

# NEWSLETTER

## AVEIRO+

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

### PRINCIPAIS DESTAQUES:

- **Rede INCLUIR+:** Oliveirinha celebrou a diversidade cultural e a participação comunitária
- **FORMAR+:** Sessão Temática “O Labirinto do Imediato” promove reflexão sobre comportamentos aditivos e reforça o papel dos técnicos na intervenção comunitária
- **FAMÍLIA+:** 1.ª Saída Temática promove convívio, sensibilização para a gestão de resíduos e partilha de experiências
- **ACOLHE+:** Balanço Final
- **Próximas Atividades**



### Pensamento do mês

*“Ninguém nasce a odiar outra pessoa devido à cor da sua pele, ao seu passado ou religião. As pessoas aprendem a odiar, e, se o podem fazer, também podem ser ensinadas a amar, porque o amor é mais natural no coração humano do que o seu oposto”.*

— Néelson Mandela —

### Maio em ação

#### Aveiro+ promove inclusão, participação e anuncia novas ações no território

Em maio, o Projeto Aveiro+ dinamizou um conjunto de iniciativas de âmbito **comunitário e socioeducativo**, que reforçam **o compromisso com a inclusão**, a participação ativa e a importância das dinâmicas locais.

Ao longo do mês, destacaram-se atividades que promoveram o **encontro entre gerações, a valorização da diversidade cultural, a capacitação de técnicos e a sensibilização ambiental**, envolvendo diferentes públicos e entidades parceiras.

Estas ações contribuíram para o **fortalecimento do trabalho em rede e para a criação de espaços de diálogo, aprendizagem e cooperação**, potenciando uma **intervenção mais integrada e próxima da comunidade**.

O conjunto das iniciativas desenvolvidas evidencia a importância da articulação entre diferentes áreas de atuação na resposta aos desafios sociais e comunitários atuais.

Para além das iniciativas já realizadas, esta *newsletter* dá também a conhecer outras ações previstas para o próximo mês, entre estas, destaca-se a **sessão de captação de mediador/a(s) comunitário/a(s)** os quais dinamizarão apoios à comunidade, no âmbito da atividade MEDIAR+, em colaboração com equipas de intervenção social e comunitária.

## Oliveirinha celebrou a diversidade cultural e a participação comunitária com a Rede INCLUIR+

Nos dias 22 e 23 de maio de 2026, a freguesia de Oliveirinha acolheu o evento sociocomunitário Rede INCLUIR+, uma iniciativa que promoveu a interculturalidade, a inclusão e o convívio comunitário. A escolha das datas esteve associada à celebração do Dia Mundial da Diversidade Cultural para o Diálogo e o Desenvolvimento, assinalado a 21 de maio.

A atividade integrou participantes de várias nacionalidades, que partilharam sabores, tradições e expressões culturais dos seus países de origem, contribuindo para a valorização da diversidade cultural da comunidade.

O dia 22 de maio foi dedicado à comunidade escolar e às instituições parceiras. A manhã contou com a realização de oficinas e *workshops* dirigidos aos alunos do pré-escolar e do 1.º ciclo do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha e às crianças do pré-escolar do Centro Infantil da Casa do Povo.

### 22 de maio | Manhã



**Ação de Sensibilização “Todos Podemos Salvar Vidas”**  
Cruz Vermelha Portuguesa - Delegação de Aveiro



**Workshop “Nós do Mundo”**  
Agrupamento de Escuteiros 1314 de Oliveirinha



**Workshop “A Luz da Unidade”**  
Associação Transforma o Teu Bairro



**Oficina “Um Mundo, Muitos Ritmos.” | Ijexá Beat**  
**“Jogos Além Fronteiras” | Associação Transforma o Teu Bairro**



Durante a tarde, realizou-se um **encontro intergeracional** que reuniu alunos do 3.º ciclo do Agrupamento de Escolas de Oliveirinha, idosos da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro (SCMA) e pessoas com deficiência e/ou incapacidade (PcD/I) da APPACDM, participando num **circuito multisensorial, em pinturas de telas e num lanche-convívio**.

**22 de maio | Tarde**



### Circuito Multisensorial

Quinta Ecológica da Moita da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro



### Pinturas de Telas

Quinta Ecológica da Moita da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro



### Oferta elaboradas pelas PcD/I da APPACDM para os idosos da SCMA

Quinta Ecológica da Moita da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro



### Participantes das atividades dinamizadas na Quinta Ecológica da Moita da Santa Casa da Misericórdia de Aveiro

O 1.º dia do evento sociocomunitário destacou-se pelo convívio, pela aprendizagem mútua e pelo encontro entre gerações, promovendo a inclusão, a partilha e o reforço da coesão comunitária.

No dia **23 de maio**, as **atividades foram abertas a toda a comunidade** e decorreram no Largo da Feira de Oliveirinha. O programa incluiu Ginástica para Idosos, uma aula de Zumba, um *Workshop* de Dança Oriental, Jogos Tradicionais, Ténis de Mesa, Pinturas Faciais, a Mostra Gastronómica “Sabores do Mundo”, a Mostra Intercultural “Comunidades Sem Fronteiras”, a Mostra Artística “Expressões do Mundo” e os Jogos Além Fronteiras, com desafios físicos e mentais adaptados a participantes de todas as idades.



