



LITERACIA FINANCEIRA

No âmbito do Projeto Mulheres Ativas e Integradas, projeto financiado pela Islândia, Liechtenstein e Noruega - EEA Grants, gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação Bissaya Barreto, realizou-se no passado dia 17 de outubro de 2023 o workshop "Literacia Financeira" com a colaboração a título voluntário da equipa do banco BPI de Oliveira de Frades. As participantes tiveram oportunidade de adquirir novos conhecimentos e capacitar-se ao nível dos princípios e estratégias para realizar uma boa gestão financeira, nomeadamente as prioridades nos gastos, conceito e técnicas de poupança.

Neste dia também participaram os grupos da formação profissional de Oliveira de Frades e os formandos manifestaram muito interesse nas dicas sobre a importância de sabermos gerir o nosso dinheiro, de fazermos poupança e de podermos guardar essa poupança numa conta que pode render juros sem riscos e sem despesas. Percebemos que poupar, ainda que pouco em cada mês, é uma forma de, no futuro, conseguirmos comprar o que desejamos sem contrair dívidas.



ENCONTRO DE FORMANDOS

No dia 15 de novembro realizou-se mais um encontro de formandos, com cerca de 220 participantes, no Regimento de Infantaria de Viseu. Foram entregues certificados aos formandos que terminaram, ao longo deste ano, o seu percurso formativo em todos os pólos onde a ASSOL desenvolve formação. Tiveram oportunidade de dizer aos colegas que estão agora em processo de formação qual o contributo que a ASSOL teve nas suas vidas e dar-lhes uma palavra de alento para continuarem este percurso que os levará até ao emprego. Foi um dia de convívio e de aquisição de conhecimentos sobre o papel do Exército Português na nossa sociedade. Agradecemos a disponibilidade dos militares deste serviço que muito bem nos acolheram e acompanharam durante todo o dia.



MOSTRA DE NATAÇÃO

Mais uma vez, fizemos uma Mostra de natação para os colegas do Centro de São Pedro do Sul. Iniciamos com o aquecimento na água, de seguida alguns colegas nadaram e fizeram piscinas completas, outros nadaram na parte onde temos pé.

Também fizemos hidroginástica ao som da música "Olarilolé" do Pedro Mafama e foi muito divertido.

Gostámos de poder mostrar as nossas habilidades dentro da piscina às pessoas da ASSOL.

Os nossos professores de natação são muito simpáticos e ajudaram-nos a ter uma tarde muito agradável.

No final recebemos um certificado de participação e demos umas lembranças aos nossos professores como recordação da nossa atividade e deste ano de trabalho.

CELESTE TAVARES
BRUNO CUNHA
HELENA TAVARES
MADALENA DIAS

OBRIGADO FUNDAÇÃO EDP

A ASSOL participou no dia 20 de novembro na cerimónia de entrega de prémios da EDP SOLIDÁRIA, no âmbito da qual teremos apoio para realizar obras de melhoria do Centro de S Pedro do Sul. Com esta candidatura iremos também apoiar algumas famílias a identificar aspetos de melhoria de eficiência energética nas suas habitações.



EDITORIAL

A ASSOL, Associação de Solidariedade Social de Lafões, prestou uma bonita e sentida homenagem a Mário Pereira que exerceu funções de Diretor Executivo nesta casa durante 34 anos e que agora se aposenta. Estiveram presentes pessoas representantes de todas as áreas de atuação da ASSOL e com quem Mário Pereira se relacionou ao longo da sua vida profissional, muitas vezes em defesa dos direitos das pessoas com deficiência e/ou doença mental. Foi de enorme gratificação ouvir estas pessoas, com papéis no ministério da educação, no emprego, na saúde, na sociedade em geral, na política, testemunhar a influência que Mário Pereira exerceu sobre as políticas públicas na área da deficiência e da inclusão destas pessoas nos seus contextos de vida, lutando para que os seus direitos estivessem assegurados. Se hoje a inclusão já não é uma utopia, e caminha em direção a uma realidade, muito desta conquista foi fruto do esforço, determinação e convicção de Mário Pereira.

GIL ALMEIDA
PRESIDENTE DA DIREÇÃO



PARTICIPAMOS NO DIA 4 DE DEZEMBRO NA 5ª JORNADA REGIONAL NORTE DO CAMPEONATO SPECIAL OLYMPICS, EM MATOSINHOS. CONSEGUIMOS O 1º, 2º, 3º, 4º E 6º LUGAR!



