

EDITORIAL

O ANO DE 2026 NA ASSOL

Este ano começou com muitas coisas a acontecerem: o prédio de apartamentos evidencia a cada dia o quanto desejamos que esteja pronto, para permitir a algumas pessoas apoiadas uma habitação mais condigna; o antigo refeitório começou as suas obras para a Unidade Socio Ocupacional e o Centro de S. Pedro do Sul está a ser requalificado.

A par disto, o ano arrancou com a negociação dos Acordos de Apoio. Para cada pessoa apoiada este é um momento muito importante, de grande expectativa até ao dia da assinatura do seu acordo. São negociadas as atividades do novo ano e cada pessoa pode expressar os seus sonhos e vontades.

Destacamos ainda o aniversário dos 37 anos da ASSOL no dia 13 de fevereiro, e que este ano assinalámos com um memorável momento de homenagem ao Dr Mário Pereira e à História da ASSOL com o lançamento do seu livro "Continuar a Caminhar para Avançar".

Espera-se assim que o ano de 2026 continue a ser positivo e continuemos a ALARGAR MUNDOS E A REALIZAR SONHOS.



APOIE A ASSOL
 **501 863 940**
NIF A ASSOL E AS PESSOAS
QUE APOIA AGRADECEM!

CONSIGNE O SEU IRS E FAÇA A DIFERENÇA

Ao consignar 1% do seu IRS à ASSOL, está a transformar um simples gesto numa oportunidade real de mudança.

Não paga mais por isso. Não recebe menos.

Mas faz muito mais.

Este é o momento de decidir que o seu imposto pode ter um impacto humano, próximo e verdadeiro.

Consigne o seu IRS.

A ASSOL e as pessoas que apoia agradecem.



SENSIBILIZAÇÃO

Participámos na ação de sensibilização subordinada ao tema "Violência", dinamizada pelos profissionais da UCC São Pedro do Sul. Esta iniciativa permitiu-nos aprofundar conhecimentos e refletir sobre uma problemática tão presente na nossa sociedade. Foram abordados diversos aspetos, nomeadamente: tipos de violência existentes, estratégias de prevenção, como e onde denunciar estas situações e o perfil das vítimas e dos agressores. Momentos como este são fundamentais para informar, consciencializar e capacitar as nossas pessoas apoiadas. Agradecemos à equipa da Unidade de Cuidados na Comunidade de São Pedro do Sul pela disponibilidade e partilha de conhecimento.

CENTRO DE S. PEDRO DO SUL



NAVEG@S EM SEGURANÇA

Os grupos de Sátão e Vila Nova de Paiva estiveram presentes numa sessão de sensibilização inserida no Programa Nacional Naveg@s em Segurança desenvolvido pelo IPDJ/ Centro Internet Segura.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



PARCERIA

A ASSOL, em parceria com o CRI de Viseu, dinamizou uma sessão de sensibilização/informação dedicada à temática dos comportamentos aditivos e dependências e às suas consequências, promovendo momentos de reflexão junto do grupo de formandos de Vila Nova de Paiva e Sátão, sobre esta problemática.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



HÁBITOS SAUDÁVEIS

No início do mês de janeiro, as enfermeiras da equipa da UCC Nova Daire, realizaram uma sessão de informação e esclarecimento junto do grupo de formação de Vila Nova de Paiva com o tema "Hábitos saudáveis". Foi um momento pertinente de reflexão sobre a importância da higiene pessoal, de uma alimentação equilibrada, da atividade física no dia a dia, do acompanhamento de saúde regular e de adotar estratégias promotoras de saúde mental. Agradecemos à equipa a sua colaboração e disponibilidade para a dinamização da sessão.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



APRESENTAÇÃO DO LIVRO DA ROSA

Foi feita uma visita por algumas pessoas do Centro Alexandre Correia, ao Centro Escolar de Oliveira de Frades e à Escola do 1.º Ciclo de Vouzela para apresentar o livro da Rosa, "A menina que não vai na conversa da mãe". A atividade incluiu a leitura do livro e a partilha da sua história com os alunos, num momento de atenção, curiosidade e troca de ideias.

Estas visitas às escolas são muito importantes, pois permitem mostrar aos mais novos o que fazemos na ASSOL, quem são as pessoas que fazem parte da instituição e quais as suas capacidades, interesses e sonhos. Acreditamos que estas partilhas ajudam a construir uma comunidade mais próxima, informada e inclusiva, desde cedo.

Este livro pode ser adquirido na nossa loja online

CENTRO ALEXANDRE CORREIA

"CADA VIDA HUMANA É UM MISTÉRIO INSONDÁVEL DE AMOR"

ANTÓNIO PEREIRA



CARNAVAL

No dia 16 de fevereiro celebrámos o Carnaval com muita alegria e animação no Centro Alexandre Correia, em Oliveira de Frades. O desfile contou com disfarces tradicionais e originais — reis e rainhas, príncipes e princesas, matrafonas, feiticeiros, palhaços, vampiros, noivos, desportistas, rockstars, faraós e até um misterioso boneco de neve. Também alguns colaboradores participaram no desfile, tornando o momento ainda mais divertido.

Após a avaliação dos disfarces, foi feito o pódio dos três melhores, que receberam um cabaz de produtos preparado por nós. Em terceiro lugar ficaram Tiago Tomé e Rosa ("Os Reis"), em segundo Carla Martinho e Fernando Correia ("Os Noivos") e, em primeiro, Helena Catarina ("Menina Pequenina"). A festa terminou com a entrega dos prémios, um lanche com bolo colorido e um animado baile de Carnaval. Ficamos já a aguardar com entusiasmo a celebração do próximo ano.

ARTIGO ESCRITO PELO GRUPO PSICOINFORMAR'TE.





DIA INTERNACIONAL DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

O grupo de Sátão, em parceria com o CLDS 5G de Sátão e a Associação Desportiva de Sátão assinalaram, o Dia Internacional das Pessoas com Deficiência, com a realização de um treino conjunto com a equipa sub14.

Esta ação teve o intuito de promover a inclusão das pessoas com deficiência em atividades da comunidade e sensibilizar as crianças para as questões da deficiência.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



AUDIÊNCIA NA ASSEMBLEIA DA REPÚBLICA

O Centro de Recursos para a Qualificação e Emprego, no final do ano passado, acompanhou a Maria Alice Nogueira (pessoa apoiada pelo Centro de Recursos para a Qualificação e Emprego da ASSOL) e o José Alberto (dois trabalhadores com deficiência membros do Conselho Consultivo da FORMEM) que foram recebidos na Assembleia da República e no Instituto Nacional para a Reabilitação I.P. para apresentar o Caderno Reivindicativo dos Trabalhadores com Deficiência - finalizado e aprovado no IV Encontro de Trabalhadores com Deficiência em São Pedro de Moel, organizado pela FORMEM. Foi uma experiência única, sendo que os deputados (do Grupo de Trabalho – Inclusão e Direitos das Pessoas com Deficiência) puderam ouvir e questionar as pessoas com deficiência sobre quais os direitos que não estão a ver cumpridos ou os que podem ser melhoradas/acrescentados para melhorar a qualidade de vida destas pessoas.

CENTRO DE RECURSOS PARA A QUALIFICAÇÃO E EMPREGO



ENCONTRO NACIONAL CAO/CACI

A ASSOL e a Fundação LIGA organizaram o Encontro Nacional CAO/CACI, que decorreu na Quinta da Capela, em Vouzela. Neste Encontro contou com cerca de 150 pessoas de 50 entidades de todo o país, desde Faro a Viana do Castelo. Foi um dia de reflexão, partilha e construção conjunta em torno dos principais desafios que se colocam aos CAO e CACI, com especial enfoque na Portaria 70/2021 e na necessidade de atualização e reforço das respostas sociais. Este encontro representou um momento fundamental de participação ativa das organizações, reforçando o compromisso coletivo com a melhoria das respostas sociais e com a sustentabilidade e qualidade dos serviços prestados. Contámos com a presença e o contributo de todos para construirmos, em conjunto, soluções concretas e eficazes para o futuro dos CAO e CACI que foram vertidas num Manifesto que será partilhado com o Gabinete da Secretária de Estado da Inclusão e com o INR, em reunião solicitada para o efeito.



100 DIÁRIOS, 100 OPORTUNIDADES DE DEIXAR MARCA

O projeto "Paisagens com Gente Dentro", promovido pelo Município de Oliveira de Frades e aprovado no âmbito do programa Inclusão pela Cultura, através de candidatura submetida à CCDR Centro, continua a mobilizar entidades, associações e participantes de todo o concelho e da região.

Com coordenação da Binaural Nodar - Associação Cultural, o projeto tem promovido encontros regulares entre mentores e grupos participantes, reforçando laços, promovendo reflexão e construindo comunidade através da arte e da participação cultural.

A ASSOL assumiu um papel no projeto: a produção dos 100 diários de bordo que irão acompanhar os participantes ao longo do seu percurso.

Esta missão está a ser concretizada pela Oficina de Encadernação da ASSOL, onde cada diário é cuidadosamente produzido e encadernado à mão. Não se trata de um processo industrial. Trata-se de um trabalho artesanal, feito com tempo, técnica, concentração e orgulho.

Cada exemplar transporta horas de dedicação e o envolvimento direto das pessoas que participam na Oficina de Encadernação, que aplicam as suas mestrias num trabalho concreto, útil e com impacto real na comunidade.

Enquanto os mentores trabalham a comunicação empática, a fotografia e o envolvimento comunitário, a ASSOL constrói a base material onde tudo ficará registado. É um contributo discreto, mas profundamente significativo.

Porque neste projeto, a paisagem tem gente dentro. E agora também tem o trabalho, o cuidado e o talento da Oficina de Encadernação da ASSOL em cada página.

CENTRO ALEXANDRE CORREIA



XXI ENCONTRO DE FORMANDOS DA ASSOL

No final do ano passado, realizou-se o XXI Encontro de Formandos da ASSOL, que decorreu na Quinta do Cisne. Este encontro marcou a entrega dos certificados provisórios aos formandos que concluíram com sucesso os seus cursos de formação.

Estiveram representados vários pólos da ASSOL: Oliveira de Frades, Viseu, Mortágua, Castro Daire, Tondela, Vila Nova de Paiva, Albergaria-a-Velha, Sãtão e Mangualde. A animação ficou a cargo do Grupo da Universidade Sénior de Mangualde, que proporcionou momentos de grande alegria com cantares tradicionais, uma peça de teatro e a atuação do seu rancho folclórico, tornando o dia ainda mais especial.

Tivemos a honra de contar com a presença do Senhor Presidente da Câmara Municipal de Mangualde, Dr. Marco Almeida, da Senhora Vereadora Dra. Rosalina Alegre e da Dra. Sofia Ferreira, Diretora Executiva da ASSOL.

Foi um dia vivido com muita animação, convívio e interação, celebrado por todos os presentes.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



EXPOSIÇÃO

Os grupos de Castro Daire participaram na exposição (Re)viver as tradições com a construção da escultura “Compadre e Comadre” inserida nas comemorações do Carnaval, e que se encontra exposta no Jardim Municipal. Através de trabalhos manuais e materiais criativos, a exposição recria a animação típica desta celebração. O objetivo principal é preservar o património cultural local e envolver a comunidade na valorização das nossas raízes.

FORMAÇÃO PROFISSIONAL



NA ROTA DO MEGALISTISMO

Fazer coisas na comunidade é uma forma importante de estarmos com os outros, de nos sentirmos envolvidos e parte ativa do lugar onde vivemos. Foi com esse espírito que o Centro Alexandre Correia visitou a exposição Rota do Megalitismo de Dão Lafões e Sever do Vouga, patente na antiga estação ferroviária de Oliveira de Frades.

Esta visita permitiu-nos conhecer melhor o nosso território, a sua história e património, ao mesmo tempo que partilhámos momentos em conjunto, conversámos e fortalecemos laços. Estar na comunidade, participar e descobrir juntos torna estas experiências ainda mais significativas.

CENTRO ALEXANDRE CORREIA



ACORDOS DE APOIO 2026

No dia 29 de janeiro, as pessoas apoiadas no fórum sócio ocupacional assinaram os acordos de apoio para o ano 2026 com a presença da Diretora Executiva Dra. Sofia Simões Ferreira. Este é um momento muito importante para as pessoas apoiadas que marca o início do seu ano!

CENTRO DE S. PEDRO DO SUL



APRESENTAÇÃO DO CADERNO REIVINDICATIVO

No passado dia 18 de fevereiro, a Maria Alice Nogueira apoiada pelo Centro de Recursos para a Qualificação e Emprego da ASSOL e a Paula Rita Matos, trabalhadoras com deficiência e membros do Conselho Consultivo da FORMEM, foram recebidas no Gabinete da Secretária de Estado da Ação Social e da Inclusão para apresentar o Caderno Reivindicativo dos Trabalhadores com Deficiência, concluído e aprovado no IV Encontro Nacional em São Pedro de Moel.

CENTRO DE RECURSOS PARA A QUALIFICAÇÃO E EMPREGO



CONTINUAR A CAMINHAR PARA AVANÇAR 37º ANIVERSÁRIO DA ASSOL

Celebrámos 37 anos da ASSOL no Cineteatro Dr. Morgado, com a apresentação do livro *Continuar a Caminhar para Avançar*, da autoria de Mário Pereira. Durante a sessão, o Dr. Mário Pereira apresentou os diferentes capítulos da obra, revisitando memórias, desafios e conquistas que marcaram o percurso da ASSOL. O momento contou ainda com as intervenções do Presidente da Direção da ASSOL, Dr. Gil Almeida, do Dr. Manuel Rodrigues, da Dra. Ana Isabel Violante, da Dra. Sónia António, da Segurança Social, da Dra. Helena Alexandre, do INR, e do Presidente do Município de Oliveira de Frades, Dr. João Valério, que partilharam reflexões sobre o impacto da ASSOL na comunidade e na defesa dos direitos das pessoas com deficiência. A sessão incluiu também um momento musical com Laura Fontes, na flauta transversal, e foi marcada por emoção, reencontros e reconhecimento por um percurso feito com coragem e compromisso. Obrigado a todos os que celebraram connosco os 37 anos da ASSOL. O livro está disponível na nossa sede, em Oliveira de Frades, e na loja online.



ÚLTIMO LANÇAMENTO

Já está disponível o livro "*Continuar a Caminhar para Avançar*", de Mário Pereira — uma obra inspiradora sobre conquistas, desafios e a determinação de viver uma grande vida na comunidade. À venda na loja online da ASSOL ou diretamente na nossa sede, em Oliveira de Frades.



CARNAVAL

No dia 16 de fevereiro, como é tradição, assinalámos o Carnaval no Centro com uma festa que foi organizada pela nossa comissão de festas. Este ano o tema da nossa Festa de Carnaval foi: As Frutas.

CENTRO DE S. PEDRO DO SUL



DONATIVO MARTIFER

No final do ano, a ASSOL participou na Venda de Natal de Garagem da Move, um evento organizado pela Martifer Group. Além de termos vendido vários produtos produzidos pelas nossas oficinas, a Martifer ofereceu-nos ainda um donativo de 500 euros como "forma a reforçar o apoio à missão e ao impacto positivo na comunidade", o qual agradecemos muito.



ENCONTRO DE JANEIRAS

No dia 14 de Janeiro, o nosso grupo de danças Funika participou no VII Encontro de Janeiras organizado pelo Centro de Promoção Social, a quem agradecemos o convite. Desejamos um Bom Ano para todos.

CENTRO DE S.PEDRO DO SUL



DESCOBRIR SÃO PEDRO DO SUL

O grupo de Expressão Dramática visitou a exposição de fotografia "Descobrir São Pedro do Sul", patente na Biblioteca Municipal de Oliveira de Frades. A mostra reúne trabalhos de vários fotógrafos de diferentes pontos do país, numa iniciativa da Descobrir.Org, organização dedicada à promoção do turismo e da cultura da nossa região. Entre fotografias a cores e a preto e branco, o grupo pôde apreciar detalhes da natureza que tantas vezes nos passam despercebidos — verdadeiros tesouros escondidos do nosso território.

A visita foi também oportunidade para explorar os corredores da biblioteca, folhear revistas e publicações, incluindo a Revista do Exército, e até requisitar um livro de filosofia com ensaios de vários pensadores ligados à fenomenologia.

Foi uma manhã de descoberta, cultura e curiosidade — exatamente como gostamos.

CENTRO ALEXANDRE CORREIA

**FESTA DE VERÃO
DA ASSOL
3 JUNHO 2026
MARQUE NA AGENDA**

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