**Jogos Tradicionais**

Agrupamento de Escuteiros 1314 de Oliveirinha



**Ténis de Mesa**

Clube de Ténis de Mesa de Oliveirinha

**Workshop Dança Oriental**

Dança Oriental em Aveiro



**Ginástica para Idosos**

Margarida Picado e Soraia Picado - Psicomotricista



**Pinturas Faciais**

Carla Garrido



**Aula de Zumba**

Nuno Cruz



Mostra Intercultural "Comunidade Sem Fronteiras"



Mostra Gastronómica "Sabores do Mundo"

23 de maio | Largo da Feira de Oliveirinha



Mostra Artística “Expressões do Mundo”

O evento sociocomunitário Rede INCLUIR+ revelou-se um verdadeiro sucesso, marcado pela **forte participação da comunidade e pelo envolvimento e empenho da rede de parceiros.**

O contributo de todas as entidades envolvidas foi fundamental para a concretização de uma iniciativa que promoveu a inclusão, o diálogo intercultural e a valorização da diversidade, gerando elevados níveis de satisfação entre participantes e visitantes.





## Sessão Temática “O Labirinto do Imediato” promove reflexão sobre comportamentos aditivos e reforça o papel dos técnicos na intervenção comunitária

No passado dia 26 de maio, decorreu, na Casa da Comunidade Sustentável, a **sessão temática sobre comportamentos aditivos sob o título “O Labirinto do Imediato: o Comportamento Aditivo na Sociedade da Hiperestimulação”,** dinamizada por **Emídio Abrantes**, Coordenador do Centro de Respostas Integradas (CRI) de Aveiro do Instituto para os Comportamentos Aditivos e as Dependências (ICAD, I.P.) e Presidente da Associação Portuguesa de Adictologia.

Nesta sessão **participaram 22 técnicos**, cuja maioria desempenha funções nos Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social e nos Gabinetes de Apoio ao Aluno nos Agrupamentos de Escolas do concelho de Aveiro. Para além destes participaram também 2 elementos da Equipa *Aveiro+* e da Divisão de Ação Social da Câmara Municipal de Aveiro.

Na abordagem do tema, Emídio Abrantes recorreu a **dinâmicas de grupo que colocaram questões pertinentes sobre os comportamentos aditivos, o seu impacto na comunidade e na própria pessoa, e na posição adotada pelo técnico relativamente à intervenção que poderá desempenhar na prevenção e ao longo do processo de dependência**, prestando o seu apoio.

A sessão terminou com a apresentação da síntese dos conteúdos abordados sobre as dependências e a posição dos técnicos como pilares no processo de mudança. O dinamizador referiu a evolução na criação de respostas inovadoras no concelho de Aveiro, às pessoas em situação de dependência (como as equipas de rua e o NPISAA), resultante do estabelecimento de conexões entre técnicos, entidades sociais.



Ao terminar esta sessão, Emídio Abrantes **valorizou a importância do fortalecimento da rede de técnicos, que potencia a intervenção multisectorial, a procura de soluções através da comunicação presencial e a humanização da intervenção com as pessoas em situação de vulnerabilidade.**



## Balanço Final da Atividade ACOLHE+

A 20 de maio, terminaram as sessões da atividade ACOLHE+. Ao longo de cinco semanas, jovens alunos da Escola de Formação em Turismo de Aveiro participaram ativamente nas **Oficinas Temáticas “Cidadania, Música, Dança, Expressão Cultural Sem Fronteiras”**, tendo demonstrado **grande envolvimento, satisfação e adesão à atividade**, espelhados não só na assiduidade às sessões, mas também na avaliação formal e informal que foi transmitida.

A metodologia utilizada na dinamização e implementação da atividade permitiu um envolvimento elevado dos seus participantes, sendo que, a **integração de outras entidades/ associações da comunidade para a dinamização de algumas ações, foi enriquecedora, pelo seu carácter diferenciador.**





## 1.ª Saída Temática promove convívio, sensibilização ambiental e partilha de experiências

Com o intuito de desenvolver um *Workshop* Prático que permitisse a capacitação dos participantes e a replicação das aprendizagens nos seus meios habitacionais, assim como sensibilizar para a reciclagem e para a separação de resíduos, realizou-se, a 27 de maio, a **1.ª Saída Temática da atividade FAMÍLIA+**. Esta Saída teve como destino a **Horta da Formiga - Centro Educacional da Lipor, Associação de Gestão de Resíduos situada em Rio Tinto - Gondomar**, na qual estava prevista a realização de um *workshop* sobre “Propagação de Plantas em Canteiros”.

