

ASSOCIAÇÃO 2000 DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO

Até um dia

Graciana Coelho...

Viver e Aprender

NEWSLETTER MENSAL | EDIÇÃO 161 ANO 20 | MARÇO 2021

www.a2000.pt

RELATÓRIO E CONTAS 2020

(pág.7-10)

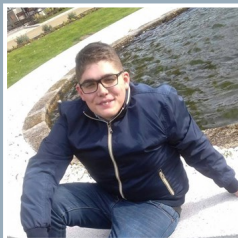


ASSEMBLEIA-GERAL 31/03/2021

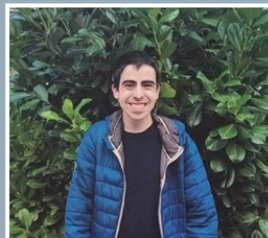
- ◇ Análise da Execução Física
- ◇ Análise das Contas
- ◇ Auditoria / Certificação das Contas
- ◇ Parecer do Conselho Fiscal

TESTEMUNHOS DE FPCT

(pág.18-19)



Carlos Trindade



Francisco Correia

INTEGRAÇÕES PROFISSIONAIS

(pág.5-6)



Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião

Cofinanciado por:



Hélder Silva



Filipe Lopes



Paulo Rodrigues



Marta Pintor

Cofinanciado por:



TODO O DESPORTO TEM O SEU ESPAÇO



Bruno da Costa 0484308402 enovaplaco@gmail.com TVA: 0630 85 81 08



MAIS. DEVAGAR.



CONSTRUCTION ET RÉNOVATION



União das Freguesias de Barcos e Santa Leocádia

Largo da Sra. da Piedade 8, 5120-074 Barcos

254 781 657



PESO DA RÉGUA

DS PESO DA RÉGUA

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

Tel. 254 405 402 · 936 731 040
regua@decisoesesolucoes.com

Iola

Homem ——— Senhora

Rua Dt Roque da Silveira, 17-23

5000-630 Vila Real

259 323 594

rjcabralcosta@gmail.com

CASAS NA HORA

LOJA DO PESO DA RÉGUA

FORNERIA

HANDMADE FIREWOOD FOOD

R. António de Azevedo 86, 5000-514 Vila Real

CHAMALAR

Sociedade Distribuidora de Gás, Lda.

Av. de Ovar - Edifício Santa Rita 1, R/Ch Esq.
5050-223 Peso da Régua
Portugal



PMSG

Pedro Granja

pmsg.unipessoal@gmail.com
+351 930 424 247
+351 926 643 761

Rua Central nº94 Fornelos
5030-219 Santa Marta de Penaguião

Café Galafurense

254 929 162

Largo do Eiró, Galafura; Peso da Régua



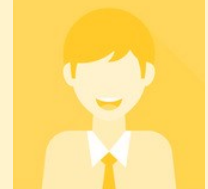
Construção e Reparação
de Edifícios

Todos os trabalhos
de Construção Civil

EDUARDO JACINTO ERMIDA
Serviço de Fichreiro e Montagem
de Bombas em furos artesanais

Telef. 254 920 718
Telm. 919 202 494

Galafura
5050 Peso da Régua



Apoio individual - Sr. Mário



A PRIMAVERA

**UMA PANDEMIA DE MUDANÇAS...
UMA BAZUCA DE OPORTUNIDADES.**

O mês de março acomoda o início da Primavera e com ela um ciclo de mudanças que envolvem, sem exceção, todos os seres vivos.

Efetivamente tudo muda, os dias crescem, a luz solar aumenta, as temperaturas sobem, as flores pintam-se de várias cores, as árvores vestem-se, os pastos renascem, os pássaros chilreiam, os animais reproduzem-se, as sementeiras organizam-se e as pessoas, por norma, sorriem com mais motivação, satisfação e esperança... é claramente uma pandemia de mudanças, com variantes para todos os gostos e feitios.

A primavera inicia-se instigando as mudanças e à mudança de tudo. Trata-se pois do início dum ciclo que se enxerga positivo! Parece que de um dia para o outro surgem novas oportunidades, novas vidas, novas alegrias e novas esperanças com um débito digno de uma bazuca que não deixa ninguém indiferente.

Refletindo e valorizando a vida e a dignidade com que devemos encarar tudo o que nos rodeia e envolve, temos como exemplo as 4 estações do ano (Primavera, Verão, Outono, Inverno), todas elas integram o ciclo da vida com registos distintos e em clara complementaridade. Nenhuma das estações do ano faz sentido sem a existência as outras, o que nos leva para um patamar de reflexão de que tudo é composto por ciclos que, embora nem sempre nos agradem com a mesma satisfação, devemos acolher, não como uma inevitabilidade, mas com o sentido prático e imperativo de necessidade e da lógica de que aquilo que podemos mudar é a forma como olhamos

e processamos a realidade: a nossa percepção!

As 4 estações do ano existem independentemente do estado de espírito das pessoas e não depende delas (nunca) a sua alteração ou ordenação. O que realmente está ao nosso alcance é mesmo a forma como podemos olhar e sentir aquelas realidades: podemos adaptar a nossa existência, podemos vestir mais roupa no Inverno ou ligar o aquecimento, mas não podemos mudar o Inverno...

Nesta senda, o ideal será encararmos estes ciclos e lógicas de mudança agarrados à bazuca de oportunidades, colocando todo o esforço e transpiração no trabalho que elas implicam. É como uma espécie de automatismo para nos ajudar a transformar as realidades que percebemos. Não é possível mudar o meio físico, mas é possível mudar o nosso olhar, o sentimento, a nossa percepção...

Assim sendo, até parece que o difícil se transforma em fácil! Nada disso, o difícil continua difícil e é necessário atacá-lo com a bazuca de oportunidades, é necessário mudar a percepção desse difícil e encará-lo como fazendo parte de um ciclo e que depois da Pandemia vem uma Primavera de mudanças e uma bazuca de oportunidades.

António Ribeiro, Presidente da Direção

Índice

□ CRIP	3
□ Destaque: • <i>Integração Profissional</i>	4
□ Notícias da A2000	7
CLDS-4G	13
□ Acessibilidade para todos	14
□ Formação Inicial e Formação Contínua	15
□ Viver sem Idade;	20
□ CAARPD	22
□ Intervenção Precoce na Infância	22
□ Doadores do mês	28

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**

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.

