



NEWSLETTER

- PROJETO ESCOLHE AMAR+ - 02
- PROJETO AMAR PARA INCLUIR+ - 03
- GAV-GABINETE DE APOIO À VÍTIMA SENIOR- 04
- GAC-GABINETE DE APOIO À COMUNIDADE- 05
- GAE-GABINETE DE APOIO EMPRESARIAL- 06

09H00 – 18H00



Rua Raimundo Carvalho Vila Nova de Gaia 290, 4430-185 Mafamude, V. N. Gaia



933 596 366



geral@amargaia.pt

amargaia.pt

Projeto Escolhe Amar + E8G

A vida é feita de escolhas,
nós escolhemos AMAR+

Férias da Páscoa

Na semana de 10 a 14 viveram-se dias de grande animação por cá!

As nossas férias começaram por uma caça aos ovos no empreendimento social de Cabo Mor, com direito ainda a um lanche delicioso, onde as nossas crianças e jovens puderam recuperar energia!

Os participantes deste empreendimento exercitaram a sua flexibilidade no parque Hangar, onde perdemos a conta aos saltos e acrobacias que este momento lhes proporcionou!

Também o Estúdio de Dança M GANG se juntou a nós, para uma tarde bem animada com muita dança à mistura.

Também as nossas crianças e jovens residentes no empreendimento social de Ruy de Carvalho tiveram vivências únicas nestas férias! Experimentaram jogar golf com um profissional no Club de Golf de Miramar. Um local único onde o verde do relvado se funde com o azul do mar! Foi uma manhã incrível para todos!

Aproveitamos ainda para fazer um piquenique no jardim do Sr. da Pedra, e terminamos este dia com uma ação de sensibilização de limpeza à praia, com o auxílio de um livrinho muito educativo e divertido, construído pela SUMA, que teve a amabilidade de fazer chegar aos nossos participantes!

Também no final da semana neste empreendimento, fizemos uma caça ao ovo. O São Pedro decidiu pregar uma partida, e nessa sexta feira o dia ficou chuvoso, mas claro está que não foi isto que nos parou! Demos largas à imaginação e fizemos a nossa exploração dentro do empreendimento. Acreditem que valeu a pena e que nos divertimos imenso!



Projeto Amar para Incluir+



Este mês trabalhamos diversas temáticas, desde a gestão das emoções à promoção para a saúde!

Relativamente às emoções, criamos as "poções mágicas das emoções", a fim de trabalhar com os mais jovens o reconhecimento das emoções, e discutindo sobre como podemos lidar com as nossas emoções menos positivas de uma forma mais tranquila e leve.

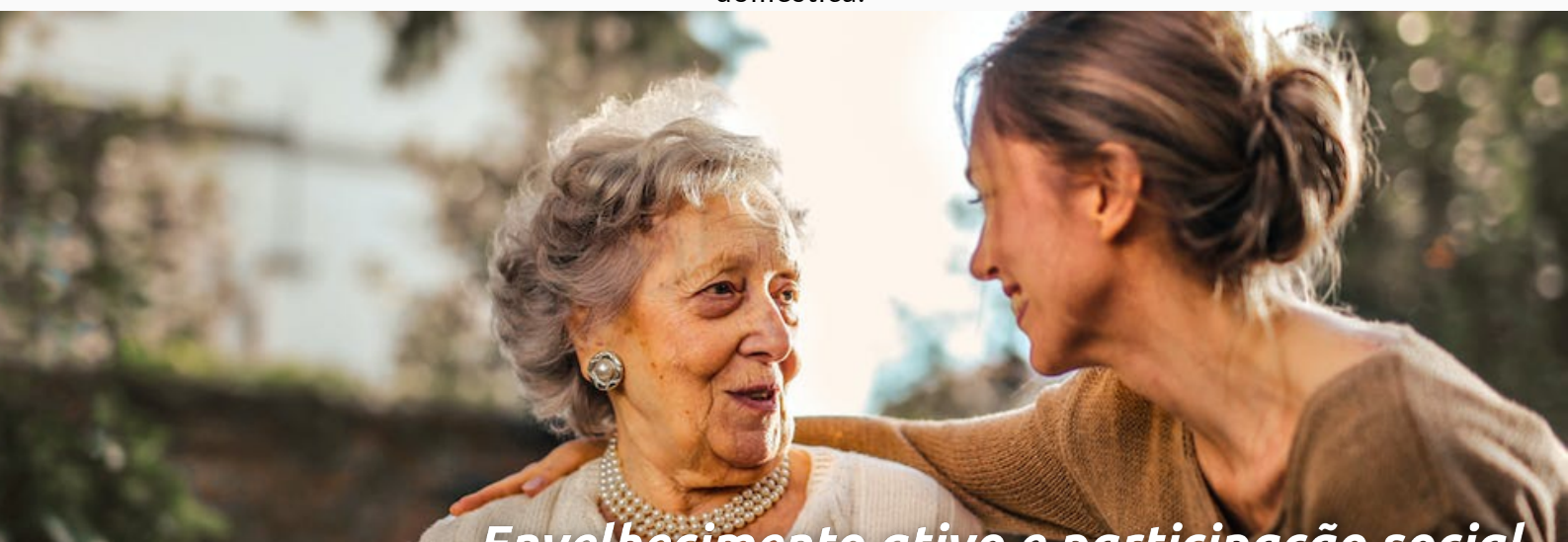
No que diz respeito à saúde, é importante sensibilizar e ensinar as crianças e os jovens sobre questões relacionadas com a mesma, e sobre o impacto que os hábitos que estabelecemos têm na nossa saúde.

Este mês celebramos ainda o dia 8 de Abril - o Dia Internacional da Pessoa Cigana - através de um momento de partilha, no qual os nossos participantes foram convidados a partilhar experiências bem como as suas próprias ideias sobre o que mais apreciam na sua cultura.

GAV - GABINETE DE APOIO À VÍCTIMA SÉNIOR

✉ gabinete.apoio@amargaia.pt

Este gabinete presta serviços de acompanhamento psicológico, social, psicossocial e aconselhamento jurídico, de forma gratuita e confidencial, à população sénior na qualidade de vítimas de violência doméstica.



Envelhecimento ativo e participação social

Conforme já abordado na edição anterior vamos dar a conhecer com mais pormenor cada um dos 5 princípios que abarcam os vários domínios da vida humana, com especial enfoque no envelhecimento, lembrando-os: independência, participação, assistência, dignidade e realização pessoal.

O primeiro princípio abordado é a independência que pressupõe acesso à alimentação, à água, à habitação, ao vestuário, à saúde, ao apoio familiar comunitário; a oportunidade de trabalhar ou ter acesso a outras formas de obtenção de rendimentos; determinar em que momento se deve afastar do mercado de trabalho; ter acesso à educação permanente; poder viver num ambiente seguro e adaptável à sua preferência pessoal, que seja passível de mudança e, por último, poder viver em casa pelo tempo que for viável. Esta última questão, relacionada com a opção de decidir onde viver e como o fazer é um dos pontos que, com o passar do tempo nos traz maior desafio.

Por um lado, qualquer idoso/a tem o direito de escolher, contudo nem todas as famílias conseguem cumprir com este desejo/direito, privando-os de escolher. De que forma podemos permitir que os idosos/as escolham ficar em casa, com os devidos cuidados e atenção, que a mobilidade reduzida ou algumas limitações físicas/mentais exigem? Este é um dos grandes desafios, que enquanto sociedade, enfrentamos.



Independentemente da idade, exija os seus direitos!

GAC - GABINETE DE APOIO À COMUNIDADE

Promover respostas de proximidade à população em geral, com enfoque nas comunidades mais carenciadas e/ou vulneráveis, combater as situações de vulnerabilidade, pobreza, exclusão social e marginalidade junto de crianças, adultos, pessoas idosas isoladas e/ou dependentes e pessoas portadoras de deficiências, é a missão do GAC.



"Face à situação económica vivida, são cada vez mais os números de pedidos de apoio que recebemos, por parte de famílias em situações de extrema vulnerabilidade. Para a maioria das pessoas, é, atualmente, impossível manter uma alimentação variada e saudável, e, muitas das vezes, conseguir fazer o número de refeições recomendadas.

O Gabinete de Apoio à Comunidade emprega o maior dos esforços para conseguir dar resposta a todos os agregados familiares em acompanhamento. Neste momento, é da maior importância contarmos com o apoio de todos/as, e compreendermos que juntos iremos fazer a diferença.

Da nossa parte continuamos a tentar combater todas as formas de pobreza e exclusão social, procurando garantir que a todos/as os/as cidadãos/ãs sejam dadas condições dignas para viver."



Quando quiser ser uma peça motriz no desenvolvimento da comunidade fale connosco, teremos o gosto de o ajudar!

GAE - GABINETE DE APOIO EMPRESARIAL

“Heróis PME”

A Yunit Consulting, Lda promove a iniciativa “Heróis PME” que já conta com a sua 5ª edição. O seu principal objetivo é dar visibilidade e reconhecimento às pequenas e médias empresas (e aos seus dirigentes) que tenham abraçado e vencido desafios empresariais exigentes, em que tiveram que demonstrar ambição, coragem, persistência e resiliência, bem como distinguir projetos diferenciadores nas áreas da sustentabilidade, transformação digital e internacionalização que potenciaram o crescimento das empresas.

No âmbito da Iniciativa serão selecionadas as 5 histórias que, de acordo com os critérios de avaliação da organização, tenham a maior pontuação, na categoria Geral Heróis PME (adiante designada por HPME).

Nas categorias “Factor S (Sustentabilidade)”, “Transformação Digital”, “Internacionalização” e “Startup Revelação” serão selecionados 3 projetos finalistas.

As histórias que ganharem, terão direito a prémios, mas o mais importante é a visibilidade que é dada, no âmbito de boas práticas praticadas e do esforço redobrado que as pequenas e médias empresas acarretam para o desenvolvimento das suas comunidades.

Para votar e conhecer cada história a concurso aceda ao site da iniciativa <https://heroispme.pt/> e vote!



O Gabinete de Apoio às Empresas – GAE – pretende alcançar os futuros profissionais que brevemente estarão no mercado de trabalho.

GABINETEAPOIOEMPRESARIAL@AMARGAIA.PT



NEWSLETTER

ABRIL 2023

EDIÇÃO 15º.

09H00 – 18H00



Rua Raimundo Carvalho Vila Nova de
Gaia 290, 4430-185 Mafamude, V. N. Gaia



933 596 366



geral@amargaia.pt

amargaia.pt