

# NEWSLETTER

## AVEIRO+

AVEIRO+ | CLDS 5G  
CÓDIGO DA OPERAÇÃO  
PESSOAS-FSE+-01355200

### PRINCIPAIS DESTAQUES:

- **FAMÍLIA+:** inicia a atividade com sessões diagnósticas
- **EMPREGA+:** rede de parceiros e intervenção em movimento
- **ACOLHE+:** oficinas temáticas em fase final de preparação
- **FORMAR+:** técnicos poderão reciclar competências para um apoio mais individualizado, atualizado e eficaz às populações
- **Rede INCLUIR+:** um Evento cada vez mais próximo...
- **AJUDA+:** alargando a ajuda a novos grupos vulneráveis...
- **Próximas Atividades**

### Pensamento do mês

*“O melhor que o mundo tem está nos muitos mundos que o mundo contém”*

— Eduardo Galeano —

### Março em ação

**O Projeto Aveiro+ reforça parcerias e inicia as atividades de 2026 com grande aposta na participação comunitária**

Após a avaliação de todas as atividades desenvolvidas em 2025, a reestruturação de algumas atividades e o alargamento da sua abrangência a novos públicos-alvo, o Projeto Aveiro+ | CLDS 5G entra agora em mais uma etapa: o **início das atividades de 2026**, com a elaboração participada de um **diagnóstico** que permitirá o desenvolvimento de um **programa** que promova o **desenvolvimento pessoal, social e a capacitação comunitária**.

Com o objetivo de abranger e capacitar mais pessoas, torna-se necessário **reforçar sinergias, desenvolver boas-práticas e aumentar o potencial transformador das comunidades, através da mobilização de recursos e das equipas de intervenção social**.

Nesta Newsletter, assinalamos o início da atividade **FAMÍLIA+**, e aproveitamos para endereçar o nosso **agradecimento a todos os participantes** que colaboraram com a Equipa do Projeto Aveiro+ na elaboração do diagnóstico que dará continuidade a esta atividade, este ano mais desafiante. Apresentamos ainda o desenvolvimento das restantes atividades, realçando a **articulação, a colaboração e o compromisso** de todos os parceiros, na construção de uma comunidade mais integrada e capacitada.



## FAMÍLIA+

Promove mais capacitação com nova estrutura

### Sessões Diagnósticas para definição de temáticas do Programa de Capacitação

Com o objetivo de **identificar os interesses e as necessidades sentidas pelos gestores de bloco e patamar da Urbanização de Santiago**, iniciou-se em março o arranque da atividade **FAMÍLIA+**, com a realização de **três sessões diagnósticas** para a elaboração do **Programa de Capacitação** a implementar nesta comunidade. Esta iniciativa decorreu na Casa da Comunidade Sustentável e contou com a participação de 43 gestores, que partilharam experiências, preocupações e necessidades relacionadas com a gestão dos blocos habitacionais.

A dinamização das sessões baseou-se nos problemas previamente identificados nas sessões “À conversa com... gestores de blocos”, realizadas no âmbito do programa “Formar Pr’Habitar”, desenvolvido pela SO Habitação Social. A partir dos temas previamente elencados, foi criada uma dinâmica de priorização, na qual os participantes atribuíram diferentes níveis de relevância e urgência aos problemas apresentados. Este processo permitiu identificar as temáticas que irão integrar o futuro Programa de Capacitação.

**A iniciativa procurou ainda cumprir vários objetivos estratégicos**, entre os quais:

- Promover o desenvolvimento de modelos de intervenção social integrada;
- Assegurar a participação ativa dos públicos-alvo na definição da metodologia e dos conteúdos das sessões formativas;
- Sensibilizar a população para diferentes temáticas, dimensões associadas, sinais de alerta e recursos existentes na comunidade;
- Reforçar a coesão territorial e as redes de suporte formal e informal.

As sessões foram conduzidas com recurso a metodologias participativas, que privilegiaram o diálogo, a reflexão, a partilha de experiências e a escuta ativa. Assente num diagnóstico participado, o encontro promoveu um espaço seguro e aberto onde os gestores puderam expressar livremente as suas ideias, preocupações e sugestões.

