto, pretende-se que o assunto “inclusão profissional das pessoas com diversidade funcional” esteja na agenda político-social dos concelhos, que as medidas existentes sejam implementadas e os preconceitos desmistificados.

Alexandra Santos, Técnica da A2000



MAIO Desafia-te a Incluir

Neste mês de maio, trabalhamos afincadamente na produção do material de divulgação do projeto cofinanciado pelo INR, desde o símbolo do projeto, aos cartazes, desdobráveis que serão usados na divulgação e entregues aos parceiros que connosco participem.

Logo no início do mês, a 5 de maio, assinalamos o Dia Europeu da Vida Independente com a realização de um vídeo, com os clientes de Tabuaço, que mostra algumas situações do dia-a-dia em que as pessoas com deficiência também podem ter o direito de usufruir. Esta data, foi instituída pela ENIL - European Network on Independent Living, uma plataforma de âmbito europeu, dirigida a Pessoas com Deficiência ou Incapacidade e organizações promotoras da Vida Independente, cuja principal missão é promover os valores e práticas de Vida Independente e vai de encontro aos objetivos do nosso projeto!

Iniciamos as saídas pela comunidade para apresentar o “Desafia-te a Incluir”, que tem como finalidade sensibilizar, cada cidadão para a importância da promoção da VIDA

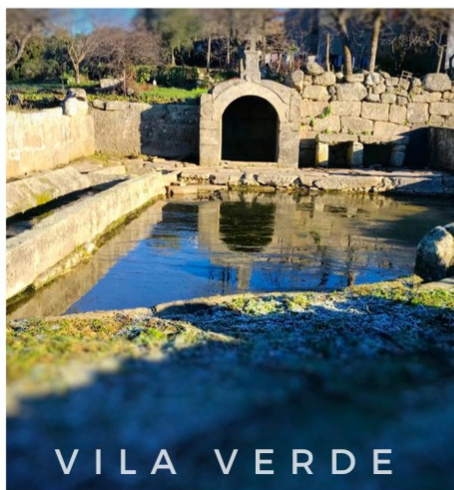
INDEPENDENTE, como estratégia para a plena INCLUSÃO das pessoas com diversidade funcional. E foi isso mesmo que fizemos: interpelamos as pessoas que encontramos na rua para abordar um este tema, visitamos os pequenos comércios, e os serviços públicos locais para que tomem conhecimento do trabalho que vamos realizar até ao final do ano.

De referir, que para além destas atividades continuamos, realizamos outras que em muito contribuem para a independência nas nossas vidas: desporto, piscina, ginásio e música, etc..

Alexandra Santos, Técnica da A2000



FREGUESIA VILA VERDE



VILA VERDE



VALE DE AÇODIM



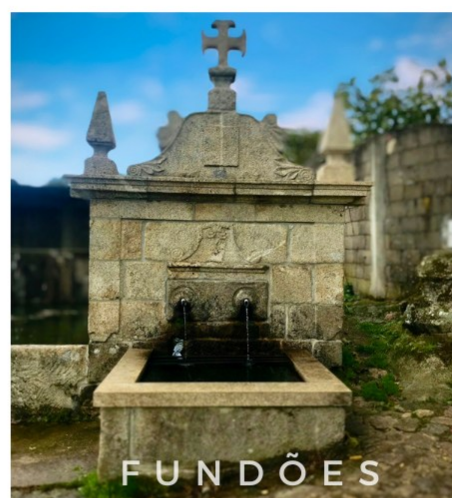
SOUTO DE ESCARÃO



PERAFITA



JORJAIS DE
PERAFITA



FUNDÕES



FREIXO



BALSA



VILA VERDE, ALIJÓ

Fé que enraiza. Património que perdura

"A verdadeira viagem de descoberta não consiste em procurar novas paisagens, mas em ter novos olhos."

Marcel Proust

Durante o mês de maio, os Espaços de Convívio da A2000 foram palco de inúmeras atividades que promoveram a partilha, o conhecimento e o convívio saudável entre os seus participantes.

Num mês marcado por temas de grande relevância social, abordámos assuntos como a família – os seus tipos, a sua evolução ao longo do tempo e a sua importância nas nossas vidas.