AC -

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

INTEGRAÇÕES

PROFISSIONAIS

Município de Santa Marta de Penaguião



A Câmara Municipal de Santa Marta de Penaguião está em destaque na inclusão socioprofissional de quatro pessoas com deficiência e incapacidade (PCDI), que foram antigos formandos da A2000. Esta autarquia tem também acolhido vários estágios de formação.



após ter passado pela medida de Apoio à Colocação do Centro de Recursos da A2000. Nas suas

Hélder Silva, jovem de 25 anos, é um dos novos colaboradores, recentemente integrado ao abrigo de um Contrato de Emprego-Inserção + (CEI+). Encontrou a sua oportunidade no Município

declarações, o Hélder explicou quais as suas funções e agradeceu o apoio da A2000 para que a oportunidade se tornasse realidade. "As minhas tarefas passam por apoiar os meus colegas nos trabalhos de manutenção e limpeza das ruas. Graças a este trabalho, consigo comprar as minhas coisas e ajudar no que for necessário, o que é bom para a minha vida porque, se não fosse esta oportunidade, estaria em casa sem qualquer ocupação. Agradeço o apoio que a A2000 me deu, que permitiu que eu tivesse esta possibilidade de trabalhar".



lho é muito variado, e faço tudo o que aparece e é

Aos 45 anos, Paulo Rodrigues também encontrou na autarquia penaguiense uma «porta aberta» para uma nova oportunidade profissional e, nas suas declarações, enalteceu a importância financeira e emocional que ter um trabalho representa para a sua vida. "O meu trabalho é muito variado, e faço tudo o que aparece e é necessário, desde a limpeza das ruas ou a realização de diversas reparações na via pública e nos espaços, porque é a área em que gosto de trabalhar. Além disso, o dinheiro que ganho ajuda-me a ter uma vida mais estabilizada e traz-me uma maior auto-estima, porque sinto que sou útil à sociedade. Tudo isto foi possível graças ao trabalho da A2000. Guardo boas recordações e tenho muitas saudades dos tempos que passei na Associação e, ainda hoje, não só recomendo como divulgo tudo o que a A2000 faz nas redes sociais, pela ajuda que dá a quem quer ter uma oportunidade", venceu, ele que frequentou uma formação idêntica à do Hélder.



Também com o mesmo curso dos dois ex-formandos anteriores, Filipe Lopes iniciou funções no Município em novembro do ano passado, e destaca o gosto pelo trabalho que faz e a boa relação com os colegas, embora confesse ter muitas saudades dos tempos de formação. "O meu trabalho é sobretudo na área da jardinagem, a tratar das plantas, cor-

tar a relva, tirar as ervas daninhas e limpar esses espaços. Gosto do que faço e a minha relação com os colegas é muito boa, além de que receber um ordenado ajuda-me bastante nas minhas despesas. Confesso que tenho muitas saudades dos tempos de formação na A2000, onde me dava muito bem com os colegas e formadores, mas também quero continuar a trabalhar e receber o meu ordenado, que é muito importante para a minha vida".



Marta Pintor é outra das colaboradoras integradas no âmbito da medida CEI+, encontrando-se a apoiar os serviços do Grupo Cultural e Desportivo de Sever. "Estou a prestar apoio ao Grupo Cultural e Desportivo de Sever, a fazer limpezas, a servir ao balcão e a ajudar nas tarefas que me são pedidas no dia-a-dia. Sinto muito a

diferença de ter ou não ter um salário na minha qualidade de vida e, nesse aspeto, o apoio da A2000 tem sido muito importante, por todo o apoio que me tem dado ao longo destes anos. Recomendo a toda a gente os serviços da Associação, até pela importância que já tiveram na minha própria vida", frisou.

Satisfeito com a integração destes colaboradores está Luís Machado, presidente da Câmara Municipal que, nas suas declarações, reforça a importância da contratação de pessoas com deficiência e incapacidade pelas autarquias, referindo que a legislação específica devia de ser mais ajustada às necessidades das pessoas e das autarquias.

O autarca penaguiense elogiou o rendimento dos colaboradores integrados, frisando mesmo que "estão a exceder as expectativas", e venceu a importância da parceria com a A2000 no domínio da inclusão socioprofissional desta população. "A nossa parceria com a A2000 tem sido extraordinária e o trabalho da Associação tem sido muito valioso. É um trabalho que tem um impacto profundo na vida dos seus utentes e respetivas famílias e que se tem mostrado bem-sucedido nas oportunidades que têm sido dadas. É uma colaboração sem dúvida a manter, até porque queremos corresponder às necessidades e expectativas deste público e, neste sentido, estamos muito agradecidos pelo caminho que temos percorrido neste domínio, juntamente com a A2000".



por Gonçalo Novais e Ana Augusto, *Técnicos da A2000*

RELATÓRIO E CONTAS 2020

No dia 31 de março, realizou-se nas instalações da sede da A2000 a reunião de Assembleia-Geral Ordinária, a qual também foi transmitida via ZOOM para os sócios que se inscreveram previamente.

Nesta reunião foi apresentado o Relatório e Contas de 2020 que foi aprovado por unanimidade.

Numa sessão que também foi aproveitada para fazer uma reflexão sobre o trabalho feito no ano anterior, o presidente da A2000, António Ribeiro, mostrou-se muito satisfeito com a forma como a Associação assegurou a qualidade do seu funcionamento, mesmo em tempos tão exigentes. **"Devido à pandemia e aos confinamentos obrigatórios, a execução de todas as nossas respostas sociais foi bastante afetada, em virtude quer da redução do período das atividades, quer até da impossibilidade de realizar iniciativas de grandes grupos, por força do cumprimento das diretrizes da Direção Geral de Saúde. Contudo, apraz-me reconhecer o esforço e capacidade de adaptação dos nossos técnicos e colaboradores, que souberam adaptar-se a estes tempos e normas e continuaram a assegurar um acompanhamento de proximidade e qualidade aos nossos clientes."**

Outro dos aspetos não esquecidos pelo presidente da direção foi o crescimento das respostas sociais existentes, que não pára mesmo em tempos de pandemia. **"A crise sanitária que agora vivemos, e a fase posteriormente difícil que atravessaremos a nível económico, vão aumentar a necessidade das respostas sociais que instituições como a A2000 oferecem aos públicos mais desfavorecidos da região. Foi nesse contexto que, em 2020, emergiram novas respostas como o CLDS-4G em parceria com o Município de Murça, a implementação do projeto "Viver Sem Idade", apoiado no âmbito dos Prémios BPI "la Caixa" Seniores e houve o alargamento do território de abrangência do nosso Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP)", frisou.**



Por fim, António Ribeiro não esqueceu de sublinhar a capacidade da A2000 manter o seu equilíbrio financeiro, sem deixar de ter a ambição de crescer e evoluir. **"A gestão muito rigorosa e responsável que temos feito é a causa para nós, mesmo com os passos ambiciosos que foram dados para o crescimento da Associação, termos uma situação de equilíbrio financeiro que nos permite perspetivar o futuro com confiança e otimismo, sem deixarmos de investir, no presente, para melhorar as condições de trabalho dos nossos colaboradores e utentes, como já está a acontecer com a construção do nosso elevador, que vai dotar o nosso edifício de condições de mobilidade adequadas às necessidades de todos. Ao mesmo tempo, foi já enviada a candidatura ao Programa de Alargamento da Rede de Equipamentos Sociais (PARES) que, uma vez aprovada, nos permitirá desenvolver uma série de futuras respostas sociais que terá um forte impacto no aumento dos clientes que atenderemos, bem como dos postos de trabalho que criaremos para sustentar a qualidade dessas respostas", enalteceu.**

Resumimos, neste artigo, o conteúdo do documento composto por 83 páginas, apresentado na Assembleia-Geral, e que se encontra disponível para consulta no site da A2000 – www.a2000.pt.

O Relatório e Contas do ano de 2020 compila a taxa de execução de todas as ações previstas para o ano de 2020, indicando os desvios e as orientações para os corrigir.