**Os contributos recolhidos foram fundamentais para estruturar um Programa de Capacitação ajustado às necessidades reais da comunidade**, reforçando o papel dos gestores enquanto agentes ativos na promoção de melhores condições de convivência e organização nos espaços habitacionais.



### Alargando a intervenção...

No âmbito da atividade FAMÍLIA+, serão dinamizadas sessões temáticas dirigidas à população residente nestes territórios, que terão como principal foco a segurança nas suas variadas vertentes. **Pretende-se sensibilizar, informar e preparar a comunidade para situações de emergência, pequenos acidentes domésticos, tentativas de burla, entre outras situações que podem colocar as famílias ou toda a comunidade em situação de maior vulnerabilidade.**

A seleção destes territórios foi efetuada pela equipa da Subunidade Orgânica da Habitação Social, com base em necessidades previamente identificadas.

Em 2026, a equipa do Projeto Aveiro+ irá alargar a sua intervenção junto **dos munícipes residentes nas habitações municipais de Eixo e Cacia**. Para tal foi realizada **visita à Urbanização de Cacia, ao Bairro Social de Eixo e à Urbanização de Eixo, com a coordenadora da Subunidade Orgânica da Habitação Social com o principal objetivo de conhecer, de forma mais próxima, a estrutura física destes territórios, bem como a sua envolvimento social e comunitária**, permitindo recolher informação relevante para a definição de estratégias de intervenção mais ajustadas, eficazes e alinhadas com a realidade local.

## Rede EMPREGA+ prepara Seminário do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência em 2026

No dia 3 de março, o Grupo de Trabalho dedicado ao **Seminário do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência** e a Equipa do Projeto *Aveiro+* reuniram-se para planear a edição de 2026, tendo-se desenhado uma proposta inicial do **programa. O período da manhã será dedicado a temáticas específicas, tais como promoção da autonomia e da autorrealização da pessoa com deficiência/incapacidade (PcD/I), e o período da tarde será preenchido por oficinas temáticas**, pretendendo-se a participação de entidades empregadoras, pessoas com deficiência, famílias, escolas, Técnicos e comunidade. Espera-se proporcionar o acesso a informações e esclarecimentos sobre respostas e medidas essenciais para a inclusão escolar/social/profissional das PcD/I e para a implementação de práticas de empregabilidade inclusiva.

## Rede EMPREGA+ faz balanço das primeiras reuniões dos Grupos de Trabalho


Realizadas as reuniões dos **4 grupos temáticos que darão corpo ao Plano de Ação a desenvolver no ano de 2026:**

1. *Workshop* com entidades empregadoras;
2. Participação na Feira do Emprego e Empreendedorismo da UA;
3. Ações de Sensibilização com as Escolas e Agentes Educativos;
4. Seminário do Dia Internacional das Pessoas com Deficiência.

Na reunião geral da Rede EMPREGA+, os representantes de cada grupo temático partilharam os resultados obtidos, tendo sido auscultados os parceiros sobre as propostas apresentadas tendo em vista a concretização de ações úteis, práticas e facilitadoras da integração da diferença. Pretende-se que estas **ações sejam facilitadoras da autonomia e do cuidado ao outro no dia a dia das escolas e das várias entidades empregadoras, por forma a permitir a educação e a empregabilidade inclusiva, valorizando o papel e as competências de todos os cidadãos.**

A Rede tem permitido, igualmente, a divulgação de recursos pedagógicos, de oportunidades e de boas práticas, constituindo-se como um grupo empenhado em partilhar e construir conhecimento para uma intervenção mais qualificada e consciente.

## Jovens juntos na promoção da integração cultural



A equipa do Projeto *Aveiro+* identificou os destinatários das Oficinas Temáticas da atividade ACOLHE+ para o ano de 2026, contudo, **considerou importante envolver o CLAIM da Universidade de Aveiro (UA) e a Divisão Internacional da UA nesta atividade**, uma vez que detêm conhecimento sobre alunos migrantes que poderão beneficiar desta oficina nas próximas edições, proposta que foi acolhida com grande interesse. Deste contacto resultou a possibilidade de **reunir com líderes das comunidades PALOP na UA, tendo sido auscultado o seu interesse e recolhidas sugestões de temáticas a abordar em futuras Oficinas.**