Um dos momentos de maior destaque foi a celebração do Dia Internacional da Luta contra a Homofobia, Transfobia e Bifobia, assinalado a 17 de maio. Esta data foi aproveitada para esclarecer o significado de cada uma destas formas de discriminação, apresentar um breve percurso histórico da homossexualidade e promover uma reflexão sobre os mitos que ainda persistem em

torno da homoparentalidade. Destacou-se, com entusiasmo, o facto de estes temas serem hoje discutidos com cada vez mais naturalidade e respeito, evidenciando uma sociedade que avança no sentido da inclusão e da aceitação.

No que toca às atividades lúdicas e recreativas, houve tempo para tudo: jogos de *Boccia*, passeios por locais próximos e piqueniques ao ar livre, nomeadamente no Santuário de S. Domingos, em Armamar, no Santuário de Nossa Sra. Do Viso e no miradouro de S. Pedro, em Fontes.

O Espaço de Convívio da União de Freguesias de Lorigos (S. João e S. Miguel) e Sanhoane destacou-se com uma visita muito especial aos idosos da Fundação Luis Vicente, num momento de partilha repleto de afeto.

Entre danças seniores, jogos de cartas, bingo, mímica e o animado jogo "Detetive das Palavras", os dias foram preenchidos de alegria, interação e boa disposição. Houve também espaço para desenvolver competências digitais, com sessões dedicadas ao aperfeiçoamento do uso de computadores e *tablets*.

Por sua vez, os clientes do Espaços de Convívio da União de Freguesias de Louredo e Fornelos aventuraram-se numa experiência gastronómica diferente, com uma visita a um restaurante de sushi, em Vila Real, promovendo o contacto com novos sabores e culturas.

As atividades de maio reforçaram os laços entre os participantes, estimularam o bem-estar e mostraram que a partilha e o respeito pela diversidade continuam a ser pilares fundamentais dos Espaços de Convívio da A2000.

Tal como refere Marcel Proust, foi com "novos olhos" que os participantes vivenciaram este mês: olhos mais atentos à diversidade, mais abertos à inclusão, e mais sensíveis à beleza dos momentos partilhados. Cada atividade foi uma oportunidade para descobrir o outro, redescobrir a si mesmo e fortalecer os laços que unem esta "Família" tão especial.

Paula Conceição, Técnica da A2000



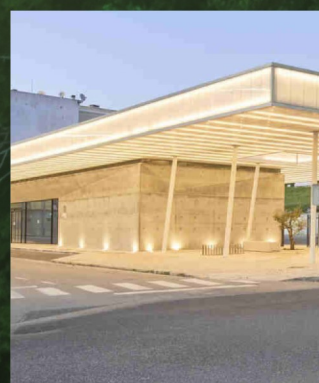
Os Espaços de Convívio da A2000 desenvolvem-se atualmente no Concelho de Peso da Régua, na União de Freguesias de Galafura e Covelinhas; no Concelho de Santa Marta de Penaguião nas freguesias: União de Freguesias de Lorigos (S. Miguel e S. João Baptista) e Sanhoane; União de Freguesias de Louredo e Fornelos; Freguesia de Sever; Freguesia de Alvações do Corgo; e Freguesia de Fontes e no Concelho de Lamego na União de 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; o Município de Santa Marta de Penaguião; a União de Freguesias de Lorigos (S. Miguel e S. João Baptista) 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 de Freguesias de Parada do Bispo e Valdigem.



Ligados pela Excelência. Movidos pela Inovação.

O **Greengray Group** é um grupo **industrial 100% português**, com presença consolidada a nível nacional e internacional. Composto por 7 empresas a operar em setores estratégicos e complementares - **metalomecânica, engenharia, construção, telecomunicações e energia** - o grupo apresenta uma base sólida de conhecimento técnico, **inovação e compromisso** com a excelência.

- ENGENHARIA & CONSTRUÇÃO
- METALOMECÂNICA & INFRAESTRUTURAS
- TELECOMUNICAÇÕES
- ENERGIA



As empresas que constroem o grupo

EUROGALVA · RUCE · STEELGALVA · FISOLA · SOMAIA · TURNPAGE · ELECTROCLIMA

Juntos, transformamos desafios em progresso.