II ENCONTRO NACIONAL DE TRABALHADORES COM DEFICIÊNCIA

No âmbito do projeto “Mulheres Ativas e Integradas”, financiado pela Islândia, Liechtenstein e Noruega - EEA Grants, gerido pela Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação Bissaya Barreto, participaram 14 mulheres neste Encontro. Este permitiu a aquisição de novos conhecimentos acerca do mundo laboral, desfrutar de momentos de lazer e relaxamento na piscina e spa do hotel, exercício físico no ginásio e momentos de passeio à beira-mar.

As pessoas apoiadas pelo CRQE (Centro de Recursos para a Qualificação e Emprego) também participaram neste Encontro promovido pela FORMEM (Federação Portuguesa da Formação Profissional e Emprego de Pessoas com Deficiência e Incapacidade). O Encontro decorreu nos dias 19 e 20 de outubro no Hotel Golf Mar em Torres Vedras. Aderiram ao evento, cerca de 40 pessoas apoiadas. Este encontro teve como propósito a aproximação dos trabalhadores com deficiência, potenciando a reflexão, a autonomia, a luta pelos direitos no acesso ao trabalho, o sentimento de pertença e bem-estar entre todos. Para além de tanto que este encontro potenciou, as pessoas apoiadas pelo CRQE, puderam desfrutar de momento de prazer com recurso a atividades lúdicas promovendo o alargar da sua rede e de novos horizontes.

À noite houve, ainda, um momento de grande convívio e diversão na discoteca do hotel. Este encontro promoveu a capacitação, empoderamento, criação de laços, boas memórias, e, sem dúvida a concretização de alguns sonhos.



CONSELHO DE REPRESENTANTES

No dia 13 de novembro reuniu o Conselho de Representantes na sede da ASSOL em Oliveira de Frades, onde participaram os representantes das pessoas apoiadas, familiares e colaboradores de todas as respostas da ASSOL. Nesta reunião foram dadas informações da vida geral da ASSOL, foram abordados aspetos do funcionamento que possam ser melhorados e foram dadas sugestões para o Programa de Ação da ASSOL para o ano 2024.



FOMOS AO FINTA

No dia 17 de Novembro saímos para jantar fora e ver espetáculos de teatro no (FINTA) Festival Internacional de Teatro na ACERT em Tondela. Tivemos ainda oportunidade de ver uma exposição de trabalhos cénicos patente naquele espaço. Foi uma noite muito agradável.



FORMAÇÃO PROFISSIONAL

Os cursos da Formação Profissional de Mortágua receberam a Dra. Cláudia Rodrigues, Técnica da APAV, da delegação de Coimbra, que veio ministrar uma sessão de esclarecimento sobre o tema “Violência Doméstica”. Esta sessão serviu para alertar sobre os nossos limites, sobre o que devemos ou não permitir por parte de quem nos rodeia, sobre os vários tipos de violência e sobre o que devemos fazer quando somos confrontados com alguma destas situações. Aprendemos também que, além da APAV, existem outras instituições a quem podemos recorrer – GNR, Bombeiros, Segurança Social, Serviços de Ação Social da Câmara Municipal, entre outros - caso nos encontremos numa situação de vulnerabilidade, quer seja por violência doméstica, abusos sexuais ou outros crimes. A presente ação de sensibilização permitiu levantar algumas questões, assim como desmistificar alguns mitos associados aos vários crimes de violência contribuindo para que os formandos se tornem mais informados e conscientes sobre a sua segurança na sociedade.

OS ARTIGOS DO JORNAL DA ASSOL SÃO DA AUTORIA DAS PESSOAS APOIADAS, DOS COLABORADORES E DA DIREÇÃO DA ASSOL

A ASSOL AGRADECE TODAS AS SUAS CRÍTICAS E SUGESTÕES DE MELHORIA, O QUE PODE FAZER PREENCHENDO AS FICHAS EXISTENTES NOS NOSSOS SERVIÇOS OU ENVIANDO UM EMAIL PARA

ASSOL@ASSOL.PT



REFLECT, RECONNECT, REIMAGINE

No dia 20 e 21 de novembro decorreu na sede da ASSOL em Oliveira de Frades, o workshop “Reflect, Reconnect, Reimagine”, no âmbito do Planeamento Centrado na Pessoa, dinamizado por Kirk Hinkleman. Participaram 20 colaboradores da ASSOL e 5 colaboradores de outras entidades. Kirk Hinkleman é Diretor de Design Criativo e Bem-Estar na LifeWorks, com sede em San Diego, Califórnia. Com mais de 25 de experiência na área dos serviços humanos, desenvolveu uma missão e filosofia evolutiva de percurso transformacional. A sua ação e conceção estão interligadas com o questionamento de sistemas, estruturas e pensamentos arcaicos, limitadores do valor social e do papel das pessoas com deficiência intelectual e do desenvolvimento na comunidade.