Destes contactos foi possível perceber as preocupações e as necessidades básicas dos estudantes não nacionais, nomeadamente, no que respeita ao processo de legalização, no acesso à habitação, na literacia digital, entre outras, sendo estas colmatadas com o apoio da Divisão Internacional da UA. **A Equipa do Projeto apresentou como estratégia para facilitar a integração e inclusão dos alunos migrantes, o desenvolvimento de uma Oficina focada na componente cultural e no conhecimento dos recursos existentes na cidade de Aveiro.**

A Equipa do Projeto **ReCOMEÇAR/AEVA - Associação para a Educação e Valorização da Região de Aveiro**, que intervém junto de jovens NEET (jovens entre os 15 e os 29 anos de idade que não trabalham, não estudam e não frequentam formação), **contactou o Projeto Aveiro+ no sentido de desenvolver uma Oficina que possa apoiar os jovens no desenvolvimento de competências sociais e relacionais que potenciem a sua integração social e profissional.**



## Ir mais além... Sessões Temáticas dirigidas a Técnicos

A atividade FORMAR+, contemplará, em 2026, um **Ciclo de Sessões Temáticas** dirigidas a Técnicos que atuam na área social e comunitária, para além do **Programa de Capacitação** para os indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade, o público-alvo desta atividade.

Este ciclo de sessões temáticas constitui um aditamento ao Plano de Ação e a Equipa do Projeto Aveiro+ encontra-se a convidar vários profissionais/entidades com experiência nas diferentes áreas, para, com as suas partilhas e de forma prática, possam enriquecer a intervenção diária desenvolvida pelos Técnicos.

O **Projeto ReCOMEÇAR/AEVA também manifestou interesse em integrar os jovens NEET** com os quais intervém, por considerar que o Programa de Capacitação previsto será uma mais-valia **para o reforço das suas competências e consequente integração social e profissional.**



## Construir em conjunto torna a comunidade real

Com o **Evento Sociocomunitário a aproximar-se, as 10 entidades parceiras que se encontram envolvidas na sua preparação**, reuniram-se na Quinta Ecológica da Moita, para partilharem ideias para a sua concretização.

Foi com enorme satisfação que o Projeto Aveiro+ percebeu a abertura, interesse e envolvimento demonstrado por todos os presentes, que manifestaram a sua vontade de colaborar na implementação e sucesso desta iniciativa. Com a contribuição de todos os parceiros, será, certamente, um grande momento de diversão, partilha e verdadeira vivência comunitária.

Este evento irá realizar-se nos próximos dias **22 e 23 de maio, em Oliveirinha**, contemplando atividades para todas as faixas etárias.



## Partilhar para perceber, organizar e superar

Em 2026, a atividade AJUDA+ tem prevista a dinamização de um **Grupo de Entreatuda dirigido a jovens NEET acompanhados pelo Projeto ReCOMEÇAR/AEVA.**

Considerando as diferentes problemáticas apresentadas por este público, nomeadamente ao nível do desemprego, da saúde mental, do isolamento social, a participação dos jovens nesta atividade poderá contribuir para a redução do isolamento social e para o estabelecimento de relações interpessoais.



# Próximas atividades

## EVENTO SOCIOCOMUNITÁRIO

Uma grande festa para toda a comunidade



22 de maio de 2026 | Atividades  
9h30m - 17h00m



Jogos Além Fronteiras



Ação de Sensibilização



Oficina Musical



Pintura de Telas



Atividades exclusivas para:

- Crianças e jovens do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha
- Crianças da Casa do Povo de Oliveirinha
- Utentes da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro
- Utentes da APPACDM de Aveiro



- Agrupamento de Escolas de Oliveirinha
- Casa do Povo de Oliveirinha
- Quinta Ecológica da Moita da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro

23 de maio de 2026 | Atividades  
9h30m - 19h00m



Jogos Além Fronteiras



Atividades Desportivas



Espetáculos Culturais



Jogos Tradicionais



Mostra Gastronómica



Mercado Intercultural



Outras atividades para todas as idades



Comunidade em geral



Largo da Feira de Oliveirinha



**Inscribe-te aqui!**

**Organização:**



**Entidade dinamizadora:**



**Entidades Parceiras:**





# Próximas atividades

## Inscrições abertas

## EVENTO SOCIOCOMUNITÁRIO

Uma grande festa para toda a comunidade



23 de maio de 2026 · Oliveirinha  
Largo da Feira

10h00m - 12h00m | 14h00m - 16h00m

Inscrições gratuitas e obrigatórias



**Onde a única regra é diversão!**

Prepararem-se para desafios loucos, gargalhadas garantidas e um espírito de equipa imbatível.