Devido à Pandemia COVID-19, todos os serviços/projetos foram afetados ao nível da sua execução devido aos confinamentos obrigatórios, devido aos confinamentos de técnicos e clientes por profilaxia ou por terem contraído a doença COVID-19 e devido às novas regras da Direção Geral de Saúde que impediram a realização de atividades em grande grupo (por ex. saídas/visitas, passeios, jogos, festas, picnics...), tal como estavam previstas nas respetivas planificações dos serviços, e obrigaram ao uso constante de máscara e ao distanciamento entre as pessoas dentro das salas e fora delas – o que foi um grande constrangimento quando se trabalha com pessoas, principalmente sendo estas mais vulneráveis.

Enfim, a execução dos serviços/projetos não se concretizou como o previsto no Programa de Ação (o tempo de laboração foi menor, devido ao confinamento), pelo que os objetivos também não se puderam cumprir na medida prevista, contudo o esforço exigido a todos foi maior e todos deram o seu melhor. Felizmente não perdemos ninguém nesta guerra com o vírus, o que já constitui um saldo positivo!

O Relatório e Contas do ano 2020 é constituído por 3 partes: a Análise da Execução Física, a Análise das Contas e o Parecer do Conselho Fiscal. Apresenta-se aqui um resumo:

1 – Análise da Execução Física – comporta a descrição das ações executadas; Participação dos stakeholders; Recursos envolvidos; Desenvolvimento e Inovação; Monitorização do sistema de gestão da qualidade.

A A2000 promove dois tipos de serviços

Formativos e Não-Formativos):

SERVIÇOS FORMATIVOS

- **Qualificação de pessoas com deficiência ou incapacidade** que envolveu a modalidade de formação inicial, porém comportou dois projetos formativos (POISE-03-4229-FSE-000180 e POISE-03-4229-FSE-000283). No seu conjunto, os dois projetos envolveram:
 - 216 formandos; 13114 horas de formação ministradas; um volume de 119333 horas frequentadas.
 - Este serviço formativo decorreu em 6 locais (Sede da A2000, Baião, Resende, Chaves, Tabuaço e Armamar).
- **Formação não Financiada:** decorreram dois cursos, um transitado do ano anterior e outro que iniciou em 2020 que envolveram:
 - 20 formandos; 123 horas de formação ministradas (em regime b-learning); um volume de 1092 horas frequentadas.

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 58 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 5 freguesias do concelho de Sta. Marta de Penaguião e de uma freguesia do concelho de Peso da Régua (União de Freguesias de Galafura e Covelinhas), com ações diversas, para 91 idosos. Em dezembro iniciou-se o Projeto BPI Seniores – Viver sem Idade, que englobou todos os idosos deste serviço.
- **Centro de Recursos para a Inclusão Profissional (CRIP):** envolveu 3 serviços e abrangeu 145 pessoas: 68 em Informação, Avaliação, e Orientação para a Qualificação Emprego (IAOQE); 62 em Apoio à Colocação (AC); 15 em Acompanhamento Pós-Colocação (APC).
- **Centro de Atendimento, Acompanhamento e Reabilitação Social (CAARPD):** que envolveu duas modalidades - “Atendimento e Acompanhamento” e “Reabilitação Social” - e abrangeu 27 pessoas.
- **Programa de Financiamento a Projetos do Instituto Nacional para a Reabilitação (INR)** que envolveu 2 projetos: “Direito de Ser” – que decorreu em 3 concelhos: Armamar, Murça e Tabuaço – e “Empregabilidade para todos” – que decorreu em Tabuaço e Murça. Foram abrangidas 34 pessoas com deficiência ou incapacidade em atividades semanais entre junho e dezembro.
- **CLDS-4G Murça Milhões de Esperanças:** que decorreu em Murça e envolveu ações em 13 atividades dos seus 3 eixos. Abrangeu 139 participantes (crianças, jovens, adultos, idosos e pessoas com deficiência).

STAKEHOLDERS

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.

- Ao nível dos **parceiros**, existiram 169 (num total de 210 acordos estabelecidos, pois alguns

estabeleceram mais do que um Acordo de Parceria, já que foram interlocutores em vários serviços e com diferentes objetivos), e destes 22 foram estratégicos.

- Em termos de **colaboradores**, no ano de 2020, colaboraram 99 pessoas na A2000: com Contrato de trabalho, 52; Prestação de Serviço, 15; Medidas ativas de emprego do IEFP – CEI+, 15; CEI, 2; Estágio Profissional, 9; programa MAREES, 6.
- Os **fornecedores** foram 50 e todos se submeteram aos procedimentos da contratação pública; alguns transitaram do ano anterior.
- Os **financiadores** foram: Fundo Social Europeu (FSE) e o Estado Português (IEFP; Segurança Social; 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; Freguesias: a União de Freguesias de Poiares e Canelas; a União de Freguesias de Galafura e Covelinhas; União de Freguesias de Lobrigos (S. Miguel e S. João Baptista) e Sanhoane; União de Freguesias de Louredo e Fornelos; Freguesia de Fontes; Freguesia de Sever; Freguesia de Alvações do Corgo; Associação Cultural, Social, Desportiva e Recreativa de Galafura; BPI – Fundação La Caixa.
- **Outros financiadores** (autarquias, empresas e particulares de múltiplos quadrantes, que realizaram doações à A2000 e muitos outros, cujos montantes se cifraram abaixo dos 500,00€.

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).

DESENVOLVIMENTO E INOVAÇÃO

A este nível procedeu-se à manutenção dos sistemas de qualidade – EQUASS (European Quality in Social Services) e norma ISO9001:2015. Foram implementadas melhorias ao nível dos procedimentos dos Serviços existentes e foram aprovados e implementados novos projetos: alargamento do território de abrangência do CRIP e, implementação de 2 projetos do INR, de um CLDS 4 G (Murça), um projeto do BPI - La Caixa para seniores. O que envolveu e aumentou diferentes formas de financiamento.

Também se recorreu a novos parceiros na prossecução da Missão da A2000 de forma ativa e participativa.

ORGANIZAÇÃO E GESTÃO

Apresentam-se dados sobre a monitorização do Sistema de Gestão da Qualidade, sendo o Plano de Qualidade analisado, a taxa de concretização dos processos do Manual de Qualidade analisada e, conseqüentemente, foi verificado o nível de aplicação dos Princípios do EQUASS e da norma ISO9001:2015. Neste ano a execução dos indicadores, nos valores previstos em Programa de Ação e Orçamento, ficou aquém (cumpriram-se 75% dos resultados previstos), pois a Pandemia interferiu não só na forma de executar os serviços, como também na postura das pessoas face – ex.: alguns clientes desistiram por medo de serem contagiados, entidades e empresas recuaram e não aceitaram formandos em formação prática em contexto real de trabalho porque o negócio estava a correr mal, ou porque não tinham condições para mais pessoas, ou por medo de contágio.

2 – Análise das Contas – comporta o Balanço; Demonstração de Resultados por Naturezas; Demonstração de Alterações nos Fundos Patrimoniais; Demonstração de Fluxos de Caixa; Anexo às Demonstrações Financeiras; Certificação Legal das Contas.

Resumidamente, à data de 31 de dezembro de 2020, através da análise das Demonstrações Financeiras (Balanço e Demonstração de Resultados por naturezas) verificou-se o rendimento total de €1.878.143,51 (em 2019 foi de €1.795.698,58) e

a despesa global de €1.812.030,33 (em 2019 foi de €1.744.206,79).