No entanto, devido a constrangimentos no transporte e conseqüente incumprimento de horários, não foi possível a realização do *workshop*, pelo que se esta 1.ª Saída Temática se baseou, fundamentalmente, na **observação orientada da Horta da Formiga, num pequeno passeio pelo Parque Aventura, na entrega de resíduos para reciclagem e na realização de um almoço-convívio**. Assim, apesar de não ter sido possível cumprir o objetivo de capacitação dos participantes, foram cumpridos os objetivos de **promoção do convívio, de fortalecimento das relações interpessoais e de sensibilização para a separação de resíduos/reciclagem**, tendo-se verificado uma grande satisfação dos participantes com a atividade, os quais demonstraram vontade em voltar a participar em futuras iniciativas como esta.





# Próximas atividades

## Inscrições abertas

## SESSÃO DE INFORMAÇÃO E CAPTAÇÃO



Tens + de 55 anos, estás desempregado/a? Esta é a tua oportunidade de te sentires ativo/a e de fazeres a diferença na tua comunidade.  
Nesta sessão, iremos apresentar o papel de **Mediador/a Comunitário/a**, alguém que apoia, escuta e faz a ponte entre as pessoas na comunidade.

**Mediador Comunitário. Uma função com propósito e impacto!**

### Destinatários:

Pessoas com + de 55 anos, desempregadas



Dia 23 de junho de 2026



10h00m - 11h30m



Centro de Congressos de Aveiro

### Como se inscrever

- Junto das Equipas dos Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS)
- Junto da Equipa do Projeto Aveiro+ | CLDS 5G da Câmara Municipal de Aveiro

### Data-limite de inscrição

22 de junho de 2026

### Contactos da Equipa Projeto Aveiro+

📍 Centro de Congressos | Cals da Fonte Nova, 3810 - 200 Aveiro | 📞 234 406 314 | 922 206 361 | ✉️ aveiromais@cm-aveiro.pt



# Próximas atividades

## Inscrições abertas

Centro Local de Desenvolvimento Social Quinta-Cidade

FORMAR+  
Ciclo de Temáticas

SESSÃO	TEMÁTICA	ORADOR/A(S)	DATAS	HORÁRIO
1	Violência Doméstica: Intervenção na Prática	<b>Marlene Rocha e Cristina Paulo</b> Psicólogas e Técnicas de Apoio à Vida Cáritas Diocesana de Aveiro	23.04.2026	16h00 - 17h30m
2	Pessoa, Apesar! (Tema: Deficiência)	<b>Inês da Silva</b>   Colaboradora da CERCIW <b>Diogo Flor</b>   Pessoa apoiada pela CERCIW CERCIW - Cooperativa para a Educação, Reabilitação, Capacitação e Inclusão de Aveiro, CR.	30.04.2026	9h00m - 12h30m
3	O Labirinto do Imediato: O Comportamento Aditivo na Sociedade da Hiperestimulação	<b>Enriko Abrantes</b> Coordenador do DR de Aveiro, Vogal do Conselho Científico da ICAAD.P., Presidente da Associação Portuguesa de Adictologia	26.05.2026	16h00 - 17h30m
4	Envelhecer com Dignidade: Novas Perspetivas para Profissionais da Área Social	<b>Margarida Corqueira</b> Docente do Curso Superior de Saúde da Universidade de Aveiro ISSA - UTA e membro integrado do R&D-Health	01.06.2026	16h00m - 17h30m
5	Ação de Capacitação para Profissionais de Primeira Linha (Tráfico de Seres Humanos)	<b>Ana Figueiredo</b> (Coordenadora) <b>Paulo Lobo</b> (Técnico Superior) Suave em Português	16.06.2026	16h00m - 17h30m 18h00m - 19h30m
6	Identidade de Género	<b>Madalena Nunes</b> CG - Comissão para a Cidadania e Igualdade de Género <b>Marcelo Vinícius</b> Investigador da UA	25.06.2026	16h00 - 17h30m
7	Saúde Mental	<b>Ana Inês Gomes</b> <b>Inês Castro</b> Médicas em Departamento de Psicologia e Saúde Mental da ULSA	30.07.2026	9h00m - 12h30m
8	Direitos Sociais e Prestações Familiares	<b>Ana Carla Seabra</b> Diretora de Serviço de Prestações Familiares e de Solidariedade Unidade de Prestações e Contribuições Instituto da Segurança Social, I.P. - Centro Distrital de Aveiro	10.09.2026	16h00 - 17h30m
9	Parecerabilidade	A definir	15.10.2026 (a confirmar)	16h00m - 17h30m (a confirmar)
10	DIÁDIA em contexto de atendimento a Migrantes e Refugiados (Diversidade   Equidade   Inclusão   Pertença)	<b>Paula Correia</b>   Componente CAPACITA <b>Barbara Barão</b>   Componente PARTICIPA COM A Casa Aveiro+.	20.10.2026	16h00m - 17h30m

**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 | Cam. da Fonte Nova, 3810 - 200 Aveiro | 
 234 406 314 | 
 aveiromais@cm-aveiro.pt

Cofinanciado pela  
União Europeia

Para informações adicionais, contacte-nos!

**Projeto Aveiro+ | CLDS 5G**

ACOMPANHEM-NOS PARA MAIS NOTÍCIAS