



# IGUALDADE, EXCLUSÃO SOCIAL E CIDADANIA



## CARTAZES/FOLHETOS DE PROJETOS DE INTERVENÇÃO SOCIAL

TRABALHOS DOS/AS ESTUDANTES

ANO LETIVO 2023-2024

(Licenciaturas em Ciências Sociais e Línguas Aplicadas)

Organização de Rosário Rosa

Equipa docente:

Rosário Rosa (professora responsável)

Cristina Ribeiro e Sofia Castro Pereira (tutoras)

# Conteúdo

---

<b>PRÓLOGO</b> .....	11
<b>TURMA 1</b> .....	13
<i>Viver Plenamente</i> .....	14
<i>Construindo Pontes, Transformando Destinos</i> .....	15
<i>Ignorados</i> .....	16
<i>Juntos na luta contra a pobreza</i> .....	17
<i>Aprendo contigo</i> .....	18
<b>NEET 2TEEN</b> .....	19
<i>Projeto 50+</i> .....	20
<i>O seu emprego está aqui!</i> .....	21
<i>Construindo Futuros</i> .....	22
<i>A Cidade do Agora, do Passado e do Futuro</i> .....	23
<i>P.A.I. - Proteger - Acarinhar – Integrar</i> .....	24
<i>Benavente INTEGRA</i> .....	25
<i>Com_Partilha</i> .....	26
<i>Arco-Iris da igualdade</i> .....	27
<i>Projeto #CasaAbrigo</i> .....	28
<i>Combater os estereótipos de género</i> .....	29
<i>Aquecendo corações, construindo futuros</i> .....	30
<i>Integrades – Integração depois das grades</i> .....	31
<i>Recomeço - Valorizando Vidas, Reconstruindo Futuro</i> .....	32
<i>Jovens financeiramente conscientes</i> .....	33
<b>CONSIGO, na vida</b> .....	34
<i>Viva Idade: Comunidade Ativa e Inclusiva</i> .....	35
<i>Construindo Justiça em Cada Rua, Igualdade em Cada Esquina!</i> .....	36
<i>Unidos na diversidade, fortalecidos pela inclusão</i> .....	37
<i>Aprender a caminhar a solo (monoparentalidade)</i> .....	38
<i>Vencer barreiras</i> .....	39
<i>Desportos da União – o desporto é de todos e para todos</i> .....	40
<i>Educação sem fronteiras</i> .....	41
<i>Torna-te um Bordalo!...a trabalhar</i> .....	42
<b>TURMA 2</b> .....	43
<i>Educar para Incluir</i> .....	44
<i>ScalaBeans - Crescemos juntos</i> .....	45

<i>GAIA – Ginásios Autistas Inclusão e Ação</i> .....	46
<i>Associação Fortalecer a esperança</i> .....	47
<i>Velhos saberes, Novas aprendizagens</i> .....	48
<i>Inclusão Profissional Sem Barreiras</i> .....	49
<i>Crescer com Afeto: Saúde Mental Infantil para Todas as Crianças</i> .....	50
<i>Barreiro unido: Ligar comunidades, construir futuros</i> .....	51
<i>Housing First</i> .....	52
<i>Talentos Únicos</i> .....	53
<i>EAM – Estende a Mão</i> .....	54
<i>Educação e alfabetização não são sinónimos</i> .....	55
<i>Mulheres Fortes, comunidade fortalecida</i> .....	56
<i>Bela Vista – Boa Vida</i> .....	57
<i>Olimpíadas Culturais Desportivas</i> .....	58
<i>Envelhecer com Dignidade</i> .....	59
<i>Promovendo sorrisos e igualdade</i> .....	60
<i>Anos dourados - Envelhecer com dignidade</i> .....	61
<i>Inclusão que transforma, cultura que engrandece</i> .....	62
<i>Educação para Todos: Combater a desigualdade educativa</i> .....	63
<i>Aldeia de todas as idades - apoio ao residente idoso</i> .....	64
<i>Por mares onde possas navegar</i> .....	65
<i>Artes da rua</i> .....	66
<i>Braga Diversa: Unindo Culturas, Construindo Cidadania</i> .....	67
<i>Ergue-te e Constrói: O Amanhã sem Limites é Teu!</i> .....	68
<i>Ciência para gente madura</i> .....	69
<i>Lomba Viva: Ondas de afeto, vencer o isolamento</i> .....	70
<i>O mundo no meu bairro</i> .....	71
<i>Porto mais seguro</i> .....	72
<i>Então e agora?</i> .....	73
<i>Ser pobre não é brincadeira</i> .....	74
<i>Quebrar o ciclo</i> .....	75
<i>A passos largos seremos todos VELHOS, vamos AJUDAR AGORA, para depois sermos AJUDADOS!</i> .....	76
<i>Projeto Panela Cheia</i> .....	77
<i>Açores Educa: Juntos Contra o Abandono Escolar e Pela Inclusão Social!</i> .....	78
<i>Horizontes compartilhados</i> .....	79
<b>TURMA 3</b> .....	80
<i>Rumo a casa</i> .....	81

<i>Unidos na diversidade, fortalecendo a comunidade</i> .....	82
<i>Incluir para evoluir</i> .....	83
<i>A aprendizagem digital é amiga do idoso</i> .....	84
<i>Todos na mesma rua</i> .....	85
<i>Todos iguais</i> .....	86
<i>Parente Fora de Horas - Ajuda a cuidar</i> .....	87
<i>Lisbox - Apoio extra para tempos difíceis</i> .....	88
<i>Todos somos iguais, todos temos direito a uma vida melhor</i> .....	89
<i>Combate contra a pobreza? Eu estou aqui</i> .....	90
<i>+ Habitação</i> .....	91
<i>Quer"inho - Nutrir com carinho, alimentando o coração!</i> .....	92
<i>Género sem medo</i> .....	93
<i>Comunidade Inclusiva</i> .....	94
<i>Porto sem frio, sem-abrigos sempre acolhidos</i> .....	95
<i>Mão Amiga - Cuidar bem de quem já cuidou de nós</i> .....	96
<i>Todos diferentes, todos iguais</i> .....	97
<i>Vialonga, uma via para o sucesso</i> .....	98
<i>Trilhando oportunidades: Equidade no emprego</i> .....	99
<i>Caminhos Dignos: Inclusão e Cidadania na Terceira Idade</i> .....	100
<i>Vozes unidas: Construindo a igualdade</i> .....	101
<i>O Oficina Qualifica Jovens e Adultos</i> .....	102
<i>Juntos pela Diversidade</i> .....	103
<i>Sem abrigo com abrigo</i> .....	104
<i>Unindo culturas através da arte</i> .....	105
<i>Beato Inclusivo: Uma Comunidade de Todos e para Todos</i> .....	106
<i>A inclusão social começa na Educação</i> .....	107
<i>Sem Exceção, Todos Têm Direito à Educação</i> .....	108
<i>O Poder do silêncio - Envelhecer é um privilégio, inclusão é um compromisso</i> .....	109
<i>A cidade Inclusiva</i> .....	110
<i>Promover a igualdade na diferença</i> .....	111
<i>Rejeitar o sexismo no local de trabalho</i> .....	112
<i>Teia de Afetos</i> .....	113
<i>Juntos pela Quinta: Construindo Pontes para um Futuro Igualitário</i> .....	114
<b>TURMA 4</b> .....	115
<i>LongeVIDAde+ - Mais Vida com mais Qualidade</i> .....	116
<i>Ser mais Sénior</i> .....	117

<i>Raízes - Vamos nutrir os laços, celebrando vidas e saberes</i> .....	118
<i>Aprimorando a Segurança e a Inclusão de Idosos com Demência</i> .....	119
<i>Todos têm direito</i> .....	120
<i>Estou vivo, logo existo</i> .....	121
<i>ConjugAr(te) com Danças Ciganas</i> .....	122
<i>Raízes da comunidade</i> .....	123
<i>Renascer Rosa</i> .....	124
<i>Além das Ruas: Construir Vidas, Quebrar Barreiras</i> .....	125
<i>Orçamento Participativo Sénior - A opinião não tem idade</i> .....	126
<i>Unidos pela igualdade, construindo pontes, transformando vidas</i> .....	127
<i>Caminhos iguais</i> .....	128
<i>Ala das Oportunidades: Uma comunidade onde crescem talentos</i> .....	129
<i>Inclusão começa na compreensão: Vamos falar de Autismo</i> .....	130
<i>Inspire a Maturidade, Conecte Gerações</i> .....	131
<i>Dar (a)voz aos netos</i> .....	132
<i>Envelhecer Inclusivamente</i> .....	133
<i>Associativismo como caminho para a Igualdade</i> .....	134
<i>Porquê Renascer?</i> .....	135
<i>Centro Intergeracional de Atividades de Sines. O C.I.A.</i> .....	136
<i>Ligar as gerações - Capacitar o futuro digital</i> .....	137
<i>Sempre Juntos 65+</i> .....	138
<i>Construindo Futuros iguais: Juventude ativa, Sociedade Equitativa</i> .....	139
<i>AaPA - Aprender a Poder Aprender</i> .....	140
<i>Abraçar as Diferenças</i> .....	141
<i>Unidos pela Inclusão: Criando Laços na Tapada</i> .....	142
<i>Empoderamento feminino: saúde, educação e autonomia</i> .....	143
<i>Associação Empregar com Eficiência, porque todos merecemos um futuro!</i> .....	144
<i>Trabalho digno, Comunidade Fortalecida: Inclusão na Comunidade Cigana</i> .....	145
<i>Desafia-te, Acredita e Supera-te</i> .....	146
<i>Cuidar e Apoiar as Nossas Raízes</i> .....	147
<i>Dar a mão a quem mais precisa</i> .....	148
<i>Marvila Unida</i> .....	149
<i>Renovação: Um passo de cada vez</i> .....	150
<i>Imigração em Portugal</i> .....	151
<i>Construindo Pontes - Juntos Pela Igualdade e Cidadania</i> .....	152
<b>TURMA 5</b> .....	153

<i>Caminhando Juntos: Conectar, Incluir, Transformar</i> .....	154
<i>Paquistal - Abraço Cultural Sem Fronteira Desigual</i> .....	155
<i>Mão urbana</i> .....	156
<i>SORRI: Sénior Ocupado Reinventa e Renova a Identidade</i> .....	157
<i>Ao Saber, estás a dar e a receber!</i> .....	158
<i>Sernancelhe + Ajuda</i> .....	159
<i>Nova Cantanhede Multicultural: Unindo Culturas, Superando Desigualdades</i> .....	160
<i>Envelhecer Bem</i> .....	161
<i>Aproximar Culturas</i> .....	162
<i>A Caravana dos sorrisos</i> .....	163
<i>FUNDAÇÃO ADL – Ação pelos direitos e liberdades</i> .....	164
<i>Ver com os olhos dos outros, sentir com o coração do outro</i> .....	165
<i>Digitaliza-te: Rumo ao Futuro Profissional – Lagoa está contigo!</i> .....	166
<i>Superando a Exclusão Digital - Conectando com Oleiros</i> .....	167
<i>Não à solidão com a inclusão</i> .....	168
<i>VERBO</i> .....	169
<i>Atelier Social 4Marias</i> .....	170
<i>JFJ - Jornada Financeira da Juventude</i> .....	171
<i>O mundo no coração do bairro - Todos diferentes, todos iguais?!</i> .....	172
<i>Esta Vila também é para Nós</i> .....	173
<i>Lisboa Inclusiva: Um Lar, Uma Comunidade</i> .....	174
<i>Check Up de Cultura</i> .....	175
<i>MAIS   Mação Apoiar a Inclusão Social</i> .....	176
<i>De Braços Abertos</i> .....	177
<i>Não há solidão</i> .....	178
<i>Abrigar com dignidade</i> .....	179
<i>SAC Jovem - Projeto 2660 + Jovem</i> .....	180
<i>Conversas com saúde contra a solidão</i> .....	181
<i>Ouvir melhor em Marvila</i> .....	182
<i>Rosas em Flor; Plantar a Igualdade de Género no concelho de Odivelas</i> .....	183
<i>Visão 360.º - Jovens no centro da mudança</i> .....	184
<i>Juntos Contra a Solidão</i> .....	185
<i>Recomeçar com Esperança</i> .....	186
<i>Loulé - Promoção da Igualdade, Inclusão e Cidadania a Nível Local</i> .....	187
<i>Valeu a Pena Ter Vivido</i> .....	188
<i>Caminhamos Juntos : Igualdade para todos</i> .....	189

<i>O Lugar sem Fronteiras</i> .....	190
<i>Igualdade em dignidade e direitos</i> .....	191
<i>Fisicamente não somos iguais – mas, e socialmente?</i> .....	192
<i>Vem Viver</i> .....	193
<i>Por um mundo mais igual</i> .....	194
<i>Unidos pela Diversidade : Rompendo Barreiras, Construindo Pontes</i> .....	195
<i>Cidadania Ativa PAra Todos !</i> .....	196
<b>TURMA 6</b> .....	197
<i>Jamaica unida por um futuro igualitário</i> .....	198
<i>Por um fio</i> .....	199
<i>Ligar Gerações – Juntos por Santa Maria da Feira</i> .....	200
<i>EFI – Educação e Formação para Incluir</i> .....	201
<i>Semear sonhos, colher futuros: ensino superior para todos</i> .....	202
<i>Reconstruir Vidas, Construir Futuros</i> .....	203
<i>Reabilitação Urbana e Humana</i> .....	204
<i>Emprega-me e envolve-me, Setúbal</i> .....	205
<i>Unindo Saberes, Construindo Futuros</i> .....	206
<i>Juntos construímos uma cidade para todos</i> .....	207
<i>Porto Inclusivo: Pontes Geracionais</i> .....	208
<i>Notas de Igualdade e Inclusão para Todas as Crianças no Mundo Musical</i> .....	209
<i>Dissolver Barreiras</i> .....	210
<i>Olhem por Nós</i> .....	211
<i>Esta é a sua família</i> .....	212
<i>Histórias Unidas de mãos dadas com a Igualdade</i> .....	213
<i>Todos procuramos Igualdade</i> .....	214
<i>Um dia na creche</i> .....	215
<i>Viana tem a missão de promover a inclusão</i> .....	216
<i>Ainda não tens idade para casar! Cresce enquanto aprendes</i> .....	217
<i>Bem-Me-Quer</i> .....	218
<i>Alegria Sénior</i> .....	219
<i>Vamos aprender juntos!</i> .....	220
<i>Autismo</i> .....	221
<i>Programa de Integração e Inclusão para Migrantes na Cidade do Porto</i> .....	222
<i>RpdB – Recuar para balanço</i> .....	223
<i>Contruindo Pontes</i> .....	224
<i>Abraços Com História</i> .....	225

<i>Educação para todos: construindo laços, quebrando desafios</i> .....	226
<i>Há Arco-íris sob o céu cinzento</i> .....	227
<i>REAGIR</i> .....	228
<i>Xenofobia em Portugal</i> .....	229
<i>Desporto para a vida, ninguém fica de fora</i> .....	230
<i>Associação Educ'Ação: Juntos por um futuro brilhante</i> .....	231
<i>Todos Rumo ao Futuro</i> .....	232
<i>Música sem Fronteiras – Incluir através da música</i> .....	233
<i>Sons do Português – Ensino da língua portuguesa</i> .....	234
<i>Oficinas Artesanais</i> .....	235
<i>VIVER com DIGNIDADE</i> .....	236
<i>BROA</i> .....	237
<i>Arrenda-se Inclusão</i> .....	238
<b>TURMA 7</b> .....	239
<i>Abraços com Livros</i> .....	240
<i>Aprender com a Diferença</i> .....	241
<i>Mais Ação e Menos Solidão</i> .....	242
<i>Nossa Cumieira</i> .....	243
<i>A Ásia no Porto</i> .....	244
<i>Sénioreis Digitais - Um Novo Capítulo</i> .....	245
<i>Porque cada Velhinho merece Respeito, Conforto e Carinho</i> .....	246
<i>Integração da comunidade cigana</i> .....	247
<i>Vidas Online, Construindo Futuros</i> .....	248
<i>Querer é Poder: Conhecimento, Informação e Beleza para uma Comunidade Equitativa</i> ....	249
<i>Vínculos em Comunidade: Conectando Gerações</i> .....	250
<i>Aceitação é uma solução! Eduque, motive e aceite!</i> .....	251
<i>Para se ver, por Sever</i> .....	252
<i>Sementes de água e vida</i> .....	253
<i>Mercado C ❤️ RAÇÃO social</i> .....	254
<i>Educação para todos: Quebrando Barreiras, Construindo Futuros</i> .....	255
<i>Bela Vista em Ação: Aprendizagem e Desenvolvimento</i> .....	256
<i>Oleiros (Re)Lembra: A Memória na Democracia</i> .....	257
<i>Juntos por Belas: Aqui Todos Somos Campeões!</i> .....	258
<i>Renovar Vidas</i> .....	259
<i>MOBITUD - A MOBILIDADE À SUA PORTA</i> .....	260
<i>Educar para Incluir: Lisboa para Todos</i> .....	261

<i>Cuidar dos Cuidadores</i> .....	262
<i>Caminhos para a Igualdade em Monte Abraão</i> .....	263
<i>Alimentando Corpos, Nutrindo Almas!</i> .....	264
<i>Beco com Saída</i> .....	265
<i>Novos Sêniores - Envelhecimento com Dignidade</i> .....	266
<i>SEPNE - Solidão e Pobreza não Existe</i> .....	267
<i>Agir para Abrigar</i> .....	268
<i>Projeto Libertar: Empregabilidade e Inclusão</i> .....	269
<i>Escola Para Todos- Construindo Um Futuro Igual</i> .....	270
<i>Amizade sem fronteiras: Crianças inclusas</i> .....	271
<b>TURMA 8</b> .....	272
<i>Acolher &amp; Integrar</i> .....	273
<i>Gerações em Conexão – Construindo Pontes para a Igualdade e Inclusão</i> .....	274
<i>Alimentar, Educar, Empregar</i> .....	275
<i>Criando laços e desconstruindo barreiras</i> .....	276
<i>Pilar Social 65+</i> .....	277
<i>Conectando Talentos Construindo Futuros</i> .....	278
<i>Migrantes - criando facilidades, não entaves!</i> .....	279
<i>ADI - Arte, Desporto e Igualdade</i> .....	280
<i>Solo sim, sozinho não!</i> .....	281
<i>Sou idoso MAS EXISTO</i> .....	282
<i>Pontes para o futuro - Enraizar a Inclusão e a Igualdade em Loures</i> .....	283
<i>Viva Mais São Domingos - Envelhecer com União, Celebrar com Inclusão</i> .....	284
<i>SER+ Sensibilizar, Empoderar e Reconstruir Vidas</i> .....	285
<i>Dança da Inclusão: Lares para Todos</i> .....	286
<i>Cacém Inclusivo: Construindo Pontes para um Futuro Equitativo</i> .....	287
<i>Sim, somos Ciganos! E depois?</i> .....	288
<i>Bairro de Santa Tecla: Igualdade e Inclusão Juvenil</i> .....	289
<i>Na Proa - Loja Social da Ericeira</i> .....	290
<i>Juntos Além das Fronteiras: Construir Pontes para a Inclusão</i> .....	291
<i>Bairro - Para um Amanhã Melhor</i> .....	292
<i>Abraçando a Sabedoria da Experiência</i> .....	293
<i>Mentalmente juntos em Macedo de Cavaleiros!</i> .....	294
<i>Lar é onde o coração está</i> .....	295
<i>“Ponte de Culturas” Construir Futuros, Unindo Culturas</i> .....	296
<i>Inclusão que gera oportunidades</i> .....	297

<i>Conectados pela Diversidade: Ponte para a Inclusão</i> .....	298
<i>Reconectando vidas: de braço dado com a terceira idade</i> .....	299
<i>Velho, mas acompanhado</i> .....	300
<i>Tênis para além de um simples desporto, um APPROACH SOCIAL</i> .....	301
<i>Educação para todos: Foco na Igualdade Universitária</i> .....	302
<i>Vínculos de Afetos</i> .....	303
<i>Lares em Rotação</i> .....	304
<i>Natal para todos os corações e carteiras</i> .....	305
<i>O Silêncio causa Dor Maior</i> .....	306
<i>Unidos por Portugal Novo: Construindo Pontes, Derrubando Barreiras</i> .....	307
<i>A Voz da Solidão</i> .....	308
<b>TURMA 9</b> .....	309
<i>Comunicar é estar!!</i> .....	310
<i>Ignorá-los não os fará desaparecer</i> .....	311
<i>Lisboa Jovem</i> .....	312
<i>Juntos por uma educação mais inclusiva</i> .....	313
<i>Almada, construindo pontes para todos</i> .....	314
<i>Raízes da aceitação</i> .....	315
<i>Mãos &amp; corações abertos</i> .....	316
<i>Só porque na RUA faz frio</i> .....	317
<i>Juntos, construímos lares e esperança</i> .....	318
<i>Nós damos as ferramentas, tu crias o futuro</i> .....	319
<i>Idade ativa: valorizando a sabedoria sénior</i> .....	320
<i>Tanta gente sem casa e tanta casa sem gente</i> .....	321
<i>Criando laços juntos, vencemos a solidão</i> .....	322
<i>Construindo pontes para a igualdade e inclusão</i> .....	323
<i>Educação para todos: construindo pontes, transformando vidas</i> .....	324
<i>Unidos pela diversidade, fortalecidos pela desigualdade</i> .....	325
<i>Construir pontes para a inclusão</i> .....	326
<i>Música para tod@s</i> .....	327
<i>Mulheres em ação</i> .....	328
<i>Homossexualismo(dade) já não é uma doença</i> .....	329
<i>Migração e Imigrantes: os desafios da Igualdade, Inclusão e Cidadania</i> .....	330

## PRÓLOGO

---

Esta publicação reúne todos os trabalhos elaborados e partilhados pelos/as estudantes, no âmbito de um dos efólios da unidade curricular de **Igualdade, exclusão social e cidadania (IESC)** da Universidade Aberta, no ano letivo de 2023-2024. A unidade curricular IESC é uma unidade curricular optativa, disponível para as licenciaturas de Ciências Sociais e Línguas Aplicadas, com os objetivos de desenvolver o conhecimento e a reflexão dos/das estudantes sobre a (des)igualdade nas sociedades contemporâneas, estimulando as suas capacidades de investigação e intervenção neste domínio. Discutem-se teoricamente as noções de igualdade, exclusão, pobreza, classe social e cidadania, as suas diferenças e inter-relações. Explora-se a articulação destes fenómenos com processos económicos, culturais e políticos, em diferentes escalas de análise. Trabalham-se estudos recentes sobre indicadores de desigualdade, em múltiplas dimensões, comparando e explicando a evolução observada em Portugal e noutras regiões do mundo. Identificam-se ações de promoção da igualdade, inclusão e cidadania. E por fim, os estudantes são estimulados/as e orientados/as para o desenvolvimento de pequenas atividades de investigação e de intervenção sobre (des)igualdade social nos seus contextos de vida.