A A2000 recebeu, durante o exercício de 2020, um conjunto de subsídios cujo montante ascendeu a €1.723.317,87 (em 2019 foi de €1.664.082,27).

As Demonstrações Financeiras evidenciam um resultado líquido positivo de €63.113,18 (em 2019 foi de €51.491,79).

Saliente-se que as Contas são acompanhadas, auditadas e certificadas por Revisor Oficial de Contas independente.

3 – Parecer do Conselho Fiscal.

O Conselho Fiscal foi de parecer que o Relatório de Gestão da Direção, as Demonstrações Financeiras e a Aplicação de resultados fossem aprovadas, o que se veio a verificar.

Nota Final: Face aos constrangimentos infligidos por algo novo e inesperado (neste ano foi a COVID -19), ressaltamos, mais do que melhorias a implementar, uma forma de estar perante os desafios, que já vem sendo característica da A2000, mas que é importante fomentar: Focar o importante, que no caso da A2000, são as pessoas vulneráveis; responder às suas necessidades e expectativas; inovar nas soluções, investindo cada vez mais nas metodologias e tecnologias que permitam tornar o longe próximo e promovam um ambiente de trabalho humanizado e motivador, não esquecendo, nunca, que o respeito pela dignidade de todos e a solidariedade são os Princípios Éticos, base, da A2000.



por **Marina Teixeira,**
Diretora Técnica

MANUTENÇÃO DA SEDE A2000



COLOCAÇÃO DE VINIL FOSCO NAS ESCADAS



REPARAÇÃO DE FUGA DE ÁGUA



Armamar / Tabuaço

O SEGREDO PARA

A FELICIDADE?

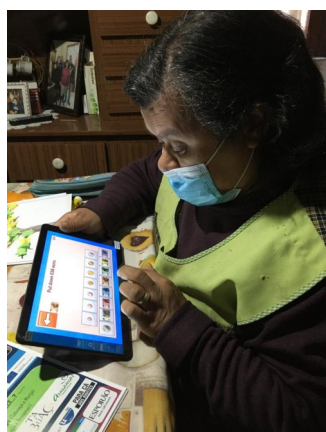
Manter-se ocupado!

Ao contrário do que se poderia pensar, de acordo com uma filosofia japonesa, não alcançamos a felicidade quando temos mais tempo livre, mas sim quando estamos ocupados. Confuso? Pois...de acordo com o conceito japonês 'ikigai', que traduzido significa qualquer coisa como "encontrar o seu propósito", o estar ocupado neste sentido contribui para uma vida mais feliz e completa.

Foi com este objetivo que a equipa que intervém em Armamar e Tabuaço (em parceria com as respetivas Câmaras), se fez à estrada e, em tempo de confinamento, com as devidas normas de segurança, levou ocupação à casa dos clientes uma vez por semana, e a alegria com que foi acolhida, quer pelos próprios quer pelas famílias, é indescritível.

Nas atividades propostas, foram abordados temas de acordo com as efemérides do calendário, e neste caso, março, mostrou ser um mês muito profícuo, no que a datas festivas diz respeito. Assim, todas as semanas temas como a Primavera, o Dia Mundial da Árvore, o Dia Mundial da Água e o Dia Mundial do Teatro foram trabalhados de uma forma divertida e alegre recorrendo a atividades de expressão plástica, algumas leituras e até mesmo utilizando o tablet como instrumento de aprendizagem mais interativo e dinâmico.

O resultado foi bastante positivo, não só porque contactamos com os clientes mas também com as respetivas famílias, que viram nestas visitas uma oportunidade de desabafarem um pouco sobre as suas dúvidas e os seus anseios em relação ao futuro e à nova realidade que vivemos. Contudo, ficou igualmente visível uma grande vontade dos clientes em regressar às atividades presenciais, para reverem os colegas dos quais têm muitas saudades, e nós ficámos com a certeza de que, com pouco, conseguimos ajudá-los a "encontrarem o seu propósito", o seu 'ikigai'. Com pouco, conseguimos levar a felicidade a alguém.



por Alexandra Santos *Técnica da A2000*

MARÇO, MILHÕES DE CAMINHOS



A equipa CLDS Murça Milhões de Esperanças principiou o mês de março com a Atividade 2 “Abrir Caminhos”, inserida no Eixo I –

Emprego, Formação e Qualificação, que contou com seis participantes contínuos. Esta atividade dirige-se a público desempregado que, em simultâneo, reúna outras vulnerabilidades além do desemprego. Desta forma, o CLDS proporciona apoio individual e “à medida” das necessidades e dos múltiplos problemas de cada desempregado, acompanhando-o na abordagem às entidades empregadoras, na retaguarda ou mesmo diretamente, conforme as necessidades/limitações comunicacionais e relacionais.

O CLDS lançou ainda a campanha “Eu desenho para ti!”, inserida na Atividade 13 “Conto Contigo”, referente ao Eixo III – Promoção do Envelhecimento Ativo e Apoio à População Idosa, com o intuito de combater o isolamento e de promover trocas intergeracionais. A população do concelho de Murça foi desafiada a ajudar a envolver os mais pequenos naquela que podia ser a sua primeira mini experiência de voluntariado. Cada criança fez um desenho livremente, tendo os trabalhos sido

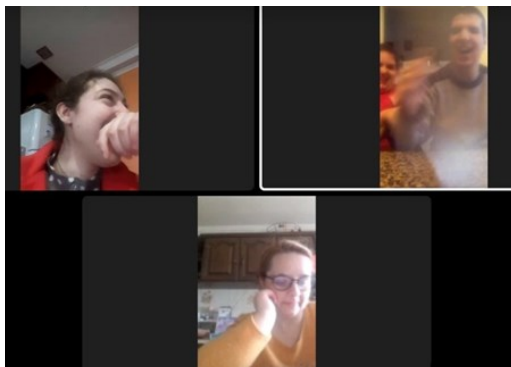
recolhidos posteriormente pelas técnicas do Projeto e entregues aos idosos. Com esta ação pretendeu desencadear-se o máximo de sorrisos aos seniores, de forma a alegrar os dias de confinamento de cada um!

Apesar das medidas de confinamento terem aliviado parcialmente, a equipa do CLDS continua a desenvolver algumas atividades não presenciais, de forma a não comprometer a segurança dos seus participantes. Como tal, foram dinamizados quatro *Workshops on-line* com destinatários da Atividade 11 do Plano de Ação do Projeto, designada “Espaço J+”, sobre diferentes temáticas que contribuem para o desenvolvimento integral dos mesmos.

Com o mês de março, entrou também a primavera. Mais uma vez, a sede do CLDS Milhões de Esperanças “vestiu-se” para a ocasião, acompanhando a linha temática da estação, que contou com a contribuição dos destinatários do “Espaço J+”.



por Beatriz Ermida e Natália Gomes, *Técnicas do CLDS-4G Murça Milhões de Esperanças*



Cofinanciado por:



ACESSIBILIDADE PARA TODOS

Enquadramento Geral:

NORTE2020 – Investimento de Proximidade

Equipamentos Sociais – CIM DO DOURO

Aviso Nº NORTE-42-2019-49

CCDRn

COMISSÃO DE COORDENAÇÃO E
DESENVOLVIMENTO REGIONAL DO NORTE



NORTE2020

PROGRAMA OPERACIONAL REGIONAL DO NORTE

PORTUGAL
2020



UNIÃO EUROPEIA

Fundo Europeu
de Desenvolvimento Regional

EIXO PRIORITÁRIO 7 – Inclusão Social e Pobreza

OBJETIVO TEMÁTICO 9 – Promover a inclusão social e combater a pobreza e a discriminação

PRIORIDADE DE INVESTIMENTO 9.7 - Investimento na saúde e nas infraestruturas sociais que contribuam para o desenvolvimento nacional, regional e local, para a redução das desigualdades de saúde, para a promoção da inclusão social através de melhor acesso aos serviços sociais, culturais e de recreio, assim como para a transição dos serviços institucionais para os serviços de base comunitária

OBJETIVOS ESPECÍFICOS 7.3.1 - Qualificar e adequar a atual rede de serviços e equipamento sociais e de saúde à satisfação das necessidades da população

TIPOLOGIA DE INTERVENÇÃO 4.2 – Infraestruturas e equipamentos sociais e de saúde

ACESSIBILIDADE PARA TODOS TEM O OBJETIVO DE:

Realizar duas grandes melhorias nas instalações da sede da A2000 em Poiares – Peso da Régua:

- OBRAS DE REMODELAÇÃO DAS INSTALAÇÕES SANITÁRIAS
- INSTALAÇÃO DE 1 ELEVADOR

**AGUARDA
APROVAÇÃO**

CUSTO DA OPERAÇÃO:

Investimento Total: 86.100,00€

Investimento Elegível:
77.341,44€

Comparticipação Comunitária:
65.740,22€

Taxa de Cofinanciamento: 85%

ACESSIBILIDADE PARA TODOS

Continuação da construção do elevador

O presente projeto aguarda aprovação do cofinanciamento pelo Programa Operacional Regional do Norte NORTE2020.



PO ISE - Programa Operacional

Inclusão Social e Emprego

TO 3.01 - Qualificação de Pessoas com Deficiência e Incapacidade

Formação Inicial (em regime laboral)

- Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade II - 2900 horas
- Auxiliar de Serviços Gerais II - 2900 horas
- Assistente Operacional - 2900 horas

Formação Contínua (em regime laboral)

- Auxiliar Infantil - 400 horas

Âmbito de Ação Regional

- Póvoa do Varzim - Régua
- Resende
- Armamar
- Chaves
- Baião
- Tabuaço

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

Baião / Resende

PELOS CAMINHOS DE PORTUGAL...

Este mês de março levou-me pelos caminhos de Portugal, mais concretamente pelos caminhos de Baião e Resende. Caminhos que percorri na companhia das colegas Goreti e Marlene.

A pandemia e as suas medidas de confinamento fizeram com que, à semelhança do ano passado, a formação fosse suspensa. E, suspensa, ficou a nossa missão. O nosso trabalho de integração socioprofissional dos nossos clientes ficou, mais uma vez, em standby, comprometendo os ganhos conseguidos até ao presente e o sucesso da nossa missão.

O confinamento privou os nossos clientes do contacto presencial e, consecutivamente, das oportunidades de aprendizagem, do desenvolvimento pessoal, da capacitação psicológica, da prática das competências pessoais e sociais e profissionais para aqueles que se encontram em FPCT. NÃO! Este ano dissemos NÃO e decidimos pensar numa forma segura, cumprindo as diretrizes da DGS, de manter o contacto presencial e, então, surgiram as visitas domiciliárias.

Comecei sem saber como iriam reagir à minha presença, como iria ser recebida... Como sempre, a sensibilidade emocional dos “meus” formandos superou todas

as minhas expectativas! Em todas as visitas fui recebida de forma afetuosa, com alegria a transbordar pelos olhos brilhantes e o sorriso a ecoar debaixo da máscara. Fui recebida com saudades, muitas, e com uma imensa vontade de regressar. Isto deu-me a certeza que havíamos tomado a decisão certa e estávamos no caminho certo! Isto mostrou-me, claramente, a natureza da nossa relação e ligação, mais forte e mais segura e mais emotiva que eu alguma vez havia imaginado. Isto mostrou-me que as visitas domiciliárias foram tão importantes para mim (ou mais...) como para os meus formandos.

Nas visitas entregámos um manual de atividades para mantermos as oportunidades de aprendizagem e de desenvolvimento pessoal. Nas visitas vamos ao encontro deles, ouvimos as necessidades e as expectativas e trabalhamos a capacitação. Conversamos, rimos e praticamos as competências pessoais e sociais.

Em cada visita, um sorriso... Em cada sorriso, uma felicidade! Afinal, a felicidade são os sorrisos que recebemos e não os que damos!

Por esta felicidade, agradeço-vos a todos de coração.



por Sandra Pinto, *Psicóloga A2000*

Resende

TESTEMUNHOS DE FPCT

(Formação Prática em Contexto de Trabalho)



Chamo-me Francisco Correia, tenho 22 anos e moro em S. Martinho de Mouros. Estou a frequentar o Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade na A2000, nas instalações do Seminário de Resende. O curso iniciou no dia 01 de outubro de 2018. Tive conhecimento desta formação através de duas técnicas da A2000 que

foram a minha casa. Quando me falaram do curso e das condições fiquei muito entusiasmado.

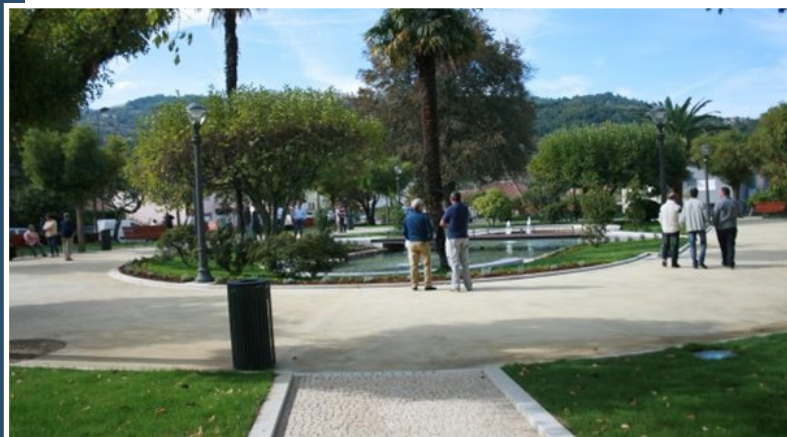
Esta formação foi a oportunidade de sair de casa, arranjar amigos, ganhar dinheiro, ter objetivos, mas também tornar-me mais independente e, quem sabe, arranjar um emprego. Estava muito contente quando a formação começou, mas também muito nervoso. Estava em casa há algum tempo, sem amigos e tinha medo de não conseguir, pois sou muito tímido. No primeiro ano de formação, fiz muitos amigos. Desde o primeiro dia todos os colegas e

formadoras foram muito meus amigos e estiveram sempre disponíveis para me ajudarem. Aprendi muitas coisas e encontrei novos amigos. Gostei muito da formação em sala, foi uma experiência que jamais esquecerei.

No segundo ano de formação, iniciei a Formação Prática em Contexto de Trabalho (FPCT) na **Câmara Municipal de Resende**, em dezembro de 2020. Como moro em S. Martinho de Mouros, integrei a equipa de limpeza e manutenção de ruas na minha freguesia. Desde o primeiro dia, fui muito bem acolhido pelo responsável da limpeza das ruas de S. Martinho de Mouros, o Octávio. O Octávio é meu amigo, hoje mais do que nunca sei disso. Ajudou-me em tudo o que pode, deixava-me à vontade, protegia-me e tinha cuidado para não fazer trabalhos mais pesados. As minhas funções eram apenas varrer as ruas.

Após alguns meses, pedi para integrar a equipa da vila de Resende. Em Resende ajudo na limpeza e manutenção do jardim municipal. O Sr. Manuel, responsável pelo jardim, também é muito meu amigo, paciente e têm-me ensinado muitas coisas.

Quero agradecer à A2000, aos meus colegas de curso e à Câmara Municipal de Resende, em particular ao Octávio, ao Sr. Manuel e ao Sr. Álvaro (responsável das equipas de limpeza e manutenção das vias públicas), todos sem exceção, são meus amigos, as melhores pessoas que conheci!



Chamo-me Carlos Trindade, tenho 25 anos e sou de Resende. Iniciei a minha Formação Prática em Contexto de Trabalho na Câmara Municipal de Resende, no pavilhão gimnodesportivo de Resende.

A Sra. Rosa é responsável pelo meu estágio e eu gosto muito dela, ela ajuda-me e gosta de mim. Eu ajudo a Sra. Rosa a limpar o pavilhão e as casas de banho, varro, limpo o pó e despejo o lixo.

Os professores também gostam muito de mim. Eu já os conhecia do tempo da escola e o professor Alfredo, às vezes, chama-me para jogar com os alunos e para assistir aos jogos.

Gostava muito de ficar no pavilhão para sempre! Gosto muito do curso e das formadoras, queria que nunca mais acabasse!



por **Curso 12 - Assistente Familiar e de Apoio à Família II, Resende**



Município de Resende

Este curso decorre em Resende ao abrigo do POISE – Tipologia 3.01 e é financiado pelo Fundo Social Europeu e pelo Estado Português.

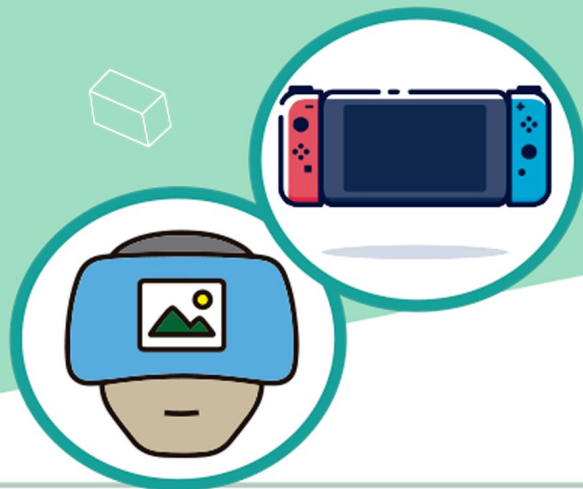
Com o apoio



"Viver sem Idade"

Peso da Régua / Santa Marta de Penaguião

- Acesso às novas tecnologias
- Jogos de Realidade Virtual
- Estimulação cognitiva
- Comunicação virtual
- Apoio domiciliário individualizado



● ● ● ●
Chegou a
"Revolução Tecnológica"
para os + de 65 anos!

Parceiros



Outros apoios / parceiros



MARÇO...

Um mês de partilha...

As atividades presenciais em grupo dos vários Espaços de Convívio da A2000 continuaram suspensas devido à atual situação pandémica. No entanto, nesta Instituição as agruras transformam-se em desafios, os desafios em oportunidades... de fazer melhor e fazer diferente...

Mas o que efetivamente alimenta os nossos esforços é a promoção do bem-estar dos nossos clientes e fazê-los acreditar nas suas capacidades. Neste sentido, este mês foi especial...e a partilha foi rainha! Assim, houve vários momentos que se destacaram: a primeira vez que alguém escreve o seu nome, a primeira vez que alguém pega num lápis para pintar, a primeira vez que alguém lida com um *tablet*, a primeira vez que alguém aprende brincando, a primeira vez que alguém ganha um jogo de damas, a primeira vez que alguém festeja um aniversário...tudo isto foi uma partilha de conhecimentos e de momentos que a memória fará perdurar no tempo...

No âmbito do Projeto “Viver sem Idade”, aprovado pelo BPI Séniores, as atividades individuais com os antigos e com novos clientes, mais dependentes, continuaram nos seus domicílios.

De referir também que a A2000 continua com o programa MAREES (Medida de Apoio ao Reforço de Emergência de Equipamentos Sociais), que, em articulação com as respetivas Juntas de freguesia, pretende, através da contratação de jovens locais, dar apoio aos idosos no que estes considerem necessário (aquisição de medicação, de mercearia, etc...).

Entretanto, começou a primavera, o sol e o bom tempo estão de regresso, os passarinhos chilreiam, as árvores florescem ... o país começa a desconfinar... e a esperança de novas partilhas renova-se a cada momento.



por Paula Conceição, Técnica da A2000

IPI - Intervenção Precoce na Infância

- Santa Marta de Penaguião;
- Peso da Régua;
- Mondim de Basto;
- Mesão Frio



SEGURANÇA SOCIAL

CAARPD

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

Medidas:

- **Atendimento e Acompanhamento Social**
- **Reabilitação Social**



SEGURANÇA SOCIAL

Âmbito de Ação Regional

- Santa Marta de Penaguião
- Mesão Frio
- Vila Real
- Peso da Régua
- Mondim de Basto
- Murça

Formação Pedagógica Inicial de Formadores

Poiães - Régua e limítrofes

Obtenção de Certificado de Competências Pedagógicas (CCP)



IEFP

O DESCONFINAMENTO E O SONO DAS NOSSAS CRIANÇAS



O REGRESSO À ROTINA ESCOLAR

Adaptação das famílias

O SONO REGULA OS FATORES QUE DEFINEM A NOSSA SAÚDE FÍSICA E MENTAL

- O comportamento;
- A aprendizagem;
- A memória;
- A regulação emocional;
- A qualidade de vida.

A Pandemia trouxe-nos alterações estruturais às nossas rotinas diárias e à forma como encaramos as mudanças. Estas passaram a ser previsíveis e ao mesmo tempo repentinas, o que se repercute, entre outras coisas, na nossa forma de dormir.

Em março comemora-se o Dia Mundial do Sono, com o objetivo de sensibilizar as várias gerações para a importância de uma boa rotina/higiene do sono e as suas possíveis implicações na nossa saúde, quando descuidamos este aspeto essencial.

Assistimos também em março, ao regresso às escolas, numa tentativa de normalizar o dia-a-dia dos mais pequenos e o das suas famílias.

Mas...

Depois de 2 meses de uma rotina, a do confinamento, tivemos em 4 dias que nos readaptar novamente e voltar à escola / trabalho. Esta alteração de atividades, pode trazer algumas dificuldades, no entanto sabemos que também trará muitas vantagens na interação, hábitos e aprendizagem das nossas crianças.

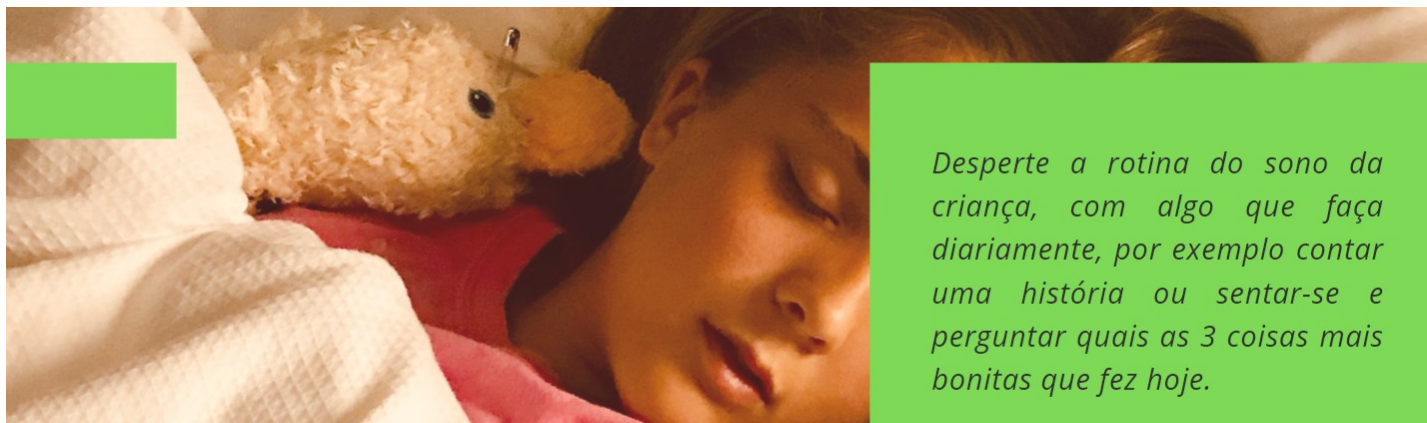
Por isso, vamos ajudar de alguma forma a normalizar estas questões e a compreender possíveis reações que as crianças apresentam.

AOS PAIS E CUIDADORES

"Porque todas as pessoas crescidas já foram crianças... e poucas se lembram!"

Antoine Saint-Exupery

Antes de mais os nossos parabéns pela dedicação e também pela vossa capacidade de adaptação a todas estas realidades que nos eram desconhecidas. Sabemos que nem sempre foi fácil, conciliar trabalho com os filhos, alguns com ensino à distância, as suas necessidades, os horários, a saturação, etc. Mas conseguiram, superaram e inclusive melhoraram algumas estratégias, estão aqui e cada vez mais resilientes.



Desperte a rotina do sono da criança, com algo que faça diariamente, por exemplo contar uma história ou sentar-se e perguntar quais as 3 coisas mais bonitas que fez hoje.

Então PAIS, sabiam que o sono tem implicação direta com a forma como nos sentimos? Parece simples, mas muitas vezes não o aplicamos, quer para nós quer para as crianças.

Temos diversas coisas que condicionam o nosso bem-estar e muitas delas são controladas e descuradas por nós, o sono neste caso específico é uma delas!

Imaginem uma fábrica! As máquinas trabalham 10 horas, são desligadas ou colocadas em pausa 12 horas e ainda fazem manutenção regular para que possam produzir de forma eficaz.

O nosso corpo tem órgãos internos que embora nunca parem, precisam que nós não tenhamos atividade para se reestabelecerem e de manhã estarem a trabalhar a 100%. Se o conseguirem fazer, equilibram todas as nossas funções e ao outro dia estaremos garantidamente mais predispostos a qualquer atividade, temos mais tolerância com os nossos filhos, mais disposição para o trabalho, etc.

O processo das nossas crianças é igual, com uma agravante para além do que referimos anteriormente, eles estão em período de amadurecimento e desenvolvimento, existem estruturas cerebrais que sem um sono de qualidade não se desenvolvem ou consolidam.

O problema reside quando não conseguimos ter tempo, para as tarefas diárias e conciliar os horários com a hora certa de ir dormir. Mas não existe hora certa...

Cada um de nós tem necessidades diferentes, existem estatísticas, que nos indicam que por exemplo crianças dos 3 aos 5 anos devem dormir entre 10 a 13 horas por noite, mas garantidamente que muitas das nossas crianças dormem apenas 8 a 10h dia. Será correto esse horário? - Depende de cada criança.

Para além das horas de sono, é muito importante a qualidade do sono.

Existem estratégias, que poderemos utilizar para facilitar e melhorar a qualidade do sono, todas elas lhe serão familiares e nem sempre as tentamos aplicar. Por exemplo, o nosso corpo tem um sensor próprio que quando a luz diminui, o organismo sabe que se está a aproximar a hora do sono, mas hoje em dia, com a luz artificial e principalmente com a luz azul dos telemóveis e tablets enganamos e confundimos o nosso sensor, não sabendo o corpo quando deve dar o alerta de sono e quando deve iniciar essa etapa, porque ainda há luz.

Esta é a origem da dica, de diminuírem as luzes e tentarem que as crianças não vejam telemóvel antes de dormir.

Se diminuirmos a luz estamos a ativar o sensor que nos diz, tens que ir dormir.

AS DIFICULDADES VS AS ESTRATÉGIAS

"As pessoas mais velhas, não conseguem entender nada por si só e é muito chato para as crianças que têm de dar explicações repetidas vezes"

Antoine Saint-Exupery

Teríamos páginas e páginas para escrever sobre o sono e a sua importância. Mas temos apenas uma revista e queremos deixá-lo descansado.

Então, vamos agora às reações que as nossas crianças podem apresentar neste regresso à escola com os períodos de sono desregulados. A mais frequente será a irritabilidade. Porquê?

Estão num ambiente mais estruturado (com mais regras) e retomaram algumas atividades que exigem concentração, o que os cansa. Voltaram à interação com os colegas e deixaram de ser o centro das atenções, voltaram e bem a lidar com a frustração. As partilhas de brinquedos, as corridas no recreio, a comida da cantina etc.

Todas estas competências essenciais para a vida são treinadas na pré-escola dia sobre dia, e no período de confinamento foram deixadas para trás, pois não tinham amigos com quem brincar, não tinham atividades e horários a cumprir e queríamos sobretudo que se sentissem bem em casa, e descu-ramos obviamente algumas regras.

Agora que retomaram a escola, tudo isto é sinónimo de exaustão física e mental para eles.

E ainda.... não estão a dormir nos períodos regulares e equilibrados. Ou seja, vamos ter algumas birras, vamos deparar-nos com algumas situações menos boas, porque também nós nos estamos a adaptar a outra rotina.

Mas Pais, nós compreendemos o que se está a passar neste mundo e criticamos, aceitamos, revoltamo-nos.... as crianças, não!!

Não entendem, têm simplesmente que cumprir e superam-se todos os dias, já deram conta disso?!

Outro problema frequente pode resultar em algum medo / stress de retomar a rotina, pois o ambiente familiar é sentido como o mais seguro.

Uma vez mais.... Pais, nós adultos sentimos o mesmo e nem sempre conseguimos contornar.

Os pequenos, como é que conseguem?!?

Vamos conversar com eles, sem pressa 5 minutos chegam, porque eles também não querem mais, com escuta ativa, sem os criticarmos, vamos deixar falar! Eles vão querer esconder as emoções negativas, vamos dizer-lhes que também tivemos medo, que também não queríamos ir, que tivemos uma situação má.... assim encorajamos e dizemos que também sentimos "essas coisas".

Uma ótima forma de os ajudar é, não falando diretamente neles, utilizarmos por exemplo uma história antes de dormir. A personagem pode ter características físicas idênticas e a idade aproximada (nunca o mesmo nome), o enredo da história deve abordar uma situação idêntica à que a criança relatou, e assim ajudamos a criança a ver uma possível solução. Podemos também, perguntar qual acha que vai ser o final daquela história e como ajudaria este menino.

por **Sofia Borges, Psicóloga da A2000**



BONS SONHOS

CAARPD ASSINALA DIA MUNDIAL DO TEATRO E DÁ AS BOAS-VINDAS À PRIMAVERA

“ Não é o quanto fazemos, mas quanto amor colocamos naquilo que fazemos”

- Madre Teresa de Calcutá.

Foi com muitas atividades fora do habitual que o CAARPD viveu aquele que talvez seja o último mês de confinamento, antes do tão ansiado regresso às atividades presenciais.

Uma delas prendeu-se com o assinalar do Dia Mundial do Teatro, com uma atividade que os clientes destacaram. "Durante este mês, para celebrarmos o Dia Mundial do Teatro, que se festeja a 27 de março, fizemos uma atividade de disfarces, em que os nossos técnicos apareciam mascarados e nós tínhamos que adivinhar qual a personagem ou a profissão que eles estavam a representar. Foi uma forma muito divertida de comemorar o dia de uma atividade tão importante na nossa sociedade", referiram, num mês em que atividades habituais como ginástica, reiki, musicoterapia, karaoke, trabalhos manuais (reaproveitar uma camisola para tornar em almofada) ou exercícios de gestão de dinheiro continuaram a fazer parte do dia-a-dia dos clientes.

Outra iniciativa diferente, e perfeitamente ajustada aos tempos de pandemia que vivemos, consistiu na des-

crição das paisagens que cada cliente via da sua janela, numa oportunidade de contemplar paisagens magníficas. "Ao longo deste período de confinamento, foi-nos pedido que escrevêssemos frases a descrever as paisagens que vemos da nossa janela. Para muitos de nós, foi uma oportunidade de observarmos certas paisagens que nos parecem habituais de uma outra forma, e percebermos o quanto é bonito aquilo que vemos a partir das nossas casas. Alguns de nós descreveram locais tão bonitos como a Serra das Meadas ou o Monte de São Domingos e outros observaram edifícios mais conhecidos das localidades onde vivem. Foi também uma forma de ficarmos a perceber melhor o que cada um dos nossos colegas vê de sua casa todos os dias, e de concluirmos que vivemos em sítios lindíssimos", enalteceram.



Nesta reta final de confinamento, quem também quis deixar umas palavras foram os técnicos do CAARPD, que agradeceram todos os esforços e contributos que tornaram possível o sucesso das atividades, mesmo em condições tão exigentes. "Todos os técnicos endereçam um agradecimento muito especial a todos os pais/significativos que todos os dias demonstraram empenho, interesse e dedicação, não só para permitir o funcionamento das chamadas, como na realização das atividades, estando sempre prontos para qualquer solicitação de ajuda da nossa parte. Em tempos como estes, que exigem tanta criatividade na ultrapassagem de desafios impensáveis há um ano atrás, só mesmo a união e o esforço de todos é capaz de manter esta «família» do CAARPD tão forte e unida! O nosso muito obrigado a vocês que, aí em casa, garantiram que tudo corresse tão bem e que tenhamos saído deste segundo confinamento com o sentimento de missão mais do que cumprida!", sublinharam.

por **Gonçalo Novais**, *Técnico da A2000*





FRIBILA[®]

FRIO INDUSTRIAL

DESDE 1997 A FAZER PARTE DOS SEUS PROJETOS!

FRIO INDUSTRIAL

AVAC

HOTELARIA



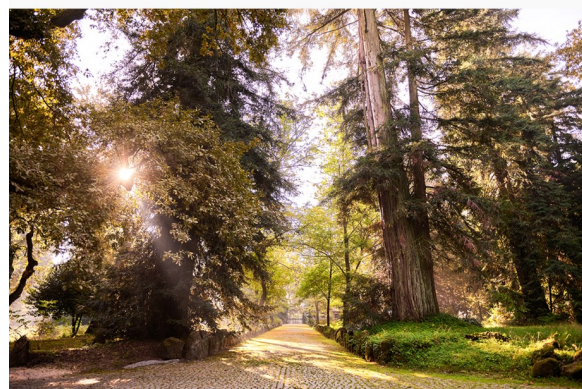
Rua da Promaça, nº4
5000-081 Constantim- Vila Real
259 326 314 | geral@fribila.pt | www.fribila.pt

www.aveleda.com

ESTD  1870

Aveleda

Onde os sonhos se cultivam



Enoturismo:
T. +351 255 718 242

enoturismo@aveleda.pt
Seg. a Sex., 9h - 18h

Loja Aveleda:
T. +351 255 718 266
loja.aveleda@aveleda.pt

www.aveledashop.pt

Rua da Aveleda, nº2
4560 - 570 Penafiel

Janela de Cristal

CAIXILHARIAS E ALUMÍNIOS

254 098 012 / 912 242 514

geral@janeladecristal.pt

Seg - Sex 9:00 - 18:00



Soluções adaptadas às suas necessidades!

A melhor relação qualidade/preço do mercado de instalação, reparação e manutenção de caixilharia, na zona norte do país.

Contamos com profissionais altamente qualificados, para remodelações de interiores e exteriores.

Prestamos serviços no distrito de Vila Real, bem como em todo o país e em França.

Contacte-nos e peça o seu orçamento gratuitamente.





GERAL
 259 302 400 / 935 302 400
 OFICINA - 259 302 401/402
 COMERCIAL - 259 302 403


geral@irmaosleite.pt

seat@irmaosleite.pt
skoda@irmaosleite.pt
hyundai@irmaosleite.pt
kia@irmaosleite.pt
volvo@irmaosleite.pt

 OFICINA - rececao@irmaosleite.pt

 @irmaos.leite.concessionarios

 www.facebook.com/irmaosleiteSA

 www.irmaosleite.pt

Volvo Loja 232B+C, Nosso Shopping, Alameda de Grasse, 5000-703 Vila Real
 ŠKODA e HYUNDAI Avenida 1.º de Maio, 317-319, 5000-651 Vila Real
 SEAT Amarante Rua da Boavista, N 264 4600-756 Telões Amarante
 SEAT e KIA Zona Industrial, Lote 170 5000 – 082 Constantim Vila Real



DOADORES DO MÊS



DOADORES DOS ÚLTIMOS 12 MESES



www.a2000.pt

a2000@a2000.pt

Viver e Aprender | Edição 161 | março 2021

Rua S. João Bosco, N.º 478
5050-346 Poiães - Peso da Régua
Telefone: 254 822 046



ER-1072/2012