

NEWSLETTER

AVEIRO+

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

PRINCIPAIS DESTAQUES:

- **COMUNIDADE+:** Mediadores Comunitários preparados para iniciar a sua intervenção
- **INCLUIR+:** Festival da Interculturalidade: entidades e participantes preparam edição de 2026
- **OCUPA_T+:** Campos de Férias promovem inclusão e novas experiências em Cacia e Eixo
- **FORMAR+:** Arranque dos Programas de Capacitação
- **AJUDA+:** Grupo de Entreeajuda para Cuidadores Informais apresentado no Projeto Lab3R
- **FAMÍLIA+:** Preparação de ações de capacitação para os residentes nos Bairros do Griné e do Caião
- **APRENDER+:** Reunião trimestral promove partilha e preparação do próximo ano letivo
- **Outras Atividades:** Núcleo de Acompanhamento e Monitorização acompanha resultados do 2º trimestre de 2026
- **Próximas atividades**

Pensamento do mês

"Nenhuma comunidade pode prosperar sem cuidar dos seus membros"

— Desmond Tutu —

Julho em ação

Capacitar, aproximar e fortalecer a comunidade

Ao longo deste mês, o Projeto Aveiro+ | CLDS 5G continuou a **promover uma intervenção de proximidade** no concelho de Aveiro, através de ações que contribuem para a **capacitação da comunidade, a inclusão social e cultural e o reforço da coesão territorial**.

Neste mês, destacam-se as atividades COMUNIDADE+, FORMAR+, FAMÍLIA+ e AJUDA+, que promovem o **desenvolvimento de competências, incentivam a participação ativa dos cidadãos e reforçam o apoio a pessoas e famílias em situação de maior vulnerabilidade social**.

Salientam-se, ainda, as atividades APRENDER+, OCUPA_T+ e INCLUIR+, que **proporcionam experiências enriquecedoras, fortalecem relações de proximidade, contribuindo para uma comunidade mais participativa, inclusiva e coesa**.

Construir pontes, criar oportunidades e aproximar pessoas. É com este compromisso que a Equipa do Projeto Aveiro+ | CLDS 5G continua a trabalhar diariamente, em parceria com a comunidade e com as entidades do território.



Mediadores Comunitários preparados para iniciar a sua intervenção

No dia 3 de julho foi realizada a **reunião de preparação da atividade COMUNIDADE+ com as Equipas dos Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social (SAAS)**, cujos participantes, por estas encaminhados, numa primeira fase, para a atividade MEDIAR+ (sessão de captação e entrevistas de seleção), foram selecionados para prosseguir para o **Programa de Capacitação**. Através deste Programa, **os participantes serão capacitados para o exercício da função de Mediador Comunitário**, enquadrado na intervenção social realizada com as famílias em situação de vulnerabilidade social.

Mediadores Comunitários concluem Programa de Capacitação

O **Programa de Capacitação da atividade COMUNIDADE+ foi concretizado entre os dias 9, 10, 16 e 17 de julho**, entre as 10H00 e as 12H30, na Casa da Comunidade Sustentável. Todos os dias, os formandos deste Programa participaram de forma atenta e ativa, tendo-se criado um ambiente de respeito e de diálogo. Dos 8 participantes inicialmente selecionados, apenas 5 Mediadores Comunitários foram selecionados e iniciarão, ainda durante o mês de julho, a sua prestação de apoio às famílias em situação de vulnerabilidade social, no âmbito da intervenção dos Serviços de Atendimento e Acompanhamento Social.



A última sessão do Programa culminou com a **entrega dos certificados de participação**. Antes deste momento, a dinamizadora promoveu a **apresentação individual** de cada participante, salientando **as competências demonstradas e o potencial evidenciado ao longo da capacitação**. Este encontro permitiu o reconhecimento aos participantes, marcado pela emoção e pelo acolhimento positivo por parte de todos.



No dia 22 de julho de 2026, realizou-se uma reunião entre a equipa do Projeto Aveiro+ e a Aproximar, entidade dinamizadora do programa de capacitação da atividade COMUNIDADE+, com o objetivo de **selecionar os participantes que irão iniciar a prestação de apoios à comunidade, no âmbito da função de Mediador Comunitário**. Esta reunião constituiu um momento decisivo para a definição dos participantes que irão integrar a próxima fase do projeto, contribuindo para o reforço da mediação comunitária e para a promoção de respostas de proximidade junto da população, valorizando o papel dos mediadores como agentes de inclusão, diálogo e coesão social.