**Tragam a vossa energia!**

**Prémios para as equipas vencedoras**

Organização:



Entidade dinamizadora:



Entidades Parceiras:





# Próximas atividades

## Inscrições abertas

SESSÃO	TEMÁTICA	ORADOR/A (S)	DATAS	HORÁRIO
1	<b>Violência Doméstica: Intervenção na Prática</b>	<b>Mariana Rocha e Cristina Paulo</b> Psicólogas e Técnicas de Apoio à Vítima Cáritas Diocesana de Aveiro	23.04.2026	9h30m - 12h30m
2	<b>Pessoa, Apenas!</b> (Tema: Deficiência)	<b>Inês da Silva</b>   Colaboradora da CERCI/AV <b>Diogo Flor</b>   Pessoa apoiada pela CERCI/AV CERCI/AV - Cooperativa para a Educação, Reabilitação, Capacitação e Inclusão de Aveiro, CRL	30.04.2026	9h30m - 12h30m
3	<b>O Labirinto do Imediato: O Comportamento Aditivo na Sociedade da Hiperestimulação</b>	<b>Emídio Abrantes</b> Coordenador do CRI de Aveiro, Vogal do Conselho Clínico do ICAD, L.P., Presidente da Associação Portuguesa de Adictologia	26.05.2026	9h30m - 12h30m
4	<b>Envelhecer com Dignidade: Novas Perspetivas para Profissionais da Área Social</b>	<b>Margarida Cerqueira</b> Docente da Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro (ESSUA - UA) e membro integrado do RISE-Health	01.06.2026	14h00m - 17h00m
5	<b>Ação de Capacitação para Profissionais de Primeira Linha (Tráfico de Seres Humanos)</b>	<b>Ana Figueiredo</b> (Coordenadora) <b>Paulo Lobo</b> (Técnico Superior) Saúde em Português	16.06.2026	9h30m - 12h30m 14h00m - 17h00m
6	<b>Identidade de Género</b>	<i>A confirmar</i>	25.06.2026 ( <i>A confirmar</i> )	9h30m - 12h30m ( <i>A confirmar</i> )
7	<b>Saúde Mental</b>	<i>A confirmar</i>	30.07.2026 ( <i>A confirmar</i> )	9h30m - 12h30m ( <i>A confirmar</i> )
8	<b>Direitos Sociais e Prestações Familiares</b>	<b>Ana Carla Seabra</b> Diretora do Núcleo de Prestações Familiares e de Solidariedade Unidade de Prestações e Contribuições Instituto da Segurança Social, I.P. - Centro Distrital de Aveiro	10.09.2026	9h30m - 12h30m
9	<b>Parentalidade</b>	<i>A confirmar</i>	15.10.2026 ( <i>A confirmar</i> )	9h30m - 12h30m ( <i>A confirmar</i> )
10	<b>DEI&amp;B em contexto de atendimento a Migrantes e Refugiados [Diversidade   Equidade   Inclusão   Pertença]</b>	<b>Paula Correia</b>   Componente CAPACITA <b>Bárbara Barão</b>   Componente PARTICIPA CLAIM / Casa Vera Cruz	29.10.2026	9h30m - 12h30m



**Casa da Comunidade Sustentável**

Rua Associação Humanitária dos Bombeiros Voluntários de Aveiro | 3810-104 Aveiro

### COMO SE INSCREVER

[Ficha de Inscrição](#)

### Contactos da Equipa Projeto Aveiro+

Centro de Congressos | Cais da Fonte Nova, 3810 - 200 Aveiro | ☎ 234 406 314 ✉ aveiromais@cm-aveiro.pt



Para informações adicionais, contacte-nos!

**Projeto Aveiro+ | CLDS 5G**

ACOMPANHEM-NOS PARA MAIS NOTÍCIAS