INCLUSÃO SOCIOPROFISSIONAL

Nos dias 22 e 23 de novembro algumas colaboradoras da ASSOL participaram com comunicações no Congresso Internacional da Inclusão Socioprofissional, realizado no CAE - Centros de Artes e Espetáculos da Figueira da Foz organizado pela FORMEM. Esteve também presente uma pessoa apoiada pela ASSOL, no âmbito do projeto “Ministros por um dia”. Foram sem dúvida dias muito enriquecedores!

OFICINA DE PASTA DE PAPEL NO MUSEU MUNICIPAL DE VOUZELA

No âmbito da exposição “Música de Todos os Tempos”, realizou-se, nos dias 15 e 23 de novembro, uma oficina de pasta de papel “Bola de Natal”, destinada aos alunos do Jardim de Infância de Vouzela do Agrupamento de Escolas de Vouzela, dinamizada por técnicos e pessoas apoiadas da ASSOL e técnicos do Museu.

ATUAÇÕES DA FUNIKA

No dia 9 de novembro, fomos convidados a ir ao lar de Cambra. Foi uma tarde muito alegre com muita animação. A atuação correu muito bem e fomos muito bem recebidos. Depois da atuação, ofereceram-nos um lanche muito bom.

No dia 7 de dezembro a Associação de Solidariedade Social ARCA, convidou-nos para o 3º Natal Interinstitucional do concelho de São Pedro do Sul, onde participámos com a declamação de um poema de Natal e com uma canção de natal. Partilhamos algumas fotografias desses momentos.

A FUNIKA DESEJA A TODOS VÓS UM FELIZ NATAL !



O COELHINHO TINTIN

No dia 5 de dezembro de 2023 fui com ao Jardim de Infância de Vilarinho contar a história do meu livro “O coelhinho Tintin” para as crianças e depois conversar um bocadinho com elas acerca do que viram e ouviram e um pouco da minha vida. No final todos partilharam a sua alegria connosco e juntámo-nos num grande abraço que finalizou com uma fotografia. Texto de Mónica Duarte.



ATIVIDADES NA COMUNIDADE

Nós, os cursos 8 e 18 da formação profissional de Mangualde (Polo de Viseu), ao longo dos últimos meses, realizámos várias atividades com o objetivo de aprofundar os nossos conhecimentos.

Neste sentido, apresentámos as temáticas do nosso interesse e foram realizadas as seguintes atividades:

No dia 3 de outubro, recebemos a visita de dois grupos do CAO, da ASSOL de Oliveira de Frades, as quais mostrámos a igreja de Nossa Senhora do Castelo e dinamizámos o nosso jogo de verão. Ainda, nesse dia, fomos visitar a famosa pastelaria do Patronato, onde aprendemos como se fazem os pasteis de feijão (menos o ingrediente secreto) e os provámos!

No dia 9 de outubro, de manhã, participámos numa ação de sensibilização sobre a igualdade de género, dada pelo Município de Mangualde, onde aprendemos que devia haver mais igualdade entre homem e mulher, em vários trabalhos, onde nem sempre há esse equilíbrio. Na parte da tarde, visitámos os Bombeiros Voluntários de Mangualde, onde aprendemos a utilizar as ferramentas necessárias num incêndio ou noutras situações graves. Tivemos a experiência de andar no carro dos bombeiros.

No dia 17 de outubro celebramos o primeiro ano do curso nº 8 – Formação para a Inserção profissional, foi um momento de vitória e de reflexão sobre a nossa evolução ao longo destes meses.

No dia 31 de outubro, tivemos a visita da Associação Beira Amiga que nos ensinou os direitos que temos como consumidores, por exemplo: como reclamar, que existe uma conta de serviços mínimos e que existe uma "lista negra" no banco de Portugal.

No dia 10 de novembro, fizemos o nosso Magusto! Primeiro decorámos a sala de formação, depois fizemos jogos tradicionais e, por fim, comemos as tradicionais castanhas assadas!

Têm sido experiências muito boas!

FORMAÇÃO PROFISSIONAL DE MANGUALDE



LAR DE APOIO

Ao longo do semestre, várias foram as atividades realizadas pelo Lar de Apoio. Uma vez por mês, e com apoio do professor Leonel, fazemos um amanhã mais desportiva, com várias caminhadas fora do concelho.

No dia 12 de Novembro, realizamos o nosso tradicional magusto convívio, onde contamos com a presença de várias familiares e amigos do Lar de Apoio. E como já é quase Natal, a nossa casa, também já está preparada para esta época Natalícia.

DESEJAMOS A TODOS UMAS BOAS FESTAS.



ATIVIDADE SOCIALMENTE ÚTIL EM CONTEXTO DE TRABALHO

No dia 5 de Dezembro realizamos as reuniões de avaliação com todas as pessoas que têm ASUS CT. São momentos muito importantes de partilha.