Festival da Interculturalidade: entidades e participantes preparam edição de 2026

No dia 21 de julho de 2026, realizou-se uma reunião de trabalho com o CLAIM/ Casa Vera Cruz, no âmbito da **preparação do Festival da Interculturalidade, que terá lugar nos dias 26 e 27 de setembro de 2026 no Mercado José Estêvão**. A reunião teve como principal objetivo planear e articular os diversos aspetos relacionados com a organização do Festival, promovendo a coordenação entre as entidades envolvidas e definindo as ações necessárias para o bom desenvolvimento da iniciativa.

Durante o encontro foram abordados temas relacionados com o programa do evento, a participação da comunidade, a organização das diferentes atividades e a logística associada, reforçando o compromisso conjunto na promoção da interculturalidade, da inclusão e da valorização da diversidade cultural.

Esta reunião constituiu mais um passo importante na preparação de um **evento que pretende fomentar o diálogo intercultural, valorizar a diversidade cultural, fortalecer a coesão social e celebrar a riqueza da diversidade presente no concelho**.



Nos dias 27 e 28 de julho de 2026, realizaram-se as reuniões de **preparação da Mostra Artística e de Artesanato e da Mostra Gastronómica**, respetivamente, no âmbito da organização do **Festival da Interculturalidade**.

Estes encontros tiveram como objetivo apresentar as normas de participação, esclarecer aspetos relacionados com a organização e promover o alinhamento entre todos os intervenientes. Constituíram, ainda, um momento importante para **a articulação e o envolvimento dos participantes, contribuindo para o sucesso da iniciativa** que pretende promover o convívio entre comunidades e dar visibilidade às expressões artísticas, artesanais e gastronómicas presentes no concelho.



Campos de Férias

Promovem inclusão e novas experiências em Cacia e Eixo

A atividade **OCUPA_T+** teve o seu início no território de Cacia, entre os dias 06 e 17 de julho, seguindo-se, entre os dias 20 e 31 de julho, na freguesia de Eixo e Eirol. Ambos os programas atingiram a sua lotação máxima, de **20 crianças e jovens**, com idades compreendidas entre os 6 e 12 anos, tendo os participantes frequentado a maior parte dos dias das atividades.

Para além das atividades desenvolvidas na **Escola Sede do Agrupamento de Escolas Rio Novo do Príncipe**, em Cacia, e na **Escola Básica de Eixo**, foram ainda dinamizadas **diversas atividades em contexto exterior**, proporcionando **experiências lúdicas e pedagógicas enriquecedoras**. Para algumas das crianças e dos jovens participantes, **estas constituíram oportunidades vividas pela primeira vez**. Apesar de alguns constrangimentos pontuais, o Campo de Férias decorreu com normalidade, garantindo o cumprimento da programação prevista. De um modo geral, considera-se que a **atividade foi muito positiva, tendo-se registado um elevado grau de satisfação por parte dos participantes e dos respetivos encarregados de educação**. Os objetivos definidos foram alcançados e as metas estabelecidas no Plano de Ação foram superadas.

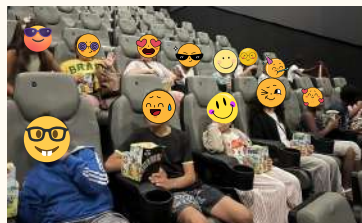
Atividades de Team Building e Gincana Desportiva



Recreio Colorido Jogos de Água



Cinema e Fábrica da Ciência Viva



Vela Adaptada e EMER (Escola Municipal de Educação Rodoviária)



ZOO de Santo Inácio



Gincana Desportiva e Pequenos Pintores



Exploratório de Coimbra e Portugal dos Pequenitos



Navio-Museu Santo André e Minigolfe da Costa Nova



Outras atividades





Arranque dos Programas de Capacitação

A **implementação dos Programas de Capacitação, da atividade FORMAR+, teve o seu início no mês de julho**. Pretende-se que cada programa seja composto por 3 sessões, com a duração total de 8 horas, tendo como finalidade a promoção de competências: pessoais, sociais; cívicas, financeiras; profissionais. A participação dos técnicos dos SAAS do concelho de Aveiro foi fundamental para a operacionalização destes programas.

Assim, o **1º Programa de Capacitação decorreu nos dias 06, 08 e 09 de julho de 2026, em Nª Sr.ª de Fátima**. Este programa contou com a presença de **11 participantes**.

Numa fase inicial, o Programa foi ajustado às características e necessidades do grupo, privilegiando uma abordagem mais prática e orientada para o **reforço de competências pessoais e sociais, com enfoque na gestão de conflitos e na promoção da qualidade de vida**. A capacidade de adaptação do dinamizador revelou-se determinante para adequar os conteúdos e promover o envolvimento e a participação ativa dos participantes.

De uma forma geral, considera-se que **o resultado deste 1º Programa de Capacitação foi bastante positivo** uma vez que, apesar da baixa escolaridade e idade dos participantes, e apesar do conteúdo e metodologia inicial não se terem revelado adequados, **o dinamizador conseguiu, com facilidade, realizar as adaptações necessárias e os participantes reconheceram a importância do convívio e das aprendizagens realizadas**, tendo-se mostrado disponíveis para participar em outras iniciativas do Projeto.



O **2º Programa de Capacitação decorreu nos dias 22, 23 e 24 de julho, na Casa das Associações de Aradas**.

Estiveram presentes neste programa **9 participantes**, tendo-se registado uma assiduidade muito regular, com apenas 1 pessoa que não participou nas 3 sessões.

O **programa de capacitação versou essencialmente a promoção de competências pessoais e sociais**. De uma forma geral, a **avaliação** por parte dos participantes, dinamizador e elemento da equipa do Projeto Aveiro+, que acompanhou todas as sessões, **foi muito positiva**.



Sessão Temática “Saúde Mental” com participação de técnicos/as das equipas de intervenção social e comunitária

A 30 de julho de 2026, **realizou-se uma nova sessão temática entre técnicos subordinada ao tema “Saúde Mental”, foi dinamizada pela Dr.ª Ana Inês Gomes e pela Dr.ª Inês Castro, médicas internas de Psiquiatria do Departamento de Psiquiatria e Saúde Mental da Unidade Local de Saúde da Região de Aveiro, tendo contado com a presença de 17 participantes**.

A sessão integrou uma componente teórica, dedicada às **perturbações psiquiátricas mais prevalentes na população portuguesa, aos seus principais sinais de alerta e ao papel dos técnicos na sua identificação**, e uma componente prática, centrada na **análise de casos**. A iniciativa revelou-se muito positiva, evidenciando o interesse e o envolvimento dos participantes, que reforçaram a importância de adquirir competências que contribuam para uma intervenção mais qualificada, individualizada e ajustada às necessidades das pessoas e famílias acompanhadas.





Grupo de Entreaajuda para Cuidadores Informais apresentado no Projeto Lab3R

A Divisão de Ação Social (DAS) colabora com o **Projeto Lab3R – Laboratório de Investigação e Reabilitação Respiratória**, dedicado à **promoção da qualidade de vida de pessoas com doenças respiratórias crónicas**, que desenvolve programas comunitários de reabilitação respiratória. No âmbito deste Projeto, duas técnicas da DAS participaram numa reunião tendo em vista o desenvolvimento de suportes informativos de apoio à comunidade, para divulgação dos recursos disponíveis para doentes e cuidadores. Neste contexto, foi apresentado o **Grupo de Entreaajuda para Cuidadores Informais**, dinamizado no âmbito da atividade **AJUDA+**, perspetivando-se o encaminhamento de cuidadores para participação neste grupo.



Preparação de ações de capacitação para os residentes nos Bairros do Griné e do Caião

No dia 7 de julho de 2026, a Equipa **Aveiro+ | CLDS 5G** reuniu com as Equipas do IHRU e do SAAS do Centro Social Santa Joana Princesa para definir uma estratégia de colaboração no âmbito da atividade **FAMÍLIA+**, dirigida à população dos Bairros do Griné e do Caião.

Durante a reunião foi apresentada a atividade, que prevê a **dinamização de sessões sobre literacia financeira, relações de vizinhança, preservação dos espaços comuns e cidadania**. A Equipa do IHRU informou que **realizará um diagnóstico à população em setembro**, cujos resultados irão orientar os conteúdos das ações. As entidades acordaram iniciar a intervenção com sessões temáticas, ficando a **implementação de um programa de capacitação mais abrangente dependente das necessidades identificadas e da adesão da comunidade**.



APRENDER+

Reunião trimestral promove partilha e preparação do próximo ano letivo

No dia 14 de julho de 2026, realizou-se a **3.ª reunião trimestral com estabelecimentos de ensino do concelho de Aveiro**, para **preparação e implementação das Oficinas Temáticas da atividade APRENDER+**, a realizar no **1.º semestre do ano letivo 2026/2027**. Os estabelecimentos de ensino manifestaram interesse em manter a sua participação na iniciativa.

A reunião incluiu ainda a **partilha de experiências de duas mediadoras linguístico-culturais dos Agrupamentos de Escolas Rio Novo do Príncipe e Mário Sacramento**, reforçando a importância deste espaço de articulação, cooperação e partilha entre os diferentes estabelecimentos de ensino do concelho.

Núcleo de Acompanhamento e Monitorização acompanha resultados do 2º trimestre de 2026 do Projeto Aveiro+ | CLDS 5G

No dia 21 de julho de 2026, realizou-se a reunião do Núcleo de Acompanhamento e Monitorização do Projeto **Aveiro+ | CLDS 5G**, com o objetivo de apresentar os resultados alcançados durante o 2.º trimestre de 2026.

Este momento constituiu uma oportunidade para **avaliar a intervenção desenvolvida pelo Projeto, analisar os resultados obtidos e recolher contributos** das entidades parceiras que integram o Núcleo, promovendo uma **reflexão conjunta que permita reforçar a qualidade, a adequação e o impacto das atividades implementadas junto da comunidade**.



Próximas atividades | set - out

Inscrições abertas



Centros Locais de Desenvolvimento Social Quinta Grande



Ciclo de Temáticas

SESSÃO	TEMÁTICA	ORADOR/A (S)	DATAS	HORÁRIO
8	Direitos Sociais e Prestações Familiares	Ana Carla Seabra 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	Parentalidade	A confirmar	15.10.2026 (A confirmar)	9h30m - 12h30m (A confirmar)
10	DEI&B em contexto de atendimento a Migrantes e Refugiados [Diversidade Equidade Inclusão Pertença]	Paula Correia Componente CAPACITA Bárbara Barão 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:

Câmara Municipal de Aveiro

Equipa do Projeto Aveiro+ | CLDS 5G | 922 206 361

Contactos da Equipa Projeto Aveiro+



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



Cofinanciado pela União Europeia





Próximas atividades | set - dez

Inscrições abertas



GRUPOS DE ENTREAJUDA

SESSÕES DE GRUPO

Promoção de Bem-Estar e Reforço de Competências Pessoais e Sociais

O que é:

Um espaço seguro de partilha de experiências, estratégias e desafios para reforço de competências pessoais e sociais e combate ao isolamento

Benefícios

- Troca de experiências
- Apoio emocional e reforço de competências sociais
- Informação e orientação
- Fortalecimento da autoestima e da confiança

Grupos	Dia da Semana	Datas	Horário
Cuidadores Informais	3ª feiras	setembro 15 22 29 outubro 6 13 20 27 novembro 3	15h30m - 17h00m
Desempregados (Jovens NEET)			15h30m - 17h00m
Pessoas em Situação de Sem-abrigo	5ª feiras	outubro 22 29 novembro 5 12 19 26 dezembro 4 10	09h30m - 11h00m
Voluntários (Gestores de Prédios em Habitação Social)			11h00m - 12h30m

Como se Inscrever:

Câmara Municipal de Aveiro

Equipa do Projeto Aveiro+ | CLDS 5G | 922 206 361





FESTIVAL da INTERCULTURALIDADE

Mostra Gastronómica

Mostra Artística

Pintura

Vernissagem

Bijuteria

e Muito Mais!



26 e 27 de setembro de 2026

MERCADO JOSÉ ESTEVÃO

(antigo Mercado do Peixe)



COORGANIZAÇÃO:



Os Fundos Europeus mais próximos de si.