DOADORES DO MÊS



União das Freguesias de
Noura e Palheiros

 GOLDEN HOTELARIA EQUIPAMENTOS HOTELEIROS, LDA	 FREGUESIA DE NOURA	 TMOREIRA	 FREGUESIA DE VILA RICA E VILA VERDE	 DUPLA DIABÓLICA	 ESTD 1943 casa mário machado 80 ANOS
 UNIAO DAS FREGUESIAS DE GALAFURA E COVELINHOS PESO DA RÉGUA	 irmãos LEITE.	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE CAM E VILANOVA	 FARMÁCIA NOSSA SENHORA DE FÁTIMA MURÇA	 FREGUESIA DE ARMARIZ	 CONVÍVIO RESTAURANTE
 Intermarché Peso da Régua	 ESTD 1870 Aveleda Onde os sonhos se cultivam	 ROZÉS PORTO	 casasdepousadouro.com DESIGN HOME STAY	 OBILA ÓTICA ÓTICA & OPTOMETRIA DE EXCELÊNCIA	 Freguesia de LOUREIRO
 UNIAO DAS FREGUESIAS DE GALAFURA E COVELINHOS PESO DA RÉGUA	 PNPNEUS pneus novos e usados	 ARCOFIL Caleiras em Alumínio Lacado, Cobre e Zinco TODO O TIPO DE QUINAGEM EM ALUMÍNIO	 O Cendúculo do Leitão Mendres - Vila Real	 ELECTROLUZ de CSG - Costa, Santos e Garcia, Lda.	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE
 *CIMAGOM wine rest®	 S. Leonardo RESTAURANTE	 FREGUESIA DE TABOÃO	 UNIÃO DAS FREGUESIAS PESO DA RÉGUA E GODIM	 Fribila FRIO INDUSTRIAL	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE
 Quinta do PRÍNCIPE CHAVES	 Quinta do Pêgo	 OMY mediação imobiliária	 COMPASSO E RÉGUA GABINETE DE PROJETOS	 IMPORTALK VEÍCULOS	 HIPERMERCADO E.Leclerc LAMEGO
 ALVARÁ Nº 61805 HABI PENAGUIÃO ENGENHARIA E CONSTRUÇÃO	 Mateus	 BORRALHA Hotel + Restaurante + Spa	 mapos gráfica	 SECIL Dá forma às ideias	
 DOUROSISTO apartamentos	 KONICA MINOLTA	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE	 Vagoroso seguros sociedade de mediação de seguros e promoção bancária	 MYSTERIOUS reason	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE
 FAFEL Construct	 ESTABLISHED 1727 MARTHA'S WINES & SPIRITS	 FREGUESIA DE TABOÃO	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE GALAFURA E COVELINHOS PESO DA RÉGUA	 CF Alumínios Alumínios e Estores	 LAND-PEÇAS
 ARMAZÊNS DO CORGO PLÁSTICOS • LIXAÇÃO • DECORATIVOS • BRINQUEDOS • COMÉRCIO GERAL	 OrtoMaior	 FUNDAÇÃO DA CAIXA AGRÍCOLA DO VALE DO TÁVORA E DOURO	 Doutor Finanças Circuito, Vila Real	 UNIÃO DAS FREGUESIAS	 LUSIMED GROUP Dr. António Rodrigues & Dra. Sandra Silva
 BLEAM	 VILA VERDE-ALVÃO	 be Carpinteiros Branco Exótico	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE	 IRMÃOS PEREIRA	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE
 COMPASSO E RÉGUA GABINETE DE PROJETOS	 ON24h alarmes	 Quinta da Laceira AL Guiões - Vila Real 914 135 566	 Intermarché Vila Real	 FILOCO DOURO	 UNIAO DAS FREGUESIAS DE VILA RICA E VILA VERDE

Viver e Aprender | Edição 211 | MAIO 2025

VISITE-NOS

Rua S. João Bosco, Nº478 | 5050-346 Poiars - Peso da Régua

Tlf: 254 822 046 / a2000@a2000.pt