A estrutura da disciplina baseia-se em três grandes temáticas, que pretendem orientar os/as estudantes num percurso que tem início numa dimensão mais teórica, passando por uma dimensão aplicada, e terminando numa perspetiva mais interventiva. Com isto, pretende-se dotar os estudantes de ferramentas teóricas e metodológicas que lhes permitam uma melhor compreensão das problemáticas associadas às desigualdades sociais e de como podem planear ou colaborar com ações de intervenção de combate às desigualdades e exclusão sociais.

Os cartazes e panfletos que aqui se apresentam fazem parte de um trabalho proposto na última temática desta unidade curricular ( dimensão interventiva) em que foi solicitado aos/às estudantes para que individualmente ou em grupo, construíssem um pré-projeto de combate a uma desigualdade social , que deveriam identificar, enquadrar, e propôr uma intervenção localizada. Os cartazes/panfletos, que constituíram apenas a parte do trabalho correspondente à dimensão da comunicação, foram partilhados no fórum de cada turma, e

comentados e discutidos pelos/as estudantes. Esta atividade permitiu que todos/as os/as estudantes conhecessem os projetos dos/as colegas da sua turma, suscitando novas ideias e questionamentos.

Neste sentido, a equipa docente, entendeu ser justo e pertinente ‘premiar’ o investimento e dinamismo dos/as estudantes de todas as turmas, elaborando esta publicação que reúne os trabalhos de todas as turmas, ampliando, assim, a visibilidade dos cartazes/panfletos que partilham as ideias dos múltiplos projetos planeados.

Nesta publicação não existe qualquer filtro, exclusão ou ordenação baseados em critérios de avaliação, correspondendo a ordem da publicação dos cartazes à ordem com que foram partilhados no fórum de cada turma.

O que aqui se pretende enaltecer é o resultado do trabalho individual, coletivo e cooperativo dos/as estudantes, mais do que as concretizações mais ou menos bem conseguidas de cada um. Mais do que um conjunto de cartazes, partilham-se necessidades identificadas de intervenção nos mais variados locais, grupos, e problemáticas, com propostas diversificadas de intervenção.

Acreditamos que esta publicação pode ser uma base para criar sinergias, desafiar partilhas e novas ideias, estimular ações futuras de cooperação e acção entre estudantes e profissionais no combate às desigualdades sociais e na promoção da inclusão e da cidadania.

*Rosário Rosa*

(Professora responsável de ‘Igualdade, Exclusão Social e Cidadania’)

# TURMA 1

---

Verónica Simão Rebelo - 1000922/ Elisa da Cruz Alves - 801629



## VIVER PLENAMENTE

*Projeto dinamizador da promoção da igualdade, inclusão e cidadania dos nossos idosos.*

*Queremos dar uma nova vida aos idosos de Trancoso!*

*Centro de Apoio Integrado para Idosos (CAII), um espaço multifuncional que oferece atividades recreativas, serviços de saúde móveis, workshops educativos e oportunidades de envolvimento comunitário.*

*Vamos tirar do isolamento e da solidão os nossos mais velhos!*

*Um programa da comunidade para a comunidade, entre em contato connosco através da sua Junta de Freguesia!*

## Construindo Pontes, Transformando Destinos

Cláudia Furtado – 1601552

**"Construindo Pontes, Transformando Destinos"**  
"Juntos Somos Mais: Inclusão e Cidadania"  
Vila de Rabo de Peixe



**Mais informações:**  
[www.rabodepeixe\\_mais.pt](http://www.rabodepeixe_mais.pt)

**CANDIDATA-TE**  
(Junta de Freguesia de Rabo de Peixe, RIAC, Serviços de Segurança Social através [rabodepeixe\\_mais@gmail.com](mailto:rabodepeixe_mais@gmail.com))

Objetivo: Capacitar e incluir, construindo uma sociedade mais justa.  
**ACREDITA EM TI, NÓS ACREDITAMOS!**  
**ENVOLVE-TE E ADERE!**

Fernanda Spencer -1800854

## IGNORADOS

**Não ignore, explore: conheça a realidade...(dos sem-abrigo)**



**“Inclusão à refeição: servindo Dignidade e Igualdade”**



**Todos são bem-vindos, independentemente da sua situação de vida.**

**Odivelas**

Adelaide Teixeira, n.º 1800611/ Carla Pinho, n.º 1006225/ Elise Honório, n.º 1102024/ Magna Lourenço, n.º 800652

*“JUNTOS NA LUTA  
CONTRA A POBREZA  
DOS ALCOUTENEJOS”*



*A POBREZA É UMA DIGNIDADE HUMANA, MAIS FERROZ QUE A FOME  
O EXCESSO DE UNS É A CARÊNCIA DE OUTROS  
A RIQUEZA DE POUCOS É A POBREZA DE MUITOS*



Carla Sobral – 1005567/ Maria Neves – 1800912/ Paula Leandro - 701769

---

**Projeto**  
**Aprendo**  
**Contigo**

**Mindfulness**

**Culinária**

**Expressões**

**Dança**

**Português LNM**

MELHORAR A COMUNICAÇÃO ENTRE A  
COMUNIDADE ESCOLAR

RESPEITAR A DIVERSIDADE  
INDIVIDUAL, SOCIAL E CULTURAL

COMBATER DESIGUALDADES

INCLUSÃO, INTEGRAÇÃO E  
RESPONSABILIDADE PARENTAL



**EB1 Artur Martinho Simões**

RESPONSÁVEIS PELO PROJETO:  
CARLA SOBRAL  
MARIA NEVES  
PAULA LEANDRO

Cristina Jardim 1500177/ Pedro Sampaio 1005903

Club  
14-24 anos

# NEET 2 TEEN

*Trajetos de Empoderamento. Educação. Novas oportunidades*

**AUTONOMIA**

**LIDERANÇA**

**TRABALHO**

**FAMÍLIA**

**VEM CRESCER CONNOSCO**

[f](#) [📷](#) [☎️](#) 968 765 432

Projeto de Intervenção Social  
e de combate à desigualdade educacional

Célia Gonçalves - nº1600373



# Projeto 50 +

## Idade não é defeito, é experiência

### Procura de emprego

Ter um emprego é essencial para a autonomia e para a qualidade de vida de qualquer pessoa!

- ✓ Elaboração do CV
- ✓ Valências digitais
- ✓ Workshops
- ✓ Feiras de emprego

**Contacto**  
(919 000 000)

**Avintes**  
Rua 5 de Outubro, 1145

 **Avintes solidária**

Alexandre Coelho - 1600199

O SEU TRABALHO  
ESTÁ AQUI



COM O OBJECTIVO DE REDUZIR A TAXA DE DESEMPREGO NO NOSSO MUNICÍPIO E AUMENTANDO A CAPACIDADE DE EMPREGABILIDADE DOS BENEFICIÁRIOS, ATRAVÉS DESTES CURSOS DE NÍVEL 4, TERÁ EQUIVALÊNCIA AO 9º ANO OU 12º ANO.

### TURISMO



- TÉCNICO DE TURISMO AMBIENTAL
- TÉCNICO DE ALOJAMENTO HOTELEIRO

### RESTAURAÇÃO



- TÉCNICO DE COZINHA E PASTELARIA
- TÉCNICO DE RESTAURANTE BAR

### MECATRÓNICA



- MECATRÓNICA AUTOMÓVEL
- MECATRÓNICA MOTOCICLOS

R  
E  
VILA  
L

ESPERA POR SI

SE TEM ENTRE OS  
20 E OS 55 ANOS,  
E MORA EM VILA REAL,  
ENTÃO  
ESTE TRABALHO É  
PARA SI!

Alexandra Santos – 1802745

---

Construindo  
Futuros



Se és jovem e ambicionas uma oportunidade de trabalho, o concelho de **Odivelas** tem o que precisas

---

---

Ana Nunes - 1800817

---

**FOLHETO / CARTAZ**

**PROJETO DE PROMOÇÃO DA IGUALDADE, INCLUSÃO E  
CIDADANIA NA CIDADE DO MONTIJO**

**A Cidade do Agora, do Passado e do Futuro** –

promovendo a **igualdade**, **inclusão** e **cidadania** no presente, tendo o passado como exemplo e o futuro como meta.

**Projeto dirigido a jovens, integrando idosos e voluntários** (trabalhadores públicos e privados do município) com o objetivo de **criar oportunidade para que cidadãos e cidadãs** possam trabalhar em conjunto na **promoção da igualdade, inclusão social e cidadania**, devidamente acompanhados e orientados, tentando corresponder às suas expectativas e incentivando a procura e gestão de **melhores condições para todos, apelando à união, coesão, empatia, cordialidade, igualdade, justiça e inclusão de todos.**

A interação entre jovens, idosos e voluntários, visa promover a coesão social da cidade, integrando os participantes em várias atividades:

- ✚ Clubes de Leitura;
- ✚ Visitas guiadas e gratuitas a museus e locais de interesse cultural;
- ✚ Organização de eventos e angariações de fundos;
- ✚ Dia Aberto à Profissão;
- ✚ Acompanhamento com orientadores vocacionais e profissionais;
- ✚ Atividades lúdicas extensíveis às famílias dos jovens e dos idosos
- ✚ Workshops em Escolas e Lares...

(...)

Ana Paula Arroseiro – 801398/ Maria José Pereira – 700605/ Natércia Melo – 100095

# P. A. I.

PROTEGER  
ACARINHAR  
INTEGRAR



**Não ao abandono dos idosos nos hospitais e nos lares!**



Gina Oliveira -1400864/ Mafalda Antunes – 800556/ Maria João Nunes -1001139

**Cartaz/Folheto**

***“Nós Damos a Mão”***



**Combater as desigualdades, promover a igualdade,  
a inclusão social e a cidadania**

Benavente **INTEGRA** - Projeto de Apoio à Integração do Imigrante no concelho

Com o apoio da CMBenavente

Fernanda Marques – 700428/ Tânia Mendonça – 100575



# Associação de combate à solidão e isolamento

“Vencemos a solidão, unimos  
corações e partilhamos  
saberes”

## Missão voluntária

- Companhia e apoio
- Prestação de auxílio
- Transportes
- Partilha de conhecimentos
- Distribuição de bens

Juntos na luta contra a solidão e o isolamento de pessoas  
idasas no concelho do Funchal



**Projeto Arco-Íris da Igualdade**

**CRIANDO UM FUTURO MAIS COLORIDO E INCLUSIVO!**

Junta-te a nós neste projeto.  
Adolescentes dos 13 aos 15 anos.

**AGRUPAMENTO DE ESCOLAS DA CARANGUEJEIRA**

**PROMOVER A EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL INCLUSIVAS PARA JOVENS LGBTQ+\***

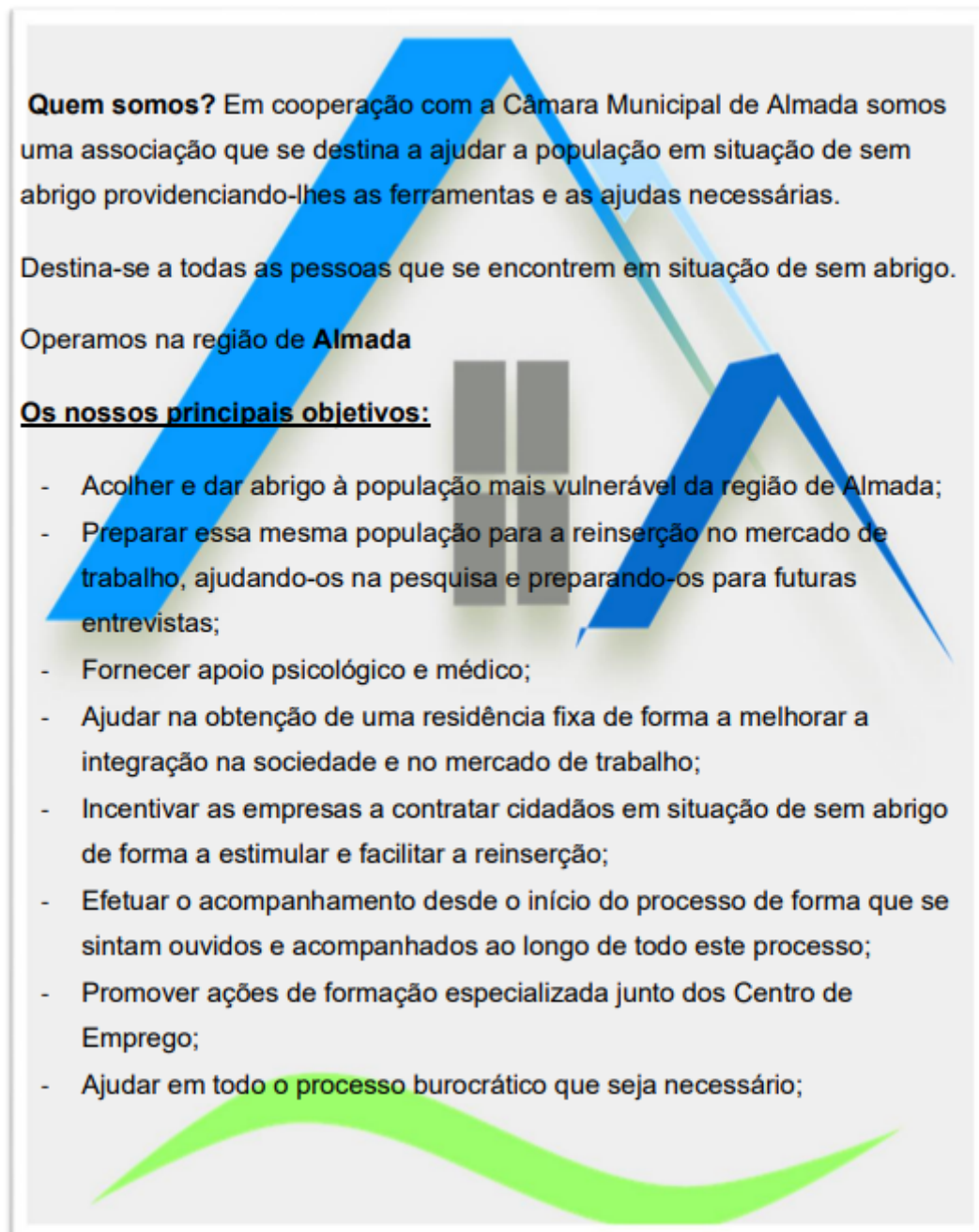
*Carva*

QR Code

The poster features a rainbow background with icons of a man and woman, raised fists, and a rainbow flag. The central image shows a teacher holding a rainbow flag in a classroom. The bottom section includes icons of gender symbols, a group of people, and a QR code.

Paula Sigorro - 1700716

**Projeto #CasaAbrigo**, um projeto para a vida no combate à exclusão social e na erradicação da situação de sem abrigo.



**Quem somos?** Em cooperação com a Câmara Municipal de Almada somos uma associação que se destina a ajudar a população em situação de sem abrigo providenciando-lhes as ferramentas e as ajudas necessárias.

Destina-se a todas as pessoas que se encontrem em situação de sem abrigo.

Operamos na região de **Almada**

**Os nossos principais objetivos:**

- Acolher e dar abrigo à população mais vulnerável da região de Almada;
- Preparar essa mesma população para a reinserção no mercado de trabalho, ajudando-os na pesquisa e preparando-os para futuras entrevistas;
- Fornecer apoio psicológico e médico;
- Ajudar na obtenção de uma residência fixa de forma a melhorar a integração na sociedade e no mercado de trabalho;
- Incentivar as empresas a contratar cidadãos em situação de sem abrigo de forma a estimular e facilitar a reinserção;
- Efetuar o acompanhamento desde o início do processo de forma que se sintam ouvidos e acompanhados ao longo de todo este processo;
- Promover ações de formação especializada junto dos Centro de Emprego;
- Ajudar em todo o processo burocrático que seja necessário;

Rita Oliveira - 102961

### Combater os Estereótipos de Género (educação para a igualdade)

**Grupo-alvo:** Crianças e jovens (8 aos 12 anos)

**Objectivos principais:** o propósito deste pré-projecto consiste em dinamizar estratégias de sensibilização, nas camadas mais jovens, para a igualdade de género, a divisão do trabalho familiar e prevenção dos estereótipos de género e violência contra as mulheres

**Impacto:** desenvolver acções preventivas contra a normalização dos estereótipos de género e o impacto que as assimetrias de género poderão ter na vida adulta, tanto na esfera pública como na esfera privada.

**Região abrangida:** Bairro da Quinta do Loureiro, freguesia de Campo de Ourique, em estabelecimentos escolares do bairro.



**Maria Correia – 704290**



# Aquecendo Corações Construindo futuros

Acolher e integrar com dignidade

Vanessa Correia - 1101306

# INTEGRADES

INCLUSÃO DEPOIS DAS GRADES

GRANDE PORTO



Casa-Abrigo  
destinada a ex  
reclusos adultos  
recém saídos da  
prisão ou  
reclusos em  
situação de  
sem-abrigo

**Habitação**  
**Apoio Psicológico**  
**Escolarização**  
**Grupos de pares**  
**Procura de emprego**  
**Autonomia**  
**Reintegração Social**

[www.integrades.pt](http://www.integrades.pt)

Luísa Silva – 1001387

# Projeto Recomeço

Valorizando vidas,  
Reconstruindo futuros



Área metropolitana de Lisboa

**Cláudia Santos - 800537; Vanessa Nogueira - 1000163; Maria João Cabral - 904191; Carla Silva - 901290**

# JOVENS FINANCEIRAMENTE CONSCIENTES



**Educar hoje, para  
prosperar amanhã**

PRÉ-PROJETO DE LITERACIA FINANCEIRA  
ALUNOS DA ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DO CERCO DO PORTO  
CIDADE DO PORTO

Ana Serrano - 900704

# **CONSIGO, na vida**

*Fale connosco*

*Vamos ouvir*



Imagem: <https://pixabay.com/pt/illustrations/amigos-confian%C3%A7a-amizade-junto-1027867/> em 08-01-2024


**Projeto de Inclusão Social**

Marlene Oliveira – 11100846

# **Bairro do Hospital**

## **Funchal**

### **“Viva Idade: Comunidade Ativa e Inclusiva”**



**O projeto “Viva Idade: Comunidade Ativa e Inclusiva” visa criar uma comunidade que celebra a diversidade etária, promovendo a inclusão, igualdade e cidadania. Ao priorizar a participação ativa e o respeito pelas experiências dos idosos, acreditamos que podemos construir um Bairro mais forte, coeso e sustentável para todos os seus habitantes.**

Susana Ramalhosa – 100866

**Construindo Justiça  
em Cada Rua  
Igualdade em Cada Esquina!**

Na minha cidade a Igualdade Ganha Vida



<https://br.freepik.com/>

Constrói uma "casa" melhor, uma rua digna, uma cidade para TODOS e de Todos!  
Não desvies o olhar, olha-te agora, constrói! No futuro olhar-te-ás com orgulho!



**Anabela Maldonado – 1802814**



**“Unidos na Diversidade, Fortalecidos pela Inclusão“**

**Juntos Construimos Cidadania,**  
fortalecemos a inclusão, e promovemos  
a igualdade de oportunidades  
Centro de Apoio ao imigrante do Seixal.

**Together we Build Citizenship**  
**Seixal Immigrant Support Center**

## *Aprender a caminhar a solo (monoparentalidade)*

---

**Maria João Lima – 1500013**



Soraia Duarte- 1600497

### Vencer Barreiras

PARA UMA IGUALDADE SEM OBSTÁCULOS



**ACESSIBILIDADE**  
PARA TODOS

#### **PROJETO DE PROMOÇÃO, INCLUSÃO E CIDADANIA**

O projeto de promoção tem como grupo-alvo pessoas com deficiência, especialmente na cidade da Covilhã, para que na cidade, tal como diz o nome do projeto, não haja barreiras, discriminação e desigualdade para com estas pessoas.

Para um apoio às pessoas com deficiência, com a finalidade de tornarem mais autónomas e para que haja uma igualdade de oportunidades.

"Vencer barreiras", destina-se a todas as pessoas portadoras de deficiência na cidade da Covilhã, com este projeto pretendo fazer campanhas de sensibilização, criar melhores acessos de mobilidade e criar um grupo de pessoas que estejam dispostas a ajudar e apoiar estas pessoas a torná-las mais autónomas em vários sentidos e em várias atividades do dia-a-dia:

- Encontrar um emprego;
- Ir às compras;
- Ajustar a cidade;

- Ir á escola;
- Ir a serviços públicos, etc.
- Ajudar nas tarefas domésticas.

Em Portugal existe um total de 636.059 pessoas portadoras de deficiência, inseridas separadamente nos diversos tipos da mesma.



**Vamos promover a Igualdade e a inclusão**



Soraia Duarte

Paula Braga - 800725

## PARCEIROS

- Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ)
- Federação de Portuguesa de Atletismo (FPA)
- Federação de Andebol de Portugal (FAP)
- Federação Portuguesa de Basquetebol (FPB)
- Federação Portuguesa de Futebol (FPF)
- Federação Portuguesa de Futsal (FPF)
- Federação Portuguesa de Voleibol (FPV)
- Federação Portuguesa de Ténis de Mesa (FPTM)

## ENDEREÇO

Rua das Margaridas, n.º 6, 3.º ESQ.

## CONTACTE-NOS

The Phone Company | 211234567 |  
info@thephone-company.com  
www.thephone-company.com



## DESPORTOS DA UNIÃO

*“o desporto é de todos e para todos”*



## DESPORTOS DA UNIÃO

Desportos da União é um projeto que apoia a prática desportiva junto de todos os jovens do concelho de Odivelas.

É um evento inovador no desporto escolar que engloba 6 modalidades – Atletismo, Andebol, Basquetebol, Futebol, Futsal e Voleibol.

### Objetivos:

- ✓ Aumentar a participação desportiva junto dos jovens;
- ✓ Criar oportunidades de acesso à prática desportiva;
- ✓ Promover a inclusão e a integração social;
- ✓ Contribuir para o desenvolvimento cognitivo, social e cultural dos jovens.



*“o desporto é de todos e para todos”*

Este projeto visa potenciar o espírito de equipa e entreatajuda entre os alunos sob o lema: *“o desporto é de todos e para todos”*.

Visa promover a prática do desporto e da atividade física e sensibilizar todos os jovens para as vantagens de uma vida saudável.

Diz respeito a todos e é para todos, independentemente da idade, sexo, contexto social ou nível de aptidão física.

**Participa já, não fiques para trás**



## INSCRIÇÃO

**Até 3 de Fevereiro de 2024**

Segunda a Sexta feira na secretaria da tua escola

## DIVULGAÇÃO DAS EQUIPAS

18 de fevereiro de 2024

## INICIO DO ENCONTRO DESPORTIVO

1 de março de 2024

## CERIMÓNIA DE ENTREGA DOS PRÉMIOS

1 de junho de 2024  
10h00

Pavilhão Multiusos de Odivelas

Patricia Pinto - 1401911



**"EDUCAÇÃO SEM FRONTEIRAS"  
RUMO A UM FUTURO DE IGUALDADE:**

**Combate à Desigualdade  
Educativa**

**Aberto a toda a comunidade escolar do  
concelho de Vila Franca de Xira**

**Auditório  
Escola Sede do Agrupamento**

**08/01/2024 18H**

**O projeto visa combater a desigualdade educacional, garantindo que todos os indivíduos, tenham acesso a uma educação de qualidade, independentemente da sua origem socioeconómica. Procura criar oportunidades iguais para o desenvolvimento intelectual e pessoal, promovendo a inclusão na sociedade, bem como no sistema educacional.**

## Torna-te um Bordalo!...a trabalhar

Olga Catarina Sousa – 1401733



# TURMA 2

---

Telmo Domingos – 2100323



## EDUCAR PARA INCLUIR

A educação é um direito humano e um instrumento de inclusão social. Porém, muitas pessoas são excluídas por falta de qualificações, competências e conhecimentos. O projeto “Educar para Incluir” visa proporcionar oportunidades de aprendizagem não-formal e informal a indivíduos em situação de vulnerabilidade, na freguesia de Marvila, em Lisboa

### Objetivos do projeto:

- Desenvolver competências básicas, transversais e específicas
- Estimular a participação ativa na comunidade
- Promover a inclusão social, a diversidade, a cidadania e a coesão social
- O projeto oferece atividades educativas, culturais, artísticas, desportivas, etc., adaptadas ao grupo-alvo, usando metodologias participativas, lúdicas, criativas e dialógicas. As atividades visam desenvolver competências, promover a inclusão, e estimular a participação. As atividades são reconhecidas, valorizadas e certificadas, de acordo com as normas da educação não-formal e informal.

**FORMULÁRIO DE INSCRIÇÃO**



Contate-nos  
**219 333 333**

Para mais informações  
[www.educamais.com](http://www.educamais.com)

João Matos - 2102762

Programa para a integração de  
imigrantes no concelho de Santarém

# ScalaBeans

## Crescemos juntos



Fóruns participativos

Workshops

Cozinha comunitária

Horta comunitária

Atelier de artes

Carrinha itinerária



Venha conhecer o novo Centro  
de integração para imigrantes  
em Santarém

ScalaBeans  
Qt<sup>a</sup> das cegonhas  
2001-907 Santarém  
(Junto ao CNEMA)

Terça a domingo 09h00 - 22h00  
Tel. 243 300 721



CORREIO DO RIBATEJO



OMIRANTE  
SEMANÁRIO REGIONAL



[WWW.SCALABEANS.ORG.NET](http://WWW.SCALABEANS.ORG.NET)

Marlene Nogueira – 2003686



**LOULÈ**



**GINASIOS  
AUTISTAS**  
INCLUSÃO E AÇÃO



**DESPORTO SEM BARREIRAS, CADA PASSO CONTA**

- Desporto para Autistas
- Profissionais Formados
- Actividades Personalizadas
- Promoção do Bem estar

**INFORMAÇÕES**

**CONTATO:**  
+351000000   
www.gaia.com   
Loulé 

Joana Araújo - 2101441/ Amadeu Araújo – 2101247



# **FORTALECENDO ESPERANÇAS, SUPERANDO DESAFIOS JUNTOS!**

Fazemos entrega no nosso espaço físico de alimentos para famílias mais carenciadas, informe-se através do nosso contacto ou venha ao nosso armazém.

**Em parceria com o  
Banco Alimentar  
contra a Fome**

**Câmara Municipal  
de Sesimbra**

**Junta de Freguesia  
da Quinta do  
Conde**

**Comercio Quinta  
do Conde**

**PROJETO DE AÇÃO SOCIAL PARA  
INDIVÍDUOS EM EXCLUSÃO OU  
RISCO DE EXCLUSÃO**

**ASSOCIAÇÃO  
FORTALECER A  
ESPERANÇA**

Rua da Maria, nº15  
Quinta do Conde

Tel: 933333333

Segunda a Quinta das 10h 18h

Fernanda Palma – 2003239/ Sílvia Soares – 2003266

Inclusão digital para idosos:  
**“Velhos Saberes,  
Novas Aprendizagens...”**

Inscrições até 31 de Janeiro 2024

Se têm idade ≥ 65 anos e reside em Albufeira...  
Esta oportunidade é para si!!!  
Faça já a sua inscrição.

**Polo de Formação Albufeirense**  
Morada:  
Rua do Município ES  
8200 – 077 Albufeira  
Contactos:  
Telefone: 289 599 500  
Email:  
[polodeformação.albufeirense@hotmail.com](mailto:polodeformação.albufeirense@hotmail.com)

**Programa:**  
Data de início: 05/02/2024  
Data de fim: 31/05/2024 (duração: 4 meses)

Com o apoio da Câmara Municipal de Albufeira

Andressa Oliveira – 2003149; Sandra Rebelo – 1901233; Sandra Rosa – 2102961

## INCLUSÃO PROFISSIONAL SEM BARREIRAS

### PÚBLICO ALVO:

- INDIVÍDUOS COM DEFICIÊNCIA (SUPERIOR A 60%)
- IDADE ENTRE 18 A 55 ANOS
- DIFERENTES TIPO DE DEFICIÊNCIA: FÍSICA, SENSORIAL, INTELLECTUAL, (...)



### LOCAL:



**MUNICÍPIO DE MARVÃO - ALENTEJO**

**PROMOVER A IGUALDADE DE OPORTUNIDADES NO MERCADO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA, ELIMINANDO OBSTÁCULOS E CRIANDO UM AMBIENTE PROFISSIONAL INCLUSIVO**



Contacte-nos para mais informações

# Crescer com Afeto: Saúde Mental Infantil para Todas as Crianças

**Graça Costa – 2102992**

## Crescer com Afeto: Saúde Mental Infantil para todas as crianças

Considera-se uma criança saudável quando esta apresenta um desenvolvimento cognitivo, emocional e social satisfatórios para a sua idade, no entanto os dados revelam que a prevalência de perturbações mentais na infância é de aproximadamente 13,4%

### Destinatários

Crianças e adolescentes com idades entre os 6 e os 18 anos com baixa condição socioeconómica e residentes na freguesia de Santa Clara, concelho de Lisboa.

### Valores

Justiça Social, Solidariedade, Respeito, Igualdade, Dedicção, Responsabilidade, Confiança



### Objetivos

- Promover a saúde mental na infância, criando um ambiente seguro e inclusivo.
- Fornecer suporte emocional e sessões de acompanhamento psicológico e de terapia.
- Promover a resiliência e desenvolvimento de programas de educação emocional.
- Integrar conceitos de saúde mental no currículo escolar.

### Missão

-Promover a igualdade social com foco na saúde mental e bem-estar e contribuir para melhorar a qualidade de vida da população, criando uma sociedade mais inclusiva.

### Atividades

- Acompanhamento psicológico nas escolas.
- Workshops educativos acerca da saúde mental adaptadas à faixa etária.
- Sessões de arte terapêutica e oficinas de expressão artística.
- Atividades recreativas depois da escola, como clubes e programas extracurriculares.

### Contactos

[crescercomafeto@gmail.com](mailto:crescercomafeto@gmail.com)

**Aquitânia Piedade – 2003312**

**BARREIRO UNIDO**  
**LIGAR COMUNIDADES,  
CONSTRUIR FUTUROS**

Parceiros: CM Barreiro, Baía do Tejo, Portugal 2030, S.L.B., Instituto Camões, PRR

Jovens dos 15 aos 25 anos

Capacitar os jovens através da educação, formação profissional e desenvolvimento de competências, visando um futuro mais inclusivo e igualitário no Barreiro

Programas de Tutoria e Mentoria, Oficinas de Formação Profissional, Iniciativas de Empreendedorismo Jovem e Atividades de Integração Social e Cultural

contactos: telefone-44237000/ email-barreirounido@gmail.com/ [f](#) [i](#) [t](#) [v](#) -@barreirounido

Ana Mafalda Costa – 2003065



**Paula Matos - 2002385**




**Camara Municipal de Cascais**

Endereço: Praça 5 de Outubro 2754  
501 Cascais  
Telefone: 214815000  
E-mail:  
atendimento.municipal@cm-  
cascais.pt

 **VIDA  
CASCAIS**

**CASCAIS**  
Tudo começa nas pessoas

Ana Carvalho – 2003787; Cátia Raposo – 1803006; Patrícia Tellechea – 2102948; Telmo Viveiros – 2002666



**EAM – ESTENDE A MÃO**

Não abandones a tua formação por falta de habitação, os nossos idosos precisam e aguardam por ti!

**Para estudantes deslocados entre os 18 e os 26 anos**

Portugal e Regiões Autónomas

**Lourenço Paim – 2000494**

## **Educação e Alfabetização não são sinónimos**

**Se mesmo lendo e compreendendo rótulos ficamos na dúvida.  
Como será sem saber ler???**



O analfabetismo existe, não é coisa de velhos e não irá morrer com eles. Esta minoria vive envergonhada e esquecida, ajuda!

Ajuda a divulgar;

Ajuda a identificar;

Ajuda a integrar;

Ajuda a criar bases para o desenvolvimento educacional, familiar e profissional desta minoria.

Ajuda a acabar com o **Analfabetismo** guia-os até nós!

**Tu podes ler e compreender este pedido eles não!**

**Formação adequada, a começar realmente do zero  
e acompanhada por Psicólogos.**

**Inscrições e Informações  
Balcão Municipal de Vila Franca Do Campo**

**Sandra Belchior – 2101160**



**Lúcio Moreira – 1903115**

**BELA VISTA – BOA VIDA**

VAMOS TRANSFORMAR O MONTE DA  
CAPARICA, UM LOCAL COM UMA VISTA  
FANTÁSTICA, NUM LOCAL ONDE SE PODE  
TER UMA BOA VIDA.  
JUNTA-TE A NÓS NESTE PROJETO E  
CAMINHEMOS PARA UM FUTURO  
BRILHANTE.



**RUA DA BELA VISTA N°37 – MONTE DA CAPARICA**

Susana Nunes – 2003031; Glória Sousa – 2001996

ESTABELECEMOS A IGUALDADE PARTILHANDO AS DIFERENÇAS



TODOS SÃO IMPORTANTES



**AS PRIMEIRAS  
OLIMPIADAS  
CULTURAIS  
DESPORTIVAS:**

**SURPRESA:**

No fim, prova de pratos típicos feitos pelos pais!!

Vamos partilhar todas as receitas!!

As escolas públicas e privadas da União de freguesias da Baixa da Banheira e Vale da Amoreira vão:

- Partilhar as diferenças, apesar das classes sociais, regiões e nacionalidades; dar a conhecer todos os costumes e desportos de todas as culturas, países e regiões.



União das Freguesias de  
Baixa da Banheira e Vale da Amoreira



Mónica Francisco – 2003166

# ENVELHECER COM DIGNIDADE

"Valorizando a sabedoria e experiência dos nossos idosos!"



## MISSÃO

Melhorar a qualidade de vida dos idosos do concelho de Olhão, promovendo a igualdade, inclusão social e cidadania, valorizando a importante contribuição que estes têm para oferecer à comunidade.



## PRESTAMOS

- Apoio emocional
- Atividades de Lazer
- Oficinas
- Palestras
- Cuidados de Saúde
- Transporte e mobilidade



Para maiores de  
65 anos



## INSCREVA-SE

Na sua Junta de Freguesia



O respeito e a inclusão são os pilares deste projeto!

Vânia Santos – 2002697; Rita Ferreira – 2003378; Vera Marques – 2101237;  
Acelino Almeida – 2101778

**Crianças e Jovens**

**Apoio ao Estudo**

**Apoio Psicossocial**

**Atividades Lúdicas**

**Centro Social e Paroquial  
de Vila Nova da Barquinha**

**PSI-Promovendo  
Sorrisos e Igualdade**

**Inclusão de Crianças e Jovens**

**Maria Baptista - 2101563**

# **Anos Dourados**

Envelhecer com dignidade

**De mãos dadas contra o  
isolamento e abandono de idosos**



Freguesia de Santo António, Lisboa

Carlos Dias – 1902469

Projeto de promoção da igualdade, inclusão e cidadania

Inclusão  
Que  
Transforma,  
Cultura  
Que  
Engrandece.



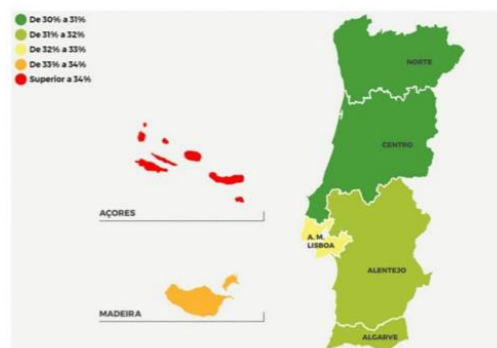
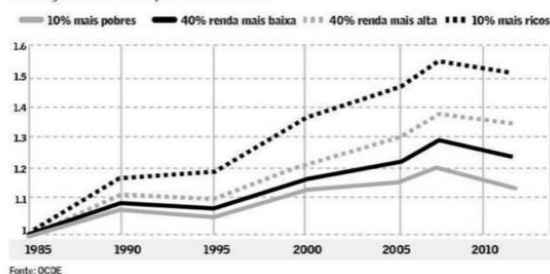
O objetivo deste projeto  
visa fortalecer a  
Comunidade Cigana  
em  
Paços de Ferreira

Ana Vicente – 2101225

# Educação para Todos: Combater a desigualdade educativa

## Desigualdade aumenta

Varição da renda por faixa social



Garantir o acesso e a qualidade da educação para todos, independentemente de sua situação socioeconómica em Portugal



A ideia base para a intervenção é a criação de um programa de bolsas de estudo para crianças e jovens de baixa renda, além da implementação de programas de melhoria da qualidade da educação nas escolas.



**Isabel Martins -2000941**

Deixe-nos ajudar a lá chegar...

# ALDEIA DE TODAS AS IDADES

Se tem mais de 65anos e precisa de ajuda para se deslocar à freguesia ligue 000 000 000 ou solicite apoio no café central que irá entrar em contacto connosco

**Em parceria com:**

JF PEDROGÃO PEQUENO, CM SERTÃO, GNR, BOMBEIROS, CENTRO DE SAÚDE,  
FARMÁCIAS E COMÉRCIO LOCAL

**Zuleica Queirós – 2002320**

por mares onde



podes navegar

**Um projeto para promover a igualdade e inclusão social de jovens, na comunidade das Caxinas.**

**Posso candidatar-me?**

Se tens entre os 14 e os 25 anos e estás sem norte, nós ajudamos-te a navegar por mares seguros!

**O que me oferecem?**

Orientação vocacional e profissional  
Apoio à procura ativa de emprego  
Empreendedorismo  
Participação social

**Porque devo participar?**

Para aumentar as tuas qualificações e competências  
Para melhorar as tuas oportunidades de emprego  
Para participar na vida da tua comunidade

**Como posso participar?**

Inscreve-te até 5 de janeiro de 2024.

Consulta toda a info aqui

[www.pormaresondepodesnavegar.com](http://www.pormaresondepodesnavegar.com)

[info@pormaresondepodesnavegar.com](mailto:info@pormaresondepodesnavegar.com)

**Estás pronto  
para navegar?**

Lina Machado – 1903134



# ARTES DE RUA

**INCLUSÃO SOCIAL**

Apostando no  
Desenvolvimento de  
crianças e jovens através  
das artes e sucesso escolar



**Pintura, Dança,  
Artes Plásticas e  
Música** COMPANHAMENTO ESCOLAR



**Pedro Martins – 2101407**

**FOLHETO DO PROJETO:  
Promoção da Igualdade, Inclusão e Cidadania para Migrantes em Braga**



Slogan:

**Braga Diversa: Unindo Culturas, Construindo Cidadania**

Público-Alvo:

**Migrantes recém-chegados e famílias em situação de vulnerabilidade**

Localização:

**Braga, uma cidade acolhedora e vibrante**

Objetivo Principal:

**Facilitar a integração através de programas abrangentes**

Programas de Línguas:

**Desenvolvemos cursos de línguas adaptados para acelerar a fluência e promover a comunicação eficaz**

Workshops de Capacitação Profissional:

**Oportunidades de aprendizagem prática para aprimorar habilidades profissionais, promovendo a autonomia e sustentabilidade**

Eventos Culturais Inclusivos:

**Celebramos a diversidade por meio de eventos culturais que unem a comunidade, promovendo a compreensão mútua.**

Benefícios:

**Fortalecimento da comunidade migrante. Construção de redes de apoio.  
Promoção da igualdade e cidadania.**

Como Participar:

**Entre em contato para descobrir como pode envolver-se e contribuir para uma Braga mais diversa e inclusiva.**

Contatos:

**Email –**

**Tim -**



**Junte-se a nós na construção de uma Braga acolhedora e diversificada, onde a união de culturas é a chave para a construção de uma cidadania sólida e inclusiva.**

**Davide Nunes – 2002555**



Duarte Gouveia – 1900494

**Ciência Madeira 2024**

# CIÊNCIA

**para Gente Madura**

**Visita e Aprende  
Mostra que Já Sabes  
e Ganha Prêmios**

**Nunca é tarde para aprender**

Ana Santos - 2003338



## Lomba Viva

### Ondas de Afeto Vencer o Isolamento

Inscreva-se para  
participar nas  
Atividades  
exclusivas para a  
Terceira Idade

📍 Antiga Escola  
Primária da Lomba

- Atividades físicas adaptas;
- Danças e cantares tradicionais;
- Criação de uma horta: "Horta da Sabedoria: cultivar memórias para nutrir vida";
- Grupos de leitura, arte e artesanato;
- Visitas culturais;
- Eventos mensais, com festas temáticas;
- Programa de visitas regulares ao domicílio de voluntários, com atividades adaptadas para os idosos em casa;



**Isabel Pestana – 2101451**



**Clara Fernandes – 2102965**



# PORTO MAIS SEGURO

**População em risco de  
toxicodependência em Peniche**

**Objetivo principal do projeto:**

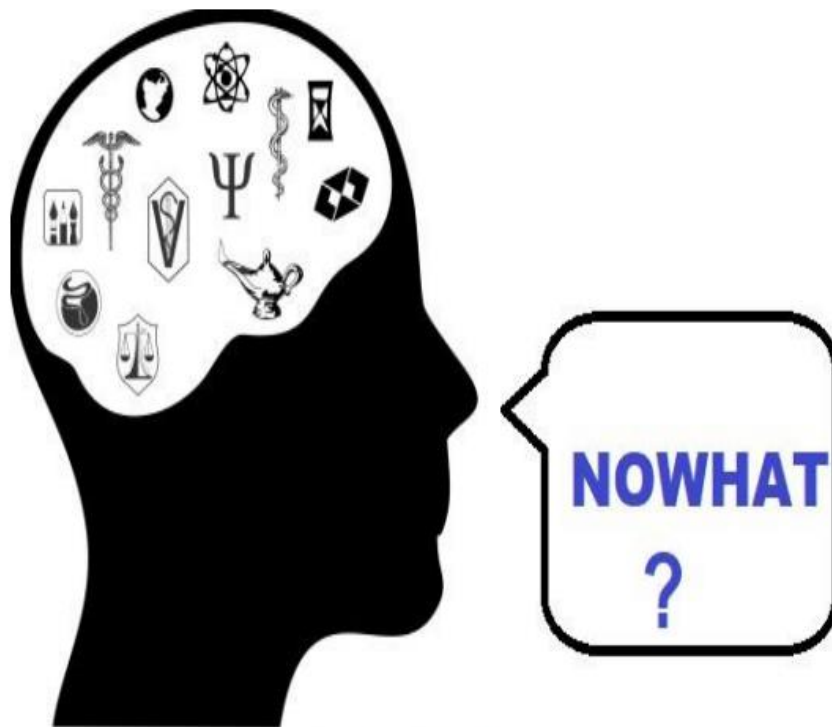
- Riscos e minimização de danos
- Informação e sensibilização
  - Apoio psicossocial
  - Intervenção familiar

## Então e agora?

---

Cristina Marques – 2003894

---



**.publico alvo e região:** todos os estudantes que concluíram o ensino obrigatório, Lisboa  
**.objetivo:** Clarificar as várias opções para a progressão no ensino

## *Ser pobre não é brincadeira*

---

**Isabel Mendonça – 2002684**

Projeto direcionado às crianças e jovens carenciados das ilhas dos Açores que aqui poderão aprender:

Técnicas de

- Gastronomia
- Pesca
- Agricultura
- Economia familiar
- Jardinagem
- Entre outras



**Ser pobre não é brincadeira**

Vamos brincar aos adultos e ensinar-te a construir um futuro brilhante.

Mariana Peixoto – 2100500



*A passos largos seremos todos VELHOS, vamos AJUDAR AGORA, para depois sermos AJUDADOS!*

Marlene Neves – 2000159

 [www.inclusao.idoso.algarve.UAb](http://www.inclusao.idoso.algarve.UAb) +351 966 555 444

**A passos largos todos seremos VELHOS, vamos AJUDAR AGORA, a combater a exclusão social!**



- Cuidados médicos,
- Atividades de bem-estar, aulas de ginástica, aulas de música, grupos de canto,
- Rede de ajuda aos idosos, seja, na limpeza das suas casas, à elaboração e confecção de refeições, entre outros.

 <ul style="list-style-type: none"><li>● Alcoutim</li><li>● Odeleite</li><li>● Martinlongo</li><li>● Ameixial Cachopo</li></ul>	 <ul style="list-style-type: none"><li>● Alte</li><li>● São Marcos da Serra</li><li>● Marmeleite</li><li>● Aljezur</li></ul>
 <ul style="list-style-type: none"><li>● 2<sup>af</sup>, 4<sup>af</sup> e 6<sup>af</sup></li><li>● 09:00 - 18:00H</li></ul>	 <ul style="list-style-type: none"><li>● 3<sup>a</sup>, 5<sup>a</sup>, sábados</li><li>● 09:00 - 18:00H</li></ul>

Nas respetivas Juntas de Freguesia

**Se tem 60 anos ou mais esta AJUDA é para si, venha ter connosco. Nós ajudamo-lo!**

**Sónia Rodrigues – 2100993**



**Setúbal**

**165 Sem Abrigo**

**Vamos todos ajudar quem mais precisa!!**

O mais recente projeto **"Panela Cheia"** pede-vos 1 alimento, roupas e cobertores. A entregar na seguinte morada: Rua da Flores n°2, Setúbal

**"Panela Cheia"** Cheia de intenção de ajudar; oferecer uma refeição e conforto.



Carlos Pereira – 2001105

Anexo: Folheto/cartaz de informação/publicitação do projeto

**AÇORES EDUCA:**

**JUNTOS CONTRA O ABANDONO ESCOLAR E PELA INCLUSÃO SOCIAL!**

**Arquipélago dos Açores**  
Ensino Básico & Ensino Secundário

- Reduzir as taxas de abandono escolar
- Promover a inclusão social e a cidadania ao nível regional
- Implementar mecanismos de acompanhamento contínuo

The poster features a teal background with white line-art icons of school supplies like a backpack, airplane, pen, and pencil. A large yellow circle on the left contains a photograph of children's hands stacked together. The text is arranged in a structured layout with bold fonts and arrows pointing to the right.

**Charlene Rodrigues – 2003330**

**Horizontes  
Compartilhados**

**UNINDO CULTURAS PARA UMA  
SOCIEDADE INCLUSIVA**

**SERVIÇOS GRATUITOS**  
CURSOS DE LÍNGUA, WORKSHOPS CULTURAIS E  
ACONSELHAMENTO PERSONALIZADO.

PARCERIAS COM EMPRESAS LOCAIS PARA OPORTUNIDADES  
DE EMPREGOS INCLUSIVOS.

ATIVIDADES PARA PROMOVER A COMPREENSÃO MÚLTUA E  
CELEBRAR A DIVERSIDADE!

**DESTINADO Á TODOS OS IMIGRANTES RECÉM  
CHEGADOS E COMUNIDADE LOCAL DE**

**Vila Franca de Xira**

Informações e Agendamentos:  
 **TLM:966666666**

**HORIZONTESCOMPARTILHADOS@GMAIL.COM**

Visite nos no Centro Cultural de  
Vila Franca de Xira

 **@HORIZONTESCOMPARTILHADOS**

Mais informações em:  
[www.horizontescompartilhados.pt](http://www.horizontescompartilhados.pt)

# TURMA 3

---

Tânia Carvalho - 2103802

# RUMO A CASA

Projeto de Intervenção Social no combate às desigualdades sociais

**PARA ? QUEM**


Pessoas em situação de **sem-abrigo**

**Objetivos**


- reduzir o número de pessoas em situação de sem-abrigo nas ruas da cidade do Porto;
- (re)integrar;

O QUE FAZEMOS

**Devolvemos Dignidade**



*Juntas*  
é mais fácil

 Rua da Felicidade, n.º que se segue, na Cidade do Porto

**Vera Sousa – 2303237**



## **UNIDOS NA DIVERSIDADE, FORTALECENDO A COMUNIDADE.**



Sempre quiseste fazer a diferença na tua comunidade mas não sabes como? Esta é a tua oportunidade!

Junta-te a nós e ajuda-nos a promover a igualdade e a inclusão de cidadãos ucranianos no distrito do Porto. Sê o início da esperança, faz parte da mudança!

Para mais informações contacte: 123456789    Construindo Pontes: Juntos Pela Igualdade e Inclusão!

**Carla Viana – 2103449**



## *A aprendizagem digital é amiga do idoso*

---

**Paulo Carvalho – 2104170**

**Projeto de promoção da igualdade, inclusão e cidadania no  
Município de Mangualde**

**A APRENDIZAGEM DIGITAL É AMIGA DO IDOSO**



**Carlos Vences - 2103494; Catarina Leal - 2103773; Cristina Cabaço – 2104169**



Rute Oliveira – 2103670



Elisabete Ribeiro – 2103490/ Filipe Ribeiro - 2103916

## Fragilidade de um só progenitor

### Parente Fora de Horas Ajuda a Cuidar

Famílias Monoparentais precisam de jovens cuidadores para passar tempo de qualidade com os seus filhos



Faz-te membro



Local do cuidar

Funchal - Madeira



Madeira Portugal



Dança



Música



Pintura



Leitura



Jogos



Apoio ao Estudo



Ana Vicente – 2103946; Cátia Lopes – 2103628; Paula Mira – 2104042 ;Vânia Araújo – 2104175



## **LISBOX**

# **APOIO EXTRA PARA TEMPOS DIFÍCEIS**

### **Alimentar é cuidar**

Na Lisbox, acreditamos que todas as famílias merecem ter acesso a necessidades básicas como alimentação. É por isso que oferecemos um programa de apoio social que fornece bens alimentares essenciais para famílias de classe média.

O nosso objetivo é minimizar o risco de insegurança alimentar e promover a inclusão social, atendendo às necessidades de famílias economicamente vulneráveis que muitas vezes são excluídas dos programas de assistência tradicionais por se encontrarem no limiar do que é considerado pobreza.

**Doação alimentar  
de bens essenciais**

**Azeite, leite, pão e  
vegetais**

**Recolha Mensal na  
terceira Segunda-  
feira de cada mês**

**O local da recolha  
alimentar varia  
mensalmente**

**Todas as  
informações são  
fornecidas para o  
email dos  
beneficiários**

**INSCREVA-SE**

[lisboxapoio@exemplo.pt](mailto:lisboxapoio@exemplo.pt)

**MAIS INFORMAÇÃO EM**

<https://catiaassl94.wixsite.com/lisbox>

*Todos somos iguais, todos temos direito a uma vida melhor*

---

Vânia Borba – 2103602



**TUDO COMEÇA COM UMA BOA AÇÃO**

**"TODOS SOMOS IGUAIS, TODOS  
TEMOS DIREITO A UMA VIDA  
MELHOR"**

**Sensibilizar a população açoriana para a importância  
da inclusão das crianças refugiadas ucranianas**

Açores, Portugal

Rui Dias - 2103806



Rui Santos - 2104010



**Ajudamos a construir um país,  
Ajudem-nos a construir a nossa casa**

---

**SOMOS CLASSE MÉDIA**  
**+ Habitação**

---

TAVIRA 2023

Vanda Ferreira – 2104089

***"QUER"INHO ,NUTRIR COM  
CARINHO, ALIMENTANDO O  
CORAÇÃO!***

***Junte-se a nós e  
cozinhe connosco!  
Precisamos de si!***



CÂMARA MUNICIPAL  
**Alenquer**

Silvia Pina – 2103875

# G É N E R O   S E M   M E D O

PREVENIR E COMBATER A VIOLÊNCIA  
DE GÉNERO EM BELMONTE

JUNTE-SE A NÓS E FAÇA PARTE DA  
MUDANÇA

PÚBLICO-ALVO:  
MULHERES EM SITUAÇÃO DE  
VULNERABILIDADE  
SOCIAL E ECONÓMICA QUE RESIDEM NO  
CONCELHO DE BELMONTE

NÃO DEIXES QUE O  
MEDO TE IMPEÇA DE  
SERES QUEM QUERES  
SER !



Paula Soares-2103038; Vera Azevedo- 2103900

“Ser sem-abrigo é viver sem tudo o que sempre demos como adquirido”  
**(Jorge Costa)**



Apelamos a todos que ajudem estas pessoas, ajudem com comida, roupa, calçado, e acima de tudo com palavras gentis. Não custa fazer o bem pelo outro.

**Eles precisam de Nós, precisamos de si!**

São estas imagens que vimos todos os dias, temos que dizer **BASTA** a esta situação ninguém merece ter como a sua habitação a **RUA**, não podemos deixar que a **DESIGUALDADE** permaneça na nossa sociedade. Estas pessoas também são humanas e necessitam que a sua dignidade seja salva.

**“Porto sem frio, sem-abrigos sempre acolhidos”**

Este é o nome que demos ao nosso projeto, confiamos nele para dar início ao nosso trabalho, vamos contar com a ajuda de muitas equipas, para o realizar.

Vamos estar em várias zonas do Porto a fazer recolha de bens de 1ª necessidade, contamos com a vossa colaboração.

**HOJE POR ELES AMANHÃ POR NÓS!**

**Maria Clara Fura – 2103971**

## **PROJETO DE VOLUNTARIADO**

# **“MÃO AMIGA”**



<https://pt.dreamstime.com/Im%C3%A1ge-mulher-jovem-segurando-do-idoso-image161181591>

**Encontram-se abertas inscrições a voluntários que queiram abraçar este projeto, dirijam-se à junta de freguesia mais perto de si. E juntos vamos**

**“CUIDAR BEM DE QUEM JÁ CUIDOU DE  
NÓS”**

Rogério Morais - 2104038; Ana Marques - 2104095



## Vialonga, uma via para o sucesso

---

Sara Matias – 2104066



Escola EB nº2 Vialonga

*Vialonga, uma via  
para o sucesso*



Pretendemos com a ajuda da população  
combater a exclusão social nas crianças e jovens  
da freguesia de Vialonga

*Maior Solidariedade,  
traz mais igualdade*



Autor desconhecido



Patrícia Lopes – 2103804

# TRILHANDO OPORTUNIDADES: EQUIDADE NO EMPREGO

COMBATER AS DESIGUALDADES NO ACESSO AO MERCADO  
DE TRABALHO

## INTRODUÇÃO

O OBJETIVO DO PROJETO É CRIAR OPORTUNIDADES E EQUIDADE NO EMPREGO, PROMOVENDO IGUALDADE DE ACESSO AO EMPREGO, REDUZIR DISPARIDADES SALARIAIS, FOMENTAR DIVERSIDADE NAS CONTRATAÇÕES E CRIAR UM AMBIENTE DE TRABALHO INCLUSIVO PARA OS JOVENS.



### ***Intervenção do projeto:***

- proporcionar um ambiente que promova o desenvolvimento profissional,
- incentivar a identificação e procura de oportunidades de emprego,
- criar programas de capacitação e parcerias com empresas
- promover uma maior diversidade para os jovens.

### ***Atividades para jovens da cidade do porto***

- workshops de habilidades profissionais,
- programas de formação para ajudar na integração dos jovens no mercado de trabalho,
- orientação para elaboração de currículos,
- simulações de entrevistas, networking
- suporte emocional para enfrentar desafios no ambiente de trabalho.

Sara Pinto – 2104037; Sofia Pessoa-2104014; Stefani Silva - 2104118

**Caminhos Dignos** *Inclusão e Cidadania na Terceira Idade*

Projeto Transporte Solidário +65

- +mobilidade
- +acesso à saúde
- +envolvimento social
- +inclusão
- +promoção da cidadania
- +desenvolvimento local
- +qualidade de vida

[www.caminhosdignos.pt](http://www.caminhosdignos.pt)

Projeto desenvolvido por: Sara Pinto, Sofia Pessoa e Stefani Silva

**Andreia Oliveira - 2104107**

***"Vozes Unidas: Construindo a Igualdade"***



**Mulheres migrantes de Almada venham participar!**

**09 de janeiro de 2024**

**Local: Câmara Municipal de Almada**

**Objetivo: Capacitar as mulheres migrantes através de programas de formação profissional, que ajudem na sua orientação, venha ter connosco para saber mais !**

**Venha fazer parte da mudança! Inscreva-se no site da câmara municipal de Almada para as nossas sessões informativas e junte-se a nós na construção de um futuro mais igualitário e inclusivo.**

**Realização:**

**Andreia Oliveira**

**Apoio:**



Elidenice Maciel - 2103799

## Projeto Social

Promover a igualdade, a inclusão e a cidadania de jovens e adultos com cursos profissionalizantes



Construir a dignidade da pessoa humana na sociedade

Apoio:

Prefeitura de João Pessoa, PB

CRAS, Centro de Referência de Assistência Social

Localização: Rua Melvin Jones, 388, Mandacaru, João Pessoa

Mónica Fonseca - 2103776



# Juntos pela diversidade

**Educar Vila Nova de Gaia a ser inclusivo e informado**

Todos as semanas vão ser LGBTQIA+, celebramos a diversidade como a nossa maior força. Junta-te a nós para promover a inclusão, a aceitação e a igualdade em todas as suas formas.

**Com Apoio:**



**Siga-nos nas redes sociais: @gaiacolorida**

Ana Maria Lopes – 2103796

PROMOVER A IGUALDADE, A INCLUSÃO E A  
CIDADANIA DAS PESSOAS EM SITUAÇÃO DE SEM  
ABRIGO EM VILA DO CONDE

**SEM ABRIGO COM ABRIGO**



*reconstruir a vida, recuperar a  
dignidade e reintregar na sociedade*

*Com o apoio da Câmara Municipal, Santa Casa da Misericórdia, Centro de  
Saúde, Hospital Bonfim, Empresários Locais, IPSS e comunidade.*

Sónia Quintal - 2103805

**UNINDO CULTURAS ATRAVÉS DA ARTE: CONSTRUÇÃO DE PONTES PARA A UNIÃO DA CIDADANIA CULTURAL DOS IMIGRANTES**



**Promotores:**

- Associação Cultural do Caniço
- Grupo de Artes do Caniço
- Comunidade Artística de Madeira

**Parceiros:**

- Centro Comunitário do Caniço
- Biblioteca Municipal do Caniço
- Escola de Artes da Madeira



**Financiamento:** Fundação Cultural de Madeira.

**Programa:** Inclusão Cultural Artística

→ ESTE PROJETO É PARA SI, QUE ESTÁ NO FUNCHAL E QUER PARTICIPAR DA VIDA CULTURAL DA CIDADE.

→ PARTICIPE NA EXPOSIÇÃO DE ARTE E INCLUSÃO, E MOSTRE O SEU TRABALHO AO PÚBLICO, NUM ESPAÇO ABERTO E INTERATIVO.

→ APRENDA DIFERENTES LINGUAGENS E TÉCNICAS ARTÍSTICAS, COM ARTISTAS PROFISSIONAIS E IMIGRANTES DE ORIGEM AFRICANA.




Para mais informações, contacte-nos pelo email [arte.inclusao@gmail.com](mailto:arte.inclusao@gmail.com) ou pelo telefone 291 123 456.

*Beato Inclusivo: Uma Comunidade de Todos e para Todos*


---

Lise Teixeira – 2103910 / Nelson Serras – 2103876 / Rosa Machado - 2104018



Beato Inclusivo: Uma Comunidade de Todos e para Todos

#BeatoInclusivo




Email: [beatoinclusivo@gmail.com](mailto:beatoinclusivo@gmail.com)

#juventudeAtiva

Tel: 21 752 1\* \*\* / 96 753 1\* \*\*

#ComunidadeUnida



## A inclusão social começa na Educação

---

Vítor Teixeira – 2103393



"A inclusão social começa na educação"

**Público-alvo:**

Comunidade em geral, professores e educadores e alunos com deficiência

**Objetivo geral:**

Promover a inclusão social de pessoas com deficiência através da educação.

**Ação promovida por:**

Município do Peso da Régua

**Nuno Gonçalves – 2103593**



## *O Poder do silêncio - Envelhecer é um privilégio, inclusão é um compromisso*

---

**Carina Teixeira-2104111/ Diriusa Veiga- 2104008/ Líliliana Rodrigues- 2103882/ Maria Teles- 2104081**

O Poder do Silêncio -  
Envelhecer é um  
privilégio, inclusão é  
um compromisso



O projeto "O Poder do Silêncio - Envelhecer é um privilégio, inclusão é um compromisso" Propomos a execução de medidas para que os idosos do Centro Paroquial de Monte do Trigo possam ter um conjunto de atividades dinâmicas de animação sócio cultural e lúdicas de promoção de convívio social na comunidade.



**Carlos Meireles – 2104192**

# A CIDADE INCLUSIVA

UMA CIDADE PARA TODOS

SE TENS ENTRE OS 18 E 30 ANOS

SE PROCURAS OPORTUNIDADES

SE VIVES OU SENTES A EXCLUSÃO

ESTE PROJECTO É PARA TI

**Contacta - nos**  
**Telm: 967959209**

Tânia Cota – 2103911



Zixuan Cai -2104069



Cátia Ferreira - 2103008/ Nataly Silva – 2103947

# Projeto Teia de Afetos

## O Mundo precisa de mais empatia



Obrigada!

**Cuidar do próximo, como cuidaram de nós!  
A empatia é a porta para uma conexão entre  
gerações, em prol de uma sociedade mais  
inclusiva e equitativa!**

**Venda do Pinheiro, Mafra**

# *Juntos pela Quinta: Construindo Pontes para um Futuro Igualitário*

Sara Freitas - 2104037/ Mónica Dias – 2103960



## Juntos pela Quinta

### Construindo Pontes para um Futuro Igualitário

Bairro Quinta do Ferro

Tens entre 12 a 18 anos e resides na Quinta do Ferro, Lisboa?

**JUNTA-TE A NÓS**

Programas de emprego acessíveis Participação ativa na construção de uma sociedade mais justa	Investimento em educação e formação Adaptação às necessidades individuais	Atividades socio culturais Fortalecendo os laços comunitários	Habitação permanente Garantindo a estabilidade e qualidade de vida
---	--	--	---

# TURMA 4

---

Valter Matos - 2104327



**LongeVIDAde+**

UNIR GERAÇÕES PARA REUNIR VIDAS

Ajudar a cuidar de quem cuidou de nós!

AUDITÓRIO PRINCIPAL  
CAMARA MUNICIPAL DE LOULÉ

8 DE JANEIRO DE 2024 ÀS 20H

**ENTRADA LIVRE**

Qualidade

Vida

ABERTA  
www.labd.pt

Município de Loulé

Quarteira

app ASSOCIAÇÃO PORTUGUESA DE PSICOLOGIA

CONFEDERAÇÃO DO DESPORTO DE PORTUGAL

Catarina Caracinha - 2200019

# SER MAIS SENIOR



“Já que envelhecer faz parte da vida,  
que isso seja de uma forma livre,  
leve e doce!”



## Toca a mexer para não envelhecer!

Tem mais de 65 anos?  
Reside na Quinta do Conde?

### Atividades

- Aulas de teatro
- Exercício físico
- Concurso de gastronomia
- Voluntariado



## Venha participar no nosso projeto de inclusão social!

Catarina Caracinha nº.2200019

**Andreia Macedo - 2200305**



**Raízes**

V A M O S N U T R I R  
O S L A Ç O S ,  
C E L E B R A N D O  
V I D A S E  
S A B E R E S

Imagens retiradas de: <https://www.medicina.ulisboa.pt/casa-pessoal-fmul> (o logo) e Pinterest (imagem de sêniores).

Ângela Santos – 2104868





REGIÃO DO PORTO  
INSTITUIÇÕES DEDICADAS AO  
CUIDADO E SUPORTE DE IDOSOS

*Aprimorando a Segurança e a Inclusão de  
Idosos com Demência*

*Porque cada passo  
importa:  
Juntos pela  
Segurança e pela  
Inclusão Social*

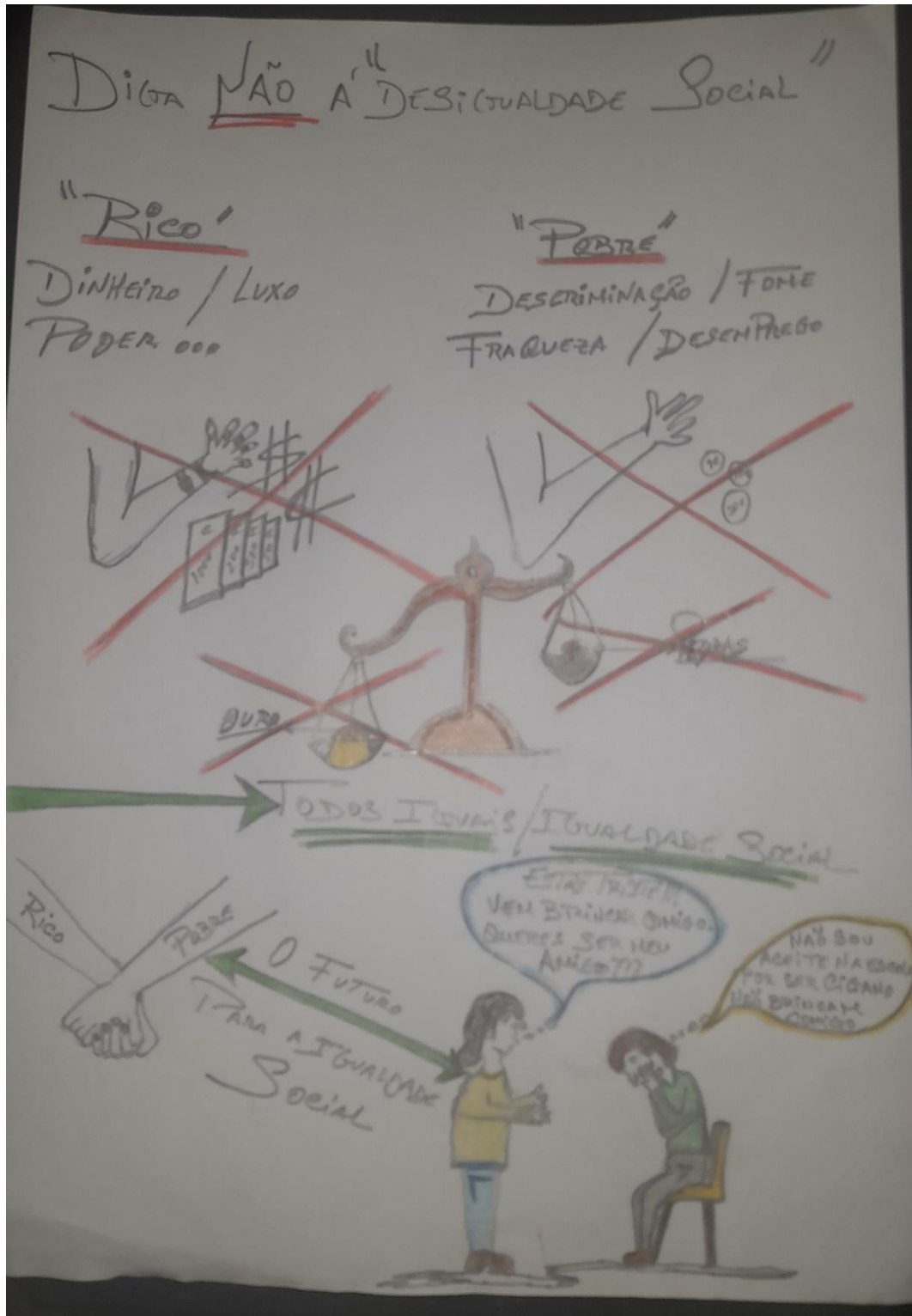
- Cuidadores e profissionais de saúde
- Famílias de idosos com demência
- Comunidade em geral

PROJETO PARA  
CONSCIENTIZAR E PREVENIR  
O DESAPARECIMENTO DE  
IDOSOS COM DEMÊNCIA

- Divulgue o projeto nas suas redes sociais utilizando:  
#PreservandoMemórias
- Para mais informações:  
[www.preservandomemorias.com.pt](http://www.preservandomemorias.com.pt)

# Todos têm direito

Hugo Caras-Altas - 2104267



Florbelá Albuquerque - 2200071

# ESTOU VIVO LOGO EXISTO

A idade não deve ser sinónimo de exclusão, isolamento ou discriminação



**TRABALHO**

- Apoio e contribuição para a integração no mercado de trabalho, auxiliando assim numa melhoria da situação financeira e económica, reduzindo o empobrecimento.



**APRENDIZAGEM**

- Apoio na formação em novas tecnologias para que possam ter uma autonomia nas competências digitais.



**ATIVIDADES**

- Criação de atividades lúdicas para proporcionar uma interação social combatendo assim o isolamento.



**ACESSO A SERVIÇOS BÁSICOS**

- Apoiar todos aqueles que necessitem de algum tipo de ajuda para poderem aceder aos serviços básicos.

Sara Paulino – 2104416/ Manuela Oliveira – 2104351/ Emiliania Gomes – 2104388



**CONJUGAR(TE) COM DANÇAS CIGANAS**  
**DANÇAMOS JUNTOS PELA INCLUSÃO**

Público-Alvo: **Jovens entre 12-16 anos**  
Região: **Castro Verde**  
Objetivo: **Promover a inclusão social e cultural através da música e dança.**

**MUNICIPIO DE CASTRO VERDE**

**INTERVIR      INTEGRAR      INCLUIR**

Cândida Cardoso – 2200173

**Raízes da comunidade**

Unidos para criar laços, combatendo a solidão e promovendo o bem-estar

**Igualdade**

**Lazer**

**Cidadania Digital**

**Convívios**

**Inclusão Social**

**Saúde**

Inscrições: Para idosos com + de 65 anos da freguesia de Salvador, conselho de Ribeira de Pena.

Mais informações e inscrições na câmara municipal de Ribeira de Pena.

**Apoios:**

FEIRA LINHO

Anabela Silva – 2104915/ Sandra David – 2104948

**PARTILHE A SUA  
HISTÓRIA CONNOSCO**

**JUNTAS  
SOMOS MAIS FORTES**

**Não deixe de  
acreditar**

**RENASCER  
ROSA**

Apoio a Doentes e Sobreviventes  
de Cancro de Mama

Apoio:  
Município de Reguengos de Monsaraz

Ana Filipa Catarino – 2104235

**Além das Ruas:  
Construir Vidas, Quebrar Barreiras**

*Juntos, Rumo à  
Reconstrução!*

**O NOSSO COMPROMISSO É DAR CONTINUIDADE AO  
PROCESSO DE CONSTRUÇÃO DE ESPERANÇA,  
VENCER AS DESIGUALDADES E PROMOVER A  
INCLUSÃO SOCIAL A PESSOAS QUE ESTIVERAM  
EM SITUAÇÃO DE SEM-ABRIGO (PSSA).**

**Junte-se a Nós!**

+123-456-7890    www.alem das ruas.com    Coimbra 2023

**Com os apoios de:**  
Associação Integrar; CM Coimbra; Cáritas Diocesana de Coimbra; Cruz Vermelha Portuguesa

Patrícia Lopes – 2104435

# ORÇAMENTO PARTICIPATIVO SÉNIOR

*A opinião não tem idade!*



**Se tem mais de 65 anos  
e reside em Valongo,**



faça parte das decisões do nosso concelho.  
A sua voz é importante.  
Apresente propostas para que juntos,  
possamos crescer!

**Bárbara Pereira – 2104334**

**”UNIDOS PELA IGUALDADE:  
CONSTRUINDO PONTES,  
TRANSFORMANDO VIDAS.”**

workshops

Acompanhamento

Atividades

PROJETO REGIONAL: “ COMBATER AS  
DESIGUALDADES E PROMOVER A  
IGUALDADE, INCLUSÃO E CIDADANIA”



Madalena Pereira Esperança – 2104232/ Maria Teresa Fernandes – 2104272

## “CAMINHOS IGUAIS”

Igualdade de género no ambiente de trabalho



O projeto “Caminhos Iguais”, tem como finalidade a promoção da igualdade de género no ambiente profissional em Valpaços, Portugal. É um apelo à mudança, uma forma de adquirir novas oportunidades e tratamento justo para todos, abordando as desigualdades persistentes que limitam o potencial e o avanço das mulheres, bem como, a construção de uma cultura organizacional baseada na igualdade.

Porque a mudança tem de partir de alguém!!!



“Todos os seres humanos, independentemente do sexo, são livres de desenvolver as suas aptidões pessoais, de prosseguir as suas carreiras profissionais e de fazer as suas escolhas sem limitações impostas por estereótipos, preconceitos e concepções rígidas dos papéis sociais atribuídos a homens e a mulheres” (Comissão para a Cidadania e a Igualdade de Género, (2023).

É crucial que exista uma construção de mudança cultural com o intuito da sociedade se tornar mais inclusiva, existindo mais participação e respeito por todos.

As mulheres acabam por encontrar mais barreiras na sua ascensão de carreira, nas disparidades de salário e na dificuldade de evoluir a nível de cargos!



## E NECESSARIO COMBATER:



Falta de Justiça Social



Desemprego



Combater a Privação de Direitos



Discriminação



Aquisição de oportunidades no mercado de trabalho



Promoção de Liderança Feminina



Licença Parental Equitativa



Transparência Salarial

## Ala das Oportunidades: Uma comunidade onde crescem talentos

Alexandra Cardoso – 2104645/ Natália Borozan – 2104824/ Cátia Mendonça – 2200058

### Ala das Oportunidades: Uma comunidade onde crescem talentos

**Construímos um futuro, derrubamos barreiras**

**Destinatários:** Jovens entre os 15 e 24 anos inclusive



**Desconstruindo limites  
Construindo futuros**

**Juntos formamos um amanhã de igualdade  
e oportunidade no Bairro da Nazaré!**

#### **Objetivos:**

- Tutoria, workshops vocacionais e sessões de aconselhamento;
- Criação de oportunidades de estágio e emprego;
- Sessões de sensibilização sobre igualdade e cidadania;
- Feiras de emprego e educação;
- Cursos de formação profissional adaptados às necessidades locais.

**Carina Coelho – 2104789**

## **“Inclusão começa na compreensão: Vamos falar de Autismo”**



### **OBJETIVOS**

O projeto “Inclusão começa na compreensão: Vamos falar de Autismo” tem como principal objetivo criar e desenvolver recursos e ferramentas de capacitação destinados a pequenas e médias empresas, com o propósito de incentivar a contratação e inclusão de jovens adultos autistas no mercado de trabalho, no distrito de Setúbal.

O programa tem como objetivos estabelecer metas específicas para reduzir as taxas de desemprego entre autistas no distrito de Setúbal, na promoção de oportunidades de emprego e garantia de igualdade de acesso; estabelecer parcerias com empresas locais, ao incentivar a sua participação ativa no programa de inclusão e promover uma cultura empresarial que valorize a diversidade, ao promover a inclusão de autistas e ao destacar os seus talentos como parte essencial do sucesso da empresa.

EM PORTUGAL, EXISTEM CERCA DE 50 MIL PESSOAS COM PERTURBAÇÕES DO ESPECTRO DO AUTISMO (EMBORA HAJA MUITAS AINDA POR DIAGNOSTICAR). COM ESTE PROJETO PRETENDEMOS PROMOVER A IGUALDADE, INCLUSÃO SOCIAL E CIDADANIA DE JOVENS ADULTOS COM AUTISMO NO MERCADO DE TRABALHO.



## Inspire a Maturidade, Conecte Gerações

---

Cidália Mota, 2200157/ José Santos, 2104509/ Sara Cruz, 2200121

**Inspire Maturidade,  
Conecte Gerações**

**VIVA MAIS**

**VIVA MELHOR**

**O QUE AFASTA, EXCLUI !!!**

Informações : 987 654 321 ou [geral@cjs.pt](mailto:geral@cjs.pt) ou a sua Junta de Freguesia.

Tâmega Sousa  
Comunidade de Freguesias

CJS  
Projetos  
2024

Ana Palma – 2200208



Figura 1- Foto Nuno Pinto Fernandes/Global Imagens

# DAR (A)VOZ AOS NETOS

Brincar e aprender no quintal e a utilidade do pós-vida útil

**Onde:** Bairro de Santa Marta de Corroios

**Para:** Avós e netos do bairro (dos 0 aos 99+)

**O quê:** Vamos criar laços de apoio aos mais velhos, brincar e ler nos quintais

Projeto de Combate à Pobreza e Exclusão Social

**Ana Macedo – 2200305**



# ENVELHECER INCLUSIVAMENTE

*Gabinete responsável pela sua atividade social, física e mental.  
Acompanhamento de idosos incapacitados.  
Apoio para adaptação ou remodelação da sua casa.*

Dirija-se à sua Unidade de Saúde mais próxima para obter mais informações ou através do contacto telefónico: xxx

ANGRA DO HEROÍSMO

Rafael Vaz - 2200069

CAMPANHA

**ASSOCIATIVISMO**  
**COMO CAMINHO PARA A**  
**IGUALDADE**

JANEIRO A MARÇO DE 2024

Associações  
de Jovens do  
Distrito de  
Aveiro

Torna a tua  
associação  
mais igual!

Mais informações pelo [igualdade.jovens@aveiro.pt](mailto:igualdade.jovens@aveiro.pt)

## Porquê Renascer?

---

Cláudia Geraldo – 2104282



Guilhermina Duarte- 2104305/ Mafalda Oleirinha- 2104222/ Vanda Varela- 2104340

**CENTRO INTERGERACIONAL DE  
ATIVIDADES  
“PARA TODOS, COM TODOS”  
C.I.A. de SINES**

**Porque precisamos de todos...  
Porque todos precisam de  
mim...  
Porque Sines merece... estar  
junta  
Vem! Esperamos por ti!**



**Locais de Inscrições:  
Site do Município, Junta de Freguesia,  
Centro de Artes, Escola Vasco da Gama,  
Escola Poeta Al’Berto, Espaços Sêniores**

**Entidades Parceiras:**



**Teresa Correia – 2200245**

# COLMATANDO O FOSSO: CAPACITAR OS ADULTOS MAIS VELHOS NA ERA DIGITAL.

*Ligar as gerações - Capacitar o futuro digital.*

Projeto dirigido a indivíduos com mais de 50 anos que enfrentam barreiras no acesso e utilização de tecnologias digitais.

Realizar sessões de formação em competências digitais.

Criar guias e tutoriais de fácil utilização.

Organizar eventos comunitários para promover o envolvimento digital entre os adultos mais velhos.

Proporcionamos formação em literacia digital e apoio personalizado a adultos mais velhos para colmatar a lacuna tecnológica na cidade de Coimbra.

Eloisa Pinto – 2104886

**Projeto “Sempre Juntos 65+”**

**Respeite os Idosos**  
Quem cuidou merece de cuidado, quando se for idoso, nada mais se será do que pequenas crianças, em corpos frágeis e cheios de experiências e sabedorias.  
Juntos vamos proteger os nossos idosos



**Direitos essenciais dos idosos**



The infographic features a central graphic of three stylized human figures in brown, standing on a green base. Above them is a blue path leading to an orange sun. Surrounding this central image are ten essential rights for the elderly, each written in a different color and tilted at an angle: Educação (Education), Liberdade (Freedom), Dignidade (Dignity), Transporte (Transport), Habitação (Housing), Vida (Life), Assistência Social (Social Assistance), Lazer (Leisure), Respeito (Respect), Saúde (Health), and Alimentação (Nutrition).

Rubina Spínola – 2104261

# CONSTRUINDO FUTUROS IGUAIS: JUVENTUDE ATIVA, SOCIEDADE EQUITATIVA

## O que é o Projeto?

Promovendo igualdade de oportunidades educacionais e profissionais para jovens em áreas urbanas periféricas.

## Público-Alvo:

Jovens entre 16 e 25 anos de áreas urbanas periféricas, buscando suporte na educação superior e acesso a oportunidades de emprego.

## Objetivo Principal:

Capacitar jovens desfavorecidos para alcançar educação superior e oportunidades de emprego através de mentorias, orientação vocacional e desenvolvimento de habilidades práticas.



## Como Participar?

- Workshops de Desenvolvimento Profissional
- Sessões de Mentoria Personalizada
- Acesso a Bolsas de Estudo e Estágios
- Networking com Empresas Locais

## Contato:

Rubina Spínola  
969600795

Rui Teixeira – 2104839

# AaPA

APRENDER A  
PODER APRENDER

Tem mais de 35 anos?



Quer estudar?  
Precisa de apoio  
emocional?

Mas o dinheiro não chega? Candidate-se.



Carla Rosa – 2104827

---

## *Projeto "Abraçar as Diferenças"*

---



"Nada sobre nós sem nós"

Clara Teixeira – 2104719

# UNIDOS PELA INCLUSÃO

*Fortalecendo laços na Tapada da Mercês*

Foto Google Maps

- Se és jovem (12 aos 25 anos)
- Vives na Tapada da Mercês

## NÓS PODEMOS AJUDAR-TE

O nosso projeto direciona-se à:

- Promoção da igualdade socioeconômica
- Inclusão por meio de um Centro Comunitário

**PRETENDEMOS** oferecer um espaço multifuncional que atenda as necessidades específicas da comunidade, com Aulas, Mentoria, Desenvolvimento de Habilidades.

**VEM FAZER PARTE DESSA MUDANÇA!**

Isabella Pinto – 2200014

# Empoderamento feminino

SAÚDE, EDUCAÇÃO E AUTONOMIA

O projeto é dedicado às mães solo do município de São Paulo, abordando a temática do empoderamento feminino, para proporcionar melhores condições de saúde, ampliar oportunidades de educação e promover a autonomia.

**MULHERES FORTES, COMUNIDADES FORTES**



## Associação Empregar com Eficiência, porque todos merecemos um futuro!

**Carolina Bernardo 2104805/ Cláudia Pereira 2104231/ Miguel Fontainha 2104296/ Petra Pacheco 2104384**

**AECE** ASSOCIAÇÃO  
EMPREGAR  
COM EFICIÊNCIA  
**PORQUE TODOS MERECEMOS UM FUTURO!**



### **A NOSSA MISSÃO:**

Promover a inclusão social e profissional de pessoas com deficiência na Área Metropolitana de Lisboa. Assegurando assim a igualdade de oportunidades no mercado de trabalho e na sociedade, conforme defende o 17º Pilar Europeu dos Direitos Sociais e o Princípio da Igualdade da Constituição da República Portuguesa.

Comprometemo-nos a alcançar um ambiente inclusivo onde todas as pessoas, independentemente das suas capacidades, alcancem a independência financeira e participem ativamente na sociedade.

### **OS NOSSOS OBJETIVOS:**

1. Promover a procura e integração de pessoas com deficiência no mercado de trabalho.
2. Adequação do ambiente de trabalho para acomodar diversas deficiências.
3. Implementar programas de sensibilização e capacitação para empresas, gestores e trabalhadores.
4. Combater o preconceito e promover a igualdade de oportunidades para pessoas com deficiência.

**Cláudia Santos – 2104535**



*Desafia-te, Acredita e Supera-te*

---

Ricardo Abreu – 2104266

**DESAFIA-TE**

Demonstrações  
Desporto  
Adaptado

Desporto é  
Vida!

**ACREDITA**

**SUPERA-TE**

Dia XX/XX/XX  
(Associação/Escola)

Vem  
experimentar  
connosco!

Apoios: Logos Institucionais

Rúben Mendes - 2104265

Projeto Cuidar e Apoiar  
as nossas Raízes

Disponibilização  
de meio de  
transporte.

Disponibilização  
de consultas de  
apoio psicológico

Disponibilização  
de  
Formações

Incentivo ao  
estudo e ao  
início da  
carreira  
profissional

Disponibilização  
de postos:  
- De ensino,  
- De saúde,  
- Alimentares,

Por uma vida digna em  
Amazonas.  
Todo o ser humano tem de  
ter direito:  
À infraestruturas básicas.  
À alimentação saudável.  
À educação.  
À saúde e ao trabalho.

## *Dar a mão a quem mais precisa*

---

**Bruno Salgueiro – 2104771**



Hugo Louro – 2104276

---

**Marvila Unida**



Juntos Construimos  
uma Marvila para Todos

formação profissional, integração  
cultural, apoio à população idosa

**Junte-se a Nós em  
Marvila Unida**

Catarina Freitas – 2200190



"Foco na (Re)Integração Laboral e Social"

"Desenvolvimento de Habilidades Profissionais"

"Redução da Estigma"

"Criação de Redes de Apoio Comunitário"

"Atividades Centradas no Indivíduo e em Grupo"

"Parcerias com Empresas"

Combate a toxicodependência e a exclusão social? Descubra como o nosso projeto promove a igualdade e a reintegração de toxicodependentes na sociedade

Atividades Previstas:

"Workshops de Capacitação Profissional"

"Campanhas de Sensibilização na Comunidade"

"Sessões de Acompanhamento Individual e em Grupo"

"Eventos Comunitários"

Luciane Cabrita – 2104297

**IMIGRAÇÃO EM PORTUGAL**



**Liberdade**



**Uma nova vida, livre de exploração**

Ana Cardoso – 2104291

### Construindo Pontes: Juntos pela Equidade e Cidadania

Determinação em construir conexões sólidas entre comunidades, derrubando barreiras que perpetuam a desigualdade. Ao unirmos-nos, fortalecemos os alicerces da equidade e promovemos a cidadania ativa, construindo um futuro coletivo onde todos têm a oportunidade de prosperar.

### Juntos por Setúbal

Na criação de novos Centros de Desenvolvimento Comunitário, na Redução da Taxa de Desemprego nos Jovens, na Equidade ao acesso a oportunidades.

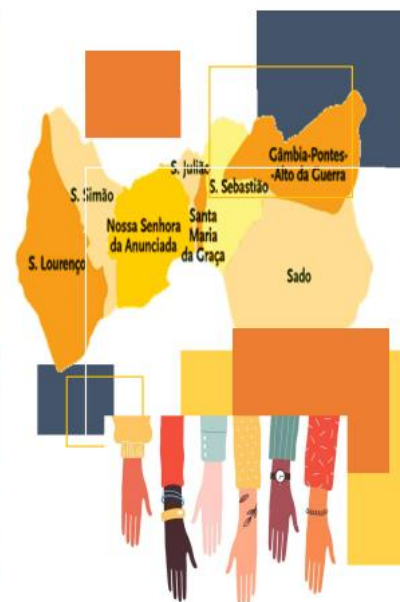
### Unindo Comunidades para Um Futuro Melhor

É através da união de forças, da partilha de conhecimento e da solidariedade que poderemos superar desafios e construir um amanhã onde todos tenham a chance de realizar os seus sonhos. Vamos unir esforços, pois acreditamos que, juntos, podemos construir um futuro melhor para cada um de nós e para Setúbal como um todo.

Unindo Comunidades para Um Futuro Melhor é a essência do nosso compromisso em transformar a realidade de Setúbal.

### Em Setúbal, os jovens enfrentam diversos desafios!

Com base nesta afirmação foram estabelecidos objetivos de forma a enfrentar as necessidades específicas dos jovens, visando não apenas aliviar os desafios imediatos, mas também criar uma base sólida para o desenvolvimento sustentável e inclusivo dos jovens em Setúbal.



Que cada jovem escreva a sua história de sucesso, guiado pelo poder da igualdade, inclusão e cidadania. **Juntos**, construímos o futuro que merecemos!

# TURMA 5

---

**António Teixeira – 2201079**

Caminhando Juntos:  
Conectar  
Incluir  
Transformar



workshops e cursos  
aconselhamento financeiro



Programas educativos  
mentoring



Projeto de → *Desenvolvimento Sustentável e Inclusivo*  *Desigualdade Socioeconómica*

Se tens, conheces ou és uma família monoparental, este projeto é para ti!

Visita o nosso Centro Comunitário!  
Estamos lá por TI, para TI!




Situados na sucursal norte da Câmara Municipal de Oliveira de Azeméis

[www.centrocomunitarioaz.com](http://www.centrocomunitarioaz.com)

Eva Pereira – 2201101/ Sandra Correia - 2201141 / Tânia Coelho - 2201109

# PAQUISTAL

ABRAÇO CULTURAL SEM FRONTEIRA DESIGUAL



Temática e título do projeto:  
O projeto, Paquistal, com o slogan Abraço Cultural sem Fronteira Desigual, assenta no combate à discriminação social de que são alvo os paquistaneses em Portugal.


Fundamentação do projeto:  
A discriminação contra os paquistaneses é um problema real, devido a preconceitos culturais, religiosos, raciais e étnicos. São alvo de estereótipos negativos e preconceitos generalizados enfrentando dificuldades referentes a habitação, emprego, serviços e educação.

Grupo alvo:  
Comunidade paquistanesa

Fatores de exclusão:

- Islamofobia
- Terrorismo
- Estereótipos culturais
- Imigração

Descrição do projeto:  
Intervir em áreas como educação e sensibilização, promoção da diversidade, combate ao preconceito, denúncia de casos de discriminação, diálogo intercultural, autoridades locais, campanhas impactantes nas mídias, apoio psicológico às vítimas. Combatendo assim a discriminação injusta que afeta a vida e o bem-estar de indivíduos à beira da desumanização.



Sandra Marina Lourenço – 2201102/ Joana Esteves – 2201126/ Cláudia Filipa Catroga – 2201073



# Mão Urbana

Se eu te der uma mão,  
ajudas-me com a outra que te sobra?

És mulher e precisas de uma mão para  
poderes dar uma volta à tua vida, mas  
não sabes por onde começar?

Temos o que precisas: acesso a formação,  
apoio jurídico, saúde e familiar.  
Conta também com outros serviços para  
avançares com os teus projetos. TUDO GRÁTIS!

**Juntas vamos conseguir!**  
VEM TER CONNOSCO!



Município  
**Palmela**  
conquista

**Patrícia Noverça – 2200947**



A FELICIDADE NÃO TEM  
IDADE POR ISSO SORRI

## Tem mais de 65 anos e quer uma vida mais ativa? **JUNTE-SE A NÓS!**

### O QUE TEMOS PARA OFERECER:

- CENTRO COMUNITÁRIO PARA IDOSOS
- ATIVIDADES RECREATIVAS E FÍSICAS
- CONSULTAS PREVENTIVAS COM PROFISSIONAIS DE SAÚDE
- VISITAS DOMICILIÁRIAS
- VOLUNTARIADO INTEGRACIONAL



### BENEFÍCIOS:

- MELHORIA NA QUALIDADE DE VIDA
- INCLUSÃO SOCIAL
- ACESSO A CUIDADOS DE SAÚDE PREVENTIVA
- PARTICIPAÇÃO ATIVA NA COMUNIDADE

Contacte-nos através do 973246501 ou  
visite-nos em [www.sorri\\_ribeira.pt](http://www.sorri_ribeira.pt)

Projeto exclusivo para moradores da aldeira Ribeira-Tondela



*Ao Saber, estás a dar e a receber!*

---

**Micaela Rodrigues – 2201112**

**Saber +**

*Ao saber, estás a dar e a receber!*

Aulas de explicação  
gratuitas  
mediante trocas.

Para crianças e jovens que frequentam o ensino escolar.

Vem saber mais informações.

Contactos: [exemplo@exemplo.com](mailto:exemplo@exemplo.com)

Serviço disponível para todo o concelho de Loulé.

Micaela Pacheco - 2201033

## Sernancelhe + Ajuda

- Concelho de Sernancelhe
- Segunda ao Sábado



- Para as pessoas + 65anos
- Acompanhamento diário
- Combater a exclusão social
- Distribuição de alimentos

Para mais informações contactar, ou dirigir-se a camara municipal de Sernancelhe.

## Nova Cantanhede Multicultural: Unindo Culturas, Superando Desigualdades

João Costa - 2201212

### **Nova Cantanhede Multicultural: Unindo Culturas, Superando Desigualdades**

*Vivemos numa altura de muitas transformações e movimentações de pessoas.*

*Todos nós procuramos melhorar a nossa qualidade de vida; ambicionamos estar incluídos na sociedade; e termos acesso ao que ela nos disponibiliza, desde habitação, emprego, cuidados de saúde, alimentação, entre outros. No fundo, todos desejamos estar integrados em sociedade e sentirmos bem-estar por estarmos presentes nela.*

*Só que o nosso bem-estar nem sempre está no local onde nascemos... Nem no nosso país... Por vezes, temos de sair do conforto do nosso país, das nossas casas, das nossas famílias, para procurarmos melhores condições de vida e de bem-estar noutra lugar.*

*Chegados ao novo país, onde tudo nos é estranho, só nos queremos ambientar o mais rapidamente possível. Queremos ser aceites, esforçamo-nos para sermos aceites! Só que muitas vezes, isso não é possível, nem fácil, porque já temos rótulos na testa antes de abrímos a boca...*

*Portugal, sem migrações, estima-se que passe dos 10.4 milhões de habitantes do ano 2011 para os 7.8 milhões de habitantes em 2060. A região de Cantanhede, tal como acontece no país, segue também a tendência de encurtar e, segundo os dados dos Censos, do ano 2021 até ao ano de 2060, tanto o país, como a cidade, vão continuar a envelhecer e a perder a sua população em idade ativa.*

*Esta tendência, provocará graves dificuldades para rejuvenescer a população de Portugal, revitalizar/reerguer a economia do país e também, de garantir os sistemas de pensões da segurança social. Por exemplo, sabia que a sua pensão ou subsídio pode estar em risco no futuro? O que vai fazer se o dinheiro não chegar?*

*Perante isto, não podemos assobiar para o lado... Como portugueses, temos de pensar no nosso futuro e no futuro das nossas crianças, mesmo daquelas que ainda não nasceram.*

*Todos temos a ganhar em aceitarmo-nos mutuamente, de nos respeitarmos e vermos o Outro, como alguém que podíamos ser nós. O Outro, não é inferior por falar uma língua diferente, por não saber ler e escrever, por não ter condições monetárias para mostrar bens materiais à sociedade.*

*O presente projeto tem como finalidade auxiliar o processo de entrada e de permanência de migrantes na nossa região.*

*Com o apoio da Câmara Municipal de Cantanhede – Ação Social, e com grupos de apoio, vamos apoiar a presente causa em Cantanhede, nas ruas, nas escolas, nos supermercados, etc. Certamente nos veremos por aí!*

**Destinatários:** Migrantes Brasileiros; extensível às restantes nacionalidades.

**Zona de ação:** Concelho de Cantanhede.

**Duração do projeto:** Será longa! Este trata-se de um projeto ambicioso, que se espera que a mensagem do mesmo vá passando de geração em geração, a fim de transformar os paradigmas atuais de 2024. Espera-se que este tema no futuro, se torne banal de já tanto se saber sobre ele e de se aplicar! Já que se fomos ensinados a pensar de uma forma, ainda vamos a tempo de mudar ou de, pelo menos, questionar-nos sobre esta temática.

João Costa, aluno nº 2201212

Vera Penas – 2200649

### “Envelhecer Bem”



**Parceria entre a Câmara Municipal de Oliveira do Bairro e Santa Casa da Misericórdia de Oliveira do Bairro e Associação de Solidariedade Social SÓBUSTOS**

**Projeto dirigido à população maior que 65 anos, com o objetivo de promover o envelhecimento ativo e saudável, combatendo a exclusão o isolamento e solidão, levando a maior autonomia e dependência, fomentando estilo de vida saudável.**

**Atividades: \*Sessões de ginástica \* Sessões de Fisioterapia \*Sessão de alimentação saudável  
\*Baile Sénior de Carnaval**

**Projeto conta com equipa: Coordenador de projeto, Técnicos de intervenção social, Professor de Educação Física, Técnica de fisioterapia, Nutricionista, Professora de canto**

**Participação e Transporte para as atividades são gratuitas**

**Dirija-se ao serviço de ação social da Câmara Municipal de Oliveira do Bairro para saber mais ou contacte-nos através do número 234320700, pode ainda saber mais sobre este projetos Junto da Santa Casa da Misericórdia de Oliveira do Bairro e Associação de Solidariedade Social SÓBUSTOS**

Rafaela Santos – 2201151

PROJETO

# APROMIXAR CULTURAS

- AULAS DE PORTUGUÊS  
- AULAS DE INGLÊS  
- ATIVIDADES DE ARTESANATO

Visa identificar a população estrangeira, residente no município de Faro, que se encontra em risco de pobreza e exclusão social e através da partilha cultural potencializar a sua inclusão e igualdade de oportunidades.

Marta Delgado – 2201189

# A Caravana dos Sorrisos

Projeto a desenvolver no Concelho de Sintra no biénio 2024/2025

*"E a minha alma alegra-se com seu sorriso, um sorriso amplo e humano, como o aplauso de uma multidão"*  
Fernando Pessoa

**Destinatários:** população Sem Abrigo a residir na Associação Vida Autónoma - Residência Solidária em Sintra e apartamentos partilhados, com vista a reduzir as desigualdades no acesso a cuidados médicos dentários.




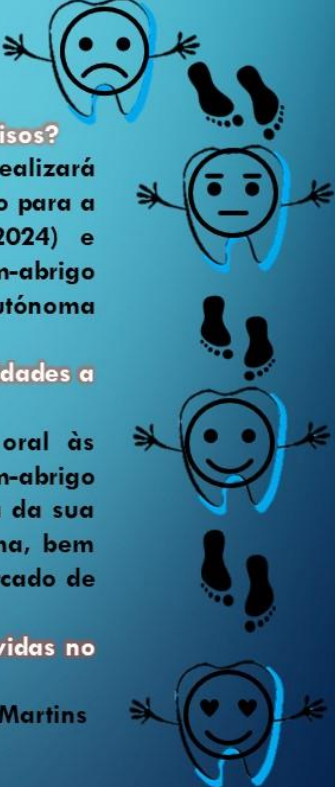
**Como funciona a Caravana dos sorrisos?**  
A equipa de médicos dentistas realizará uma primeira ação de sensibilização para a questão da saúde oral (20/03/2024) e posteriores rastreios aos sem-abrigo residentes na Associação Vida Autónoma em Sintra

**Que serviços são oferecidos e qualidades a desenvolver?**  
Prestação de serviços de saúde oral às pessoas em situação de sem-abrigo contribuindo assim para a melhoria da sua saúde oral, promoção de autoestima, bem como para a sua reinserção no mercado de trabalho.

**Que outras instituições estão envolvidas no projeto?**  
Centro de Saúde de Algueirão Mem Martins  
Clínica de Santa Madalena Sintra  
Clínica Médica CintraMédica Sintra  
Associação Vida Autónoma em Sintra

**Parceiros**  
Associação Vida Autónoma  
CINTRAMÉDICA  
SANTA MADALENA

**Financiadores**  
SNS SERVIÇO NACIONAL DE SAÚDE  
SINTRA SAÚDE ASSOCIADA



**Ana Rita Pestana – 2201030/ Débora Teixeira Vargas – 2200345/ Liliana Sofia Barata – 2210301**

**Site construído pelas estudantes:**

<https://fundacao-adl.my.canva.site/escravaturamoderna>



*Ver com os olhos dos outros, sentir com o coração do outro*

---

**Ana Margarida – 2200905/ Carla Raposo – 2201089/ Justa Ribeiro – 2201200/  
Valdemar Reis – 2200479**



Susana Alves Alberto – 2201089



**DIGITALIZA-TE: RUMO AO FUTURO PROFISSIONAL - LAGOA ESTÁ CONTIGO!**

**A INCLUSÃO DIGITAL É IMPORTANTE!**

- + ACESSO À INFORMAÇÃO
- + OPORTUNIDADE DE APRENDIZAGEM
- + PARTICIPAÇÃO CÍVICA
- + EMPREGABILIDADE



**O NOSSO COMPROMISSO!**



**INCLUSÃO DIGITAL E PREPARAÇÃO PARA:**

- A EMPREGABILIDADE - JOVENS EM SITUAÇÃO DE RISCO DE EXCLUSÃO DIGITAL E DESEMPREGO 18-25 ANOS
- FORNECER ACESSO A RECURSOS ONLINE
- ESTABELECE PARCERIAS COM EMPRESAS LOCAIS

Rossana Marchã – 2200800/ Lília Correia – 2200544/ Diogo Chaves – 2200373



**Daniel Vaz – 2201074**



**“Não à  
solidão  
com a  
inclusão”**

Se resides na Lixa e tens:

- mais de 55 anos e estás desempregado
- 65 anos ou mais e estás sozinho

**NÓS VAMOS AJUDAR**

Fonte: <https://www.vaticannews.va/pt/vaticano/news/2021-01/annuncio-da-instituicao-do-dia-mundial-dos-avos-e-dos-idosos.html>

Carina Encarnação - 2201025

**MUITO MAIS É O QUE NOS UNE...COMUNIDADE  
REDUZINDO A VULNERABILIDADE**



**Projeto VERB** 



Baía da Cidade e Município de Câmara de Lobos – Ilha da Madeira

 GESTÃO DE NECESSIDADES E INTERVENÇÃO NOS GRUPOS VULNERÁVEIS

 PROMOÇÃO DA IGUALDADE

 PROMOÇÃO DA INCLUSÃO SOCIAL



**Um projeto de AÇÃO solidária e de intervenção SOCIAL LOCAL.**

## Atelier Social 4Marias

---

Paula Prudente - 2201104

Atelier Social  
4Marias

Juntos Somamos  
Atividades para Avós e Netos

ATL Inclusivo dos 6 - 106  
Santarém| Freguesia Romeira e Várzea  
[ateliersocial4Marias.com](http://ateliersocial4Marias.com)

André Parreira - 2201143

# JFJ Barreiro

## JORNADA FINANCEIRA DA JUVENTUDE

- **Preparação para um futuro sólido.**
- **Impacto na nossa comunidade.**
- **Habilidades financeiras.**
- **Concretização de objetivos.**

*PORQUE INVESTIR TEMPO EM LITERACIA FINANCEIRA?*

- Aprendes a gerir o teu dinheiro**
- + Saúde - Stress**
- Investimento Inteligente**
- Menos dívidas**
- Aulas presenciais e assíncronas.**
- Workshop com mentores experientes na área.**



**E MELHOR... DE FORMA GRATUITA.. APENAS PRECISAMOS DA TUA VONTADE!!**

*Público Alvo - Jovens dos 10 aos 18 anos\**

*Periodicidade - 1 ano lectivo\**

*\* Para mais informações contactar 2211043@estudante.uab.pt*

## O mundo no coração do bairro - Todos diferentes, todos iguais?!

---

Ana Mafalda Teixeira - 2201133 / Graciete Guimarães - 2201140 / Tatiana Mendes - 2201040 / Célia Teixeira - 2201110

---



Olga Martins – 2201134



Alexandra Tender - 2200911



Inês Santos – 2201190



# CHECK UP DE CULTURA

*+65*  
*ANOS*

**Aprender para  
combater a solidão?!  
Em Loures é Possível!  
Uma escola sobre  
rodas, nós vamos até  
si!**

**Nunca é tarde para aprender**

- Inglês/Francês
- Informática
- História
- Literatura
- Crochet
- Pintura



Vera R. Esteves - 2201181



**MAIS**

**Mação Apoia a Inclusão Social**

O projeto **MAIS** tem como objetivo reduzir o isolamento e a solidão dos idosos do concelho de Mação. Através da promoção de várias atividades criamos interação, partilha de experiências e a criação de laços.

*Porque um gesto de amizade é a melhor medicina alternativa*

**Programa:**

Voluntariado da Comunidade  
Universidade Sénior:  
Mentoria Idosos: Aulas Artesanato |  
Aulas de Agricultura  
Mentoria Jovens: Aulas Tecnológicas e  
Informáticas

Programa de Saúde:  
Nutrição | Caminhadas | Ginástica |  
Hidroginástica

  **MAÇÃO** CM-Mação T: 241 577 283

Elena Viana – 2200646

**“ DE BRAÇOS ABERTOS!”**

**GABINETE DE APOIO AO IMIGRANTE  
NUMA JUNTA DE FREGUESIA PERTO DE SI**

**Apoio especializado na área de imigração:**

- Serviço de informação
- Apoio na inscrição no portal AIMA
- Tradução
- Verificação documental

**AIMA**  
AGÊNCIA PARA A  
INTEGRAÇÃO  
MIGRAÇÕES  
E ASILO

**Horário de atendimento:**  
Dias úteis  
das 09h00 às 13h00  
das 14h00 às 18h00

**LISBOA**  
Câmara Municipal

M<sup>a</sup> Adelina Afonso – 2201146

Envelhecer é natural, envelhecer bem é importante, vamos dizer:

“Não há solidão”



[dreamstime.com](https://dreamstime.com)

ID 183220651 © Daria Kulchytska

Catarina Pinto – 2201069

FOLHETO / CARTAZ:

## ABRIGAR COM DIGNIDADE



Existem 491 sem abrigos a viver nas ruas de Lisboa.

**SEM ABRIGO, SEM  
CASA, SEM ESPERANÇA.  
NO PROJETO ABRIGAR  
COM DIGNIDADE TODOS  
FAZEMOS A DIFERENÇA.**

**CONTAMOS COM O SEU  
CONTRIBUTO!**

Ana Pacheco – 2200992

**SAC JOVEM** UAB

**PROJETO 2660 + JOVEM**

**LABORATÓRIO ESCOLAR**

Sessões lúdico-pedagógicas de competências escolares/educativas. Aprender através do jogo e do desafio

**LABORATÓRIO RELAX**

Espaço com atividades de lazer para promoção de convívio saudável. Inclui jogos, conversas, lanches, saídas e outras atividades lúdicas.

**LABORATÓRIO MENTORIA**

Gabinete de Acompanhamento. Mentorias, acompanhamento de objetivos individuais, encaminhamentos para escola, emprego ou serviços

@2660+jovem  
219881755  
2660+jovem@gmail.com

**Sofia Soares – 2200437**



**A equipa dos profissionais de saúde do seu  
Centro de Saúde está a promover**

***Conversas  
com saúde***  
contra a solidão

**A sua saúde começa pelo seu bem-estar, por isso  
queremos ouvir o que os nossos utentes têm para dizer.  
Venha conversar connosco às terças e quintas às 17h.**

Nélia Faria – 2201090

Anexo Cartaz do Projeto



**Legenda:** Foto do meu vizinho tirado com telemóvel.

## Rosas em Flor; Plantar a Igualdade de Género no concelho de Odivelas

Clarina Batista – 2200556



REPUBLICA PORTUGUESA

# Rosas em Flor

PLANTAR A IGUALDADE DE GÉNERO EM ODIVELAS

"Rosas em Flor" é um projeto que visa criar uma rede de apoio para mulheres vulneráveis no município de Odivelas, proporcionando serviços de informação, formação, emprego e saúde.

**Contactos:**

- +351967788301
- rosasemflor@gmail.com
- @rosasemflor

**ATIVIDADES :**

- FORMAÇÃO PROFISSIONAL
- APOIO NA PROCURA DE EMPREGO
- ACESSO A SERVIÇOS DE SAÚDE
- APOIO PSICOLÓGICO
- AUXÍLIO A VÍTIMAS DE VIOLÊNCIA DOMÉSTICA.

Com o apoio de:

- Odivelas
- CIG
- PORTUGAL MAIS IGUAL
- APAV Apoio à Vítima

João Teixeira - n.º 2201154

“Nunca é tarde demais para seres o que poderias ter sido.”

George Eliot

+351 96\*\*\*\*\*

Escola Básica de Moura

geralevisao360.com

www.visao360.com.pt

VISÃO



Jovens no centro da mudança





Atividades extra curriculares em diversas áreas:

- Desporto
- Dança
- Música
- Tecnologias da informação
- Arte
- Teatro
- Entre muitas outras!

Conta ainda com alguém para desabafares e falares de tudo o que quiseres às:

- Segundas-feiras
- Quartas-feiras
- Sextas-feiras

ESTE ANO LETIVO DESAFIA-TE E TRÁS O MELHOR DE TI!




Certificações profissionais como:

- Carpinteiro
- Soldador
- Oleiro
- Mecânico
- Eletricista

E ainda palestras informativas sobre:

- Educação sexual
- Toxicod dependência
- Alcoolismo
- Burlas
- Violência doméstica





Ana Sofia Leitão - 2201168/ Andreia Caldeira - 2201187/ Paula Magro – 2200732

## Companhia Solidária - Juntos Contra a Solidão



CERCA DE 5 EM CADA 10 PESSOAS VIVE EM SITUAÇÃO DE ISOLAMENTO SOCIAL, SENDO OS IDOSOS, UMA DAS CLASSES MAIS AFETADAS.

**E TU? VAIS FICAR INDIFERENTE?**

### **OBJETIVOS:**

- FAZER INTERAGIR JOVENS E ADULTOS VOLUNTÁRIOS, COM IDOSOS EM SITUAÇÃO DE ABANDONO E EXCLUSÃO SOCIAL, AJUDANDO-OS EM TAREFAS DO DIA A DIA.
- PROMOVER A INCLUSÃO DOS IDOSOS DO CONCELHO DA AMADORA , 65+
- FOMENTAR A EMPATIA, SOLIDARIEDADE E PARTILHA DE EXPERIÊNCIA ENTRE GERAÇÕES

“Eu sei que o meu trabalho é uma gota no oceano mas, sem ele, o oceano seria menor” Madre Teresa de Calcutá

MAIS INFORMAÇÕES:  
PROJETOSOLIDÁRIO@GMAIL.COM

Imagens:  
<https://pixabay.com/pt/>

Patrícia Vieira - 2201044 | Tânia Oliveira - 2201054 | Vera Magalhães – 2201147

### A reintegração social é ter **LIBERDADE.**

#### Os nossos Valores

- Maior Dignidade Humana
- Empregabilidade e Desenvolvimento de Competências Profissionais
- Parceiros com Entidades Públicas e Privadas
- Compromisso Social

#### Os nossos Objetivos

- Promover a Reabilitação
- Promover a Autonomia
- Promover a Reintegração Social e Laboral
- Integrar em Programas de Formação Profissional e Laboral

#### A nossa Esperança

- Reabilitação e Mudança
- Educação e Emprego
- Prevenção da Reincidência
- Melhoria nas condições de Vida



“A desigualdade Social é um problema que atinge muitas pessoas em todo o mundo”



## Recomeçar com Esperança

O nosso projeto incide na temática da inclusão social de ex-presidiários, nomeadamente, do Estabelecimento Prisional do Porto (Custóias), em Matosinhos.

Tamára Martins – 2201005

LOULÉ,  
BAIRRO  
MUNICIPAL



JOVENS, SEGUINDO PARA O ENSINO  
SUPERIOR.  
OPORTUNIDADES IGUAIS PARA TODOS.  
IGUALDADE, INCLUSÃO E CIDADANIA!

ROMPENDO BARREIRAS, GERANDO  
FUTUROS: EDUCAÇÃO PARA  
TODOS!



Sara Conceição – 2201144



**Valeu a pena  
Ter  
Vivido**

**ÀS VEZES, UM MOMENTO  
MARCA A VIDA TODA**

VEM VIVENCIAR CONNOSCO  
ESTE MOMENTO DE

**PARTILHA E  
INCLUSÃO**

**HISTÓRIAS REAIS**

Contadas pela terceira idade,  
na freguesia da Trafaria.

**WORKSHOPS TEMÁTICOS**

Música, artesanato, culinária  
e muito mais!

**JUNTA-TE A NÓS NO DIA 20/01, PELAS 10H, NA BIBLIOTECA DA  
ESCOLA BÁSICA DA TRAFARIA, PARA VIVERES UM MOMENTO DE  
PARTILHA E INCLUSÃO ENTRE GERAÇÕES.**

**Beatriz Corte-Real – 2201070**

**Caminhamos Juntos:  
Igualdade para todos.**

este é um projeto pensado e desenhado para jovens em risco e que tem como objetivo:

- apoiar estes jovens a nível financeiro;
- criar uma estrutura sólida para que possam continuar seu estudo.
- fornecer oportunidades de emprego.

**Se quisermos ajudar, siga-nos em nossas redes sociais e fique a par de todos os eventos e ações que estamos organizando.**

 @juntospelaigualdade.lisboa

Alexandre Carolino – 2201019

# O Lugar sem Fronteiras

## Promovendo a inclusão

Mediação e atendimento personalizado ao migrante, em colaboração direta com o ACM, AIMA, GIP, CLAIM e UAVMD.

O projeto oferece auxílio ao migrante no acesso ao trabalho digno, processo de legalização, aulas de PLA, entre outros. Não se destinando apenas ao aprimoramento profissional, atividades recreativas, intercâmbio cultural e partilha de experiências são algumas das ambições do projeto.



Daniela Gonçalves – 2200836

### Acesso a habitação condigna

Intervir de forma a tornar as habitações habitáveis, utilizando parcerias para uma intervenção mais célere.

### Acesso à informação

Fazer formações para mitigar a discriminação aquando do acesso à informação nos vários serviços públicos e privados.

Este projeto visa utilizar parcerias para mitigar a discriminação que é ainda hoje sentida pela comunidade cigana.

Projeto efetuado por :  
Daniela Gonçalves

## Igualdade em Dignidade e Direitos

Desmistificação da População Cigana



Elham sit amet est Guiomar Sousa segura uma bandeira dos povos ciganos. PAULO PIMENTA

### Um pouco da história dos ciganos



Tiveram a sua origem no norte da Índia. Conta-se que fugiram da Índia devido às medidas repressivas aplicadas, em busca de terras onde pudessem ser livres. A população cigana é uma das mais perseguidas durante a história.

Fonte da imagem Agência Ecclesia

### Fatores de exclusão

Preconceito

Discriminação estrutural

Discriminação no acesso ao trabalho

Discriminação no acesso a serviços públicos

Discriminação no acesso a habitação condigna

“ A exclusão social é definida como um conjunto de fenómenos sociais que se interligam e contribuem para produzir os excluídos da sociedade. “ (Alvino-Borba & Mata-Lima, 2011)

### Acesso ao trabalho digno

Após um ano de contrato de reinserção, tenham acesso a um contrato real, com direito a subsídio de alimentação, subsídio de férias, férias e subsídio de natal.

Após 3 anos efetivem, com a salvaguarda de poderem passar para outros serviços caso necessitem de vagas para novos projetos de reinserção.

Todos os funcionários devem ter formação para o serviço proposto, para além das formações obrigatórias.

Todos os funcionários terão transporte para o local em que o serviço será executado, ou seguro e remuneração se usarem o próprio transporte.

## Fisicamente não somos iguais – mas, e socialmente?

---

Vera Veiga - 2201086

**Fisicamente não somos iguais – mas, e socialmente?**

A Exclusão Social é uma realidade, cuja responsabilidade é de todos. Faz por ti, mas faz também pelo outro!

O nosso objetivo passa por despertar consciências e mudar comportamentos sociais e culturais, através de gerações futuras, alertar para o sentido de justiça social. Trabalhar junto de mulheres em situação de monoparentalidade, mas também junto de jovens e adolescentes. Despertar a consciência social dos riscos e vulnerabilidade sofridos por famílias em situação monoparental. Inculcar mudança de comportamentos de mulheres que aceitam a pobreza como condição natural.

Junta-te a nós! Inscrições e informações, através do email: [somosiguais@gmail.com](mailto:somosiguais@gmail.com)

Clara Correia – 2201201

# VEM VIVER PARTILHE CASA PARTILHE VIDA

Valoriza-te, evita o isolamento e a solidão  
Promova a relação entre gerações  
Habitação mais acessível aos jovens

Se tens mais de 60 anos ou és estudante,  
este projeto é para ti.

Em Viana do Castelo

Liliana Mestre – 2201169



## *Unidos pela Diversidade : Rompendo Barreiras, Construindo Pontes*

---

**José Valente – 2200380**



João Oliveira – 2201011

## Castro Verde

mais perto, e consigo  
dia a dia!

Projeto:

**CIDADANIA  
ATIVA PARA  
TODOS...!**

Pelo nosso Bem  
estar... !



Apoiamos:

1

População  
senior, pessoas  
com dificuldades  
motoras

2

Contra o  
Isolamento  
Social e  
exclusão

3

Pelo bem  
estar dos  
nossos  
seniores

+ Informação através do Tel. 286 999 999 e no Site  
[www.cidadaniaativaparatodos.pt](http://www.cidadaniaativaparatodos.pt)

Organização:



# TURMA 6

---

## *Jamaica unida por um futuro igualitário*

---

Cátia Cristina Duarte - 2201520



**JAMAICA UNIDA  
POR UM FUTURO  
IGUALITÁRIO**



Victor Lopes – 2201328

# POR UM FIO

TEATRO DE MARIONETAS



20 DE OUTUBRO – DIA MUNDIAL DO COMBATE AO BULLYING

(LOGOTIPOS INSTITUCIONAIS)

**Egídio Monteiro – 2201392**



## **Combater a solidão, construir pontes: Ligar Gerações.**

**A Solidão não é o nosso destino.**

**Em Santa Maria da Feira, 15% dos idosos vivem sozinhos, enfrentando o risco do isolamento social.**

**Este projeto é a nossa resposta.**

**Vamos unir gerações, criar laços, reduzir o isolamento social, promover autonomia e construir uma comunidade inclusiva.**

**Juntos, vamos fazer a diferença.**

**Junte-se como voluntário ou identifique idosos elegíveis para participar.**

**Contate-nos para mais informações.**

### **Parcerias:**

- Câmara Municipal de S. Maria da Feira
- Juntas de Freguesia do Concelho
- Centros de Saúde do Concelho

### **Contactos:**

-  Exemplo
-  Exemplo
-  Exemplo

**Junte-se a nós para construir uma comunidade mais forte e inclusiva!**

Bruna Melo – 2201507

# EFI - EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO PARA INCLUIR

Um projeto interventivo para aumentar o nível de instrução dos reclusos.

Motivar e formar para uma reinserção social com maior sucesso.

*“A educação é a arma mais poderosa que se pode usar para mudar o mundo.”*

Nelson Mandela



**49**  
ESTABELECIAMENTOS  
PRISIONAIS EM PORTUGAL

Fonte: Ministério da Administração e Ação Social, Instituto da Gestão e Avaliação da Segurança Prisional, 2013. DGRSP, Lisboa, 14 de novembro de 2013.

Rita Ferreira – 2201419

## SEMEAR SONHOS, COLHER FUTUROS: ENSINO SUPERIOR PARA TODOS

### ÓRFÃOS NO ENSINO *superior*

A pandemia da covid-19 fez mais vítimas do que as lápides espalhadas pelo mundo podem contar, só em Portugal o número de crianças órfãs aumentou em mais de 600.

*A cidade do*

### PORTO

não poderia ficar indiferente por isso decidiu semear sonhos, para poder colher futuros. As crianças órfãs residentes no Porto terão agora a possibilidade de usufruir de apoio não só financeiro, como académico e psicológico, o que possibilitará o fim do ciclo de pobreza e exclusão social para estas crianças. Hoje o Porto equilibra a balança social!



**Beatriz Pereira – 2201359**

# **Reconstruir vidas, Construir futuros**



**Centro Educativo Santo António  
Câmara Municipal do Porto**

**Reinserção, Inclusão.  
Educar, Acompanhar.**

**Projeto para Inclusão social  
de jovens adolescentes**

**Andreia Freitas – 2201473**

Projeto de Reabilitação de imóveis devolutos no concelho de Tomar:

Com vista à melhoria das condições sociais dos cidadãos em situação de pobreza extrema no nosso concelho, decidimos reabilitar quatro grandes imóveis, doados por alguns distintos beneméritos aos longo dos anos, com o intuito de garantir o acesso de famílias vulneráveis a condições condignas de habitação social, possibilitando posteriormente, a essas mesmas famílias, emprego nas diversas valências da nossa instituição, de forma a diminuir o risco de exclusão social e por outro lado, a promoção de igualdade entre cidadãos.

## REABILITAÇÃO URBANA & HUMANA

INTERVENÇÃO SOCIAL DA SANTA CASA DA  
MISERICÓRDIA DE TOMAR

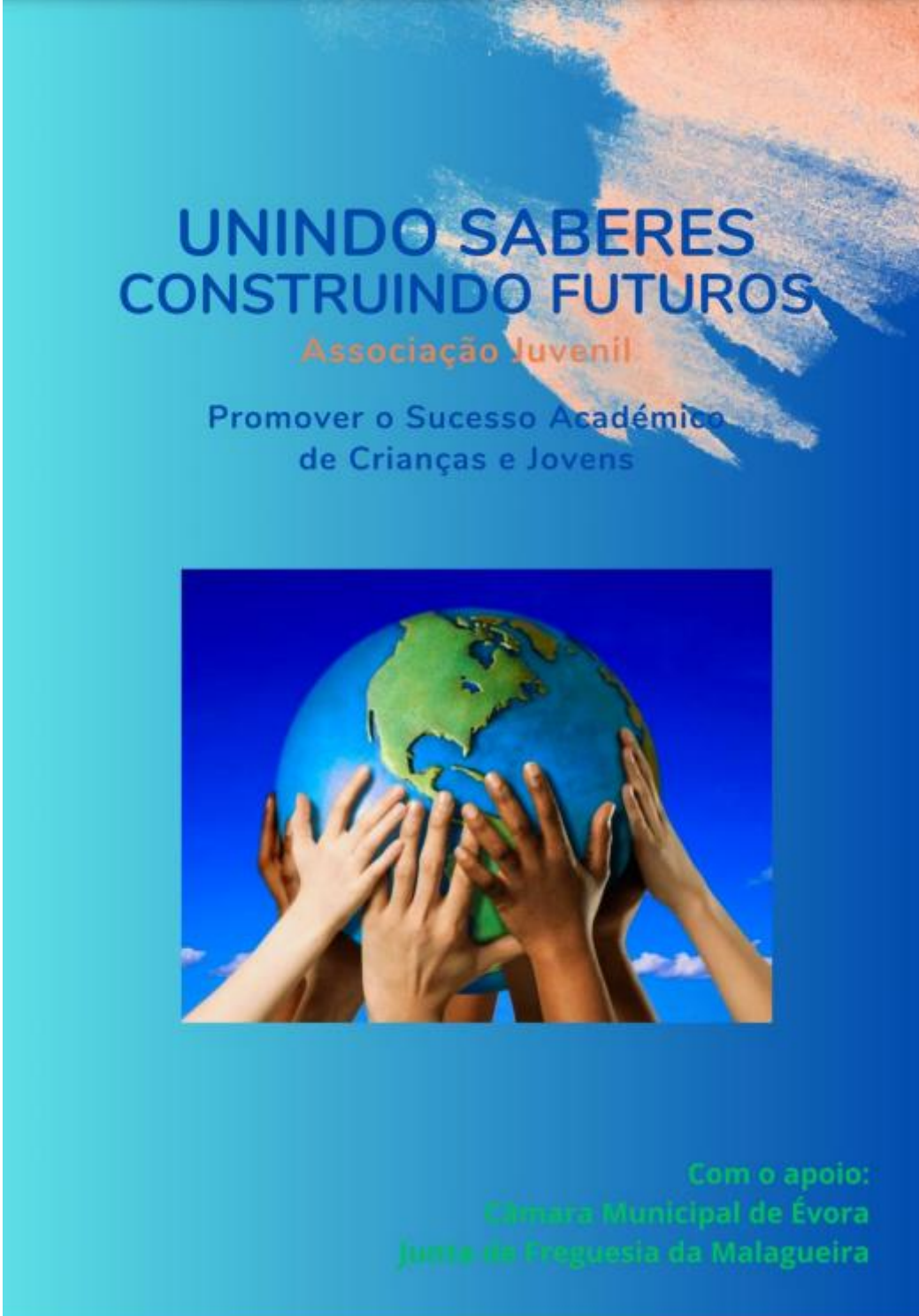


Ana Patrícia Peguinho - 2201488



*"Rutura das barreiras para um futuro igualitário"*

Marta Rodrigues – 2201411/ Maria Filomena Domingos - 2201466



**UNINDO SABERES  
CONSTRUINDO FUTUROS**

**Associação Juvenil**

Promover o Sucesso Académico  
de Crianças e Jovens

Com o apoio:  
Câmara Municipal de Évora  
Junta de Freguesia da Malagueira

Andreia Fonseca – 2201505



**Juntos Construimos  
Uma Cidade  
Para Todos!**

**Participe, seja a mudança que quer ver  
no Mundo!**

Adicionar algum texto do corpo

**Combate as Desigualdades Sociais**

**Publico -Alvo**  
**Familias Monoparentais**  
**Jovens em risco de exclusão social**

**Espinho**

**Email: [contat@juntospelaequidade.org](mailto:contat@juntospelaequidade.org)  
Facebook.com/juntospelaequidade  
Instagram.com/juntospelaequidade**

Maria Braga – 2201230; Ana Sofia – 2201234



**PORTO**  
**INCLUSIVO**

**PONTES  
GERACIONAIS**  
**JUNTA-TE A ESTA CAUSA**

**MIGRANTES**  
INSCREVA-SE PARA PARTICIPAR NO PROGRAMA DE HOSPEDAGEM EM TROCA DE COMPANHIA AOS IDOSOS.

**IDOSOS**  
CANDIDATE-SE PARA RECEBER A COMPANHIA DE MIGRANTES NA SUA RESIDÊNCIA.

**PONTESGERACIONAIS@UAB.PT**

**SESSÃO DE ESCLARECIMENTO DO PROGRAMA**  
DIA 08 DE JANEIRO DE 2024, ÀS 10H00  
UAB - RUA DO AMIAL, NÚMERO 752 PORTO

**JUNTOS, PODEMOS CONSTRUIR UM PORTO INCLUSIVO,  
ONDE AS PONTES GERACIONAIS FORTALECEM OS LAÇOS COMUNITÁRIOS  
E PROMOVEM UMA SOCIEDADE SOLIDÁRIA E ENRIQUECEDORA.**

## Notas de Igualdade e Inclusão para Todas as Crianças no Mundo Musical

---

Elsa Correia – 2201502

**INSCRIÇÕES:**

Escola Harmonia Educativa

IDADES: 6 aos 16 anos

ESCOLA MUNICIPAL PEDROGAO GRANDE


**NÃO TE DISTRAIAS:**

**OFERTA:**

- Formação Musical
- Formação educacional
- Tempos livres
- Bolsas Estudo
- Oportunidades Musicais
- Gratuito

The flyer also includes illustrations of musical notes on a white sheet in the top right, a colorful musical note graphic in the bottom left, and a group of diverse children holding hands in a circle in the bottom right.

Andreia Dumitru – 2201513



**DISSOLVER BARREIRAS**  
ASSOCIAÇÃO SEM FINS LUCRATIVOS

**31%**  
dos imigrantes residentes em Portugal  
estão em situação de pobreza ou  
exclusão social

Projeto de criação de **uma**  
associação de solidariedade e  
intervenção social que visa promover  
a igualdade, inclusão e cidadania

**População alvo**  
Imigrantes residentes no Município de  
Vendas Novas

**Missão**  
O projeto "Dissolver Barreiras", pretende  
reduzir desigualdades e promover a inclusão  
e cidadania dos imigrantes residentes no  
Município de Vendas Novas através da  
criação de uma associação de intervenção  
social. O objetivo é contribuir para a  
integração plena destes imigrantes,  
particularmente vulneráveis à pobreza e  
exclusão social, fomentando a coesão e  
solidariedade social. Para tal, o projeto  
"Dissolver Barreiras" irá focar-se em calmar  
as necessidades fundamentais para a  
integração destes indivíduos, que revelam  
ser autênticas barreiras.

**Objetivos**

- Formações de língua portuguesa e cidadania
- Facilitar a entrada no mercado de trabalho
- Combater o tráfico humano e a precariedade laboral
- Apoio psicológico, social, administrativo e jurídico
- Promoção de atividades e eventos culturais
- Ações de sensibilização e consciencialização à comunidade
- Incentivar o voluntariado

Ana Saraiva – 2201319



Cátia Coelho- 2201292/ Inês Lopes – 2201332/ Pedro Gomes- 2201474



**Esta é a sua  
família!**

**Um Caminho para a  
Igualdade e a Dignidade!  
Combatendo o fim dos  
sem-abrigo!!!!**

**Ana Cristina Almeida/ Ana Sofia Romão/ Vânia Ribeiro**

**Histórias Unidas**  
**De mãos dadas com a igualdade**

**A Rainha das Fadas**

Mal chegou à beira do rio, Oriana chamou:  
– Peixe, meu amigo, aqui estão as pérolas.  
E o peixe trouxe do fundo do rio dez fios de prata e Oriana  
entrou as pérolas e fez dez colares.  
Entrou um colar à volta do pescoço, enrolou um colar à v  
de cada braço e trançou nos seus cabelos os outros sete col  
Depois d... Oriana viu o seu reflexo na  
luminoso e tra... o seu pescoço, r  
– exlam  
da Luz

**O que é Histórias Unidas**  
Um projeto que promove a igualdade social onde o passado ilumina o presente e rompe as barreiras da exclusão.

**Intercâmbio Geracional**  
A consciencialização para a igualdade dos mais velhos é investir no respeito pela sua história de vida.

**IGUALDADE Social**



**Eliana Valério – 2201372**




Rosa Vicente – 2201429

# Um dia na creche

Este projeto destina-se a:  
Famílias desempregadas  
com crianças até aos 3  
anos de idade

Desempregado(a)?


Com filhos até 3 anos?

 **Requisitos necessários para este apoio:**

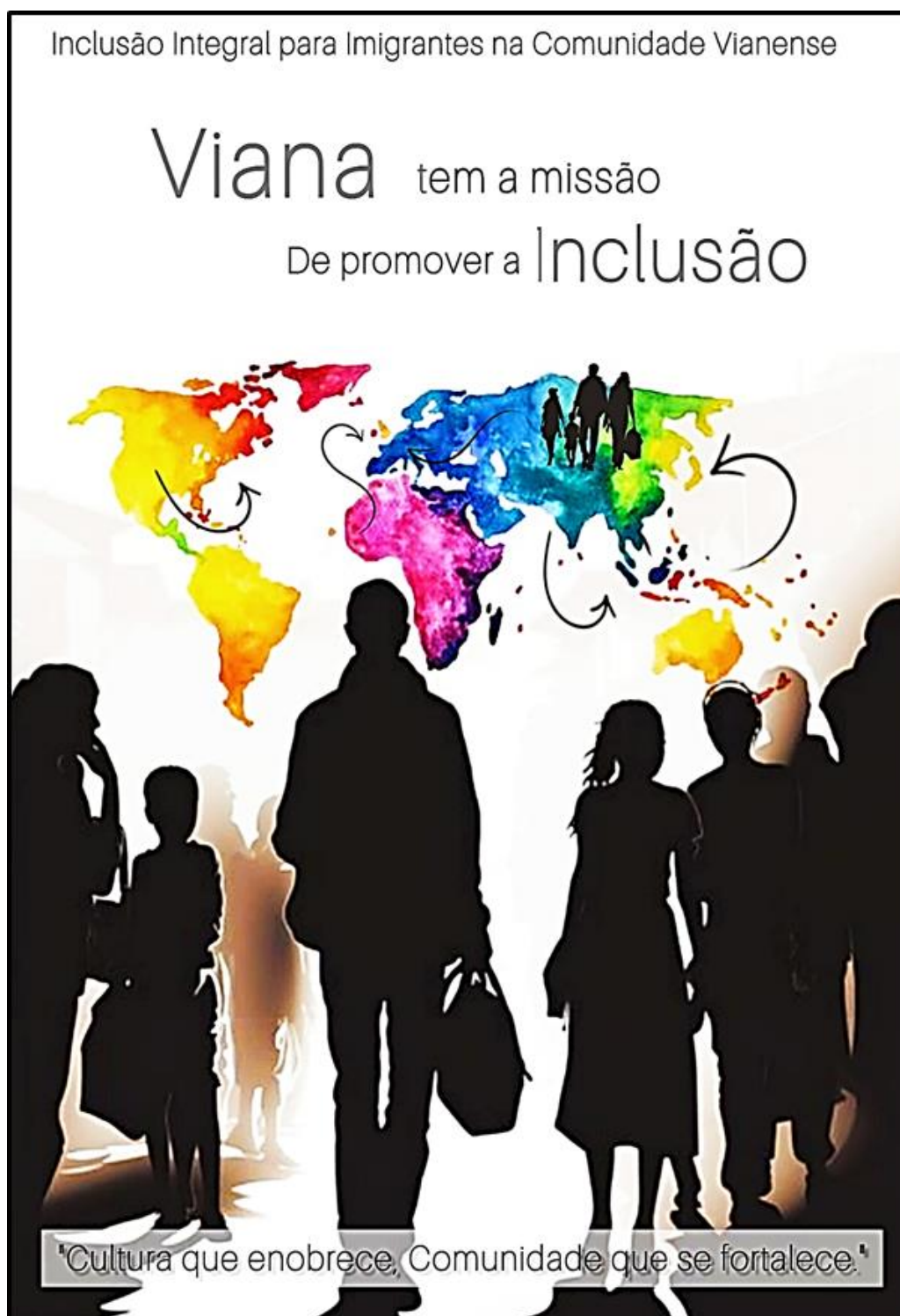
- um ou mais membros do agregado familiar encontrar-se em situação de desemprego;
- criança até aos 3 anos de idade não se encontre a frequentar uma instituição;
- ser morador do bairro da Torre;

Mais informações em:  
[www.cascais.pt](http://www.cascais.pt) | [www.seg-social.pt](http://www.seg-social.pt) | [www.iefp.pt](http://www.iefp.pt)

com apoio de:



**Inês Silva – 2201335**



Elsa Saúde – 2201334

## Ainda não tens idade para casar! Cresce enquanto aprendes.



Esta é uma campanha de informação e sensibilização da comunidade escolar do Alentejo, visa alertar para a violação dos Direitos das Crianças. Compreender e educar para combater esta realidade que afeta muitas crianças e adolescentes, rapazes e raparigas, provocando danos irreversíveis nas suas vidas, afetando a sua saúde física, psicológica, sexual e social, baseada em crenças culturais, na religião e na tradição, perpetua-se através de gerações. Com consequências como o abandono escolar, a gravidez na adolescência, risco de morte materna e infantil, limitação da liberdade de escolha, desigualdade de género, limitação de oportunidades, conduzindo à exclusão social.

**Participa** nas sessões de esclarecimentos na tua escola, **adquire conhecimento**, para cresceres em segurança e dar o teu contributo a quem precisa.

É essencial **RECONHECER** os fatores de risco, **SINALIZAR e DENUNCIAR**, através da linha de apoio **266 266 266** (chamada sem custos), com garantia de anonimato e confidencialidade.



O casamento infantil é **crime público** em Portugal, em caso se suspeita, envolvendo menores, em situação de perigo, **deves agir com cautela**, contactando a linha de apoio da comunidade escolar ou entrando em contacto com a CPCJ, autoridades locais, profissionais competentes ou um adulto da tua confiança.

**Fernanda Vieira – 2201457/ Gisela Dias – 2201452**

**PROJETO**



**BEM - ME - QUER**

**ACOLHER, OUVIR E APOIAR  
É O QUE FAZEMOS PARA TE AJUDAR !**

**SOMOS UMA INSTITUIÇÃO PARA MÃES SOLTEIRAS QUE VISA O ACOMPANHAMENTO A NÍVEL DA SAÚDE, EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO, CONTRIBUINDO COM FERRAMENTAS ESSENCIAIS PARA A AUTONOMIZAÇÃO DE MÃES E SUAS CRIANÇAS**

LISBOA, 2024

### Margarida Marques- 2201500

#### SOBER NÓS

A Alegria Sénior nasceu em 2023, com o apoio e iniciativa de uma equipa profissional multidisciplinar, na área das Ciências Sociais, Psicologia, e Geriatria.

A origem deste projeto teve início com a visão de ajudar pessoas, prestar apoio através de bens materiais e recursos, bem como a execução de atividades lúdicas em grupo.

Baseamo-nos no rigor, no profissionalismo, na entrega, e na dinamização da vida dos idosos em risco.

#### OBJETIVOS

- 1 Promover e fomentar a inclusão social da população sénior em situações de solidão.
- 2 Retardar os efeitos da decadência da saúde física e mental dos idosos.
- 3 Desenvolver e melhorar a sociabilidade e criar sentimentos de segurança.
- 4 Recolha e doação de bens e recursos.



**CORAÇÕES UNIDOS,  
SORRISOS INFINITOS**

**Praça Raimundo José  
Soares Mendes  
2200- 365 Abrantes**

*Vamos aprender juntos!*

Patrícia Leal- 2201356/ Sandra Mateus – 2201465/ Sandrina Domingues – 2201360

**ALCOBAÇA**  
Terra de Paixão

**Vamos aprender juntos!**

**INTERRUPÇÕES LETIVAS E FÉRIAS ESCOLARES**

**TOTALMENTE GRATUITO DOS 6 AOS 10 ANOS**

**Arrisca-te nos desportos radicais e em outros desafios saudáveis**

**Embarca em aventuras em parques temáticos, quintas didáticas e observatórios**

**Descobre novas culturas (sessões de cinema, visitas a museus e monumentos) de uma forma emocionante!**

**Dá asas à tua imaginação com oficinas criativas e divertidas**

**JUNTA-TE A NÓS**

 [vamosconhecerjuntos@cm-alcobaça.pt](mailto:vamosconhecerjuntos@cm-alcobaça.pt)

**001-001-001** 

Ana Barbosa – 2201274

**AUTISMO** onde existe **AMOR** não existe diferença

# Autismo



Rumo à consciencialização dos cidadãos face ao autismo e incentivo á inclusão dos autistas na sociedade...

"O cérebro funciona diferente mas o coração sente igual"

Tu, Gostas de passear?  
Visitar monumentos?  
De atividades desportivas ou dança?  
Fotografia e artes?

És Familiar/amigo de um autista e gostarias de participar em seminários de esclarecimento e integração social das crianças e jovens autistas?

Inscribe-te na Junta de Freguesia da tua área de residência ou na Câmara Municipal de Gaia. (Disponível também no site da CMGaia)

Esperamos por ti!



*Programa de Integração e Inclusão para Migrantes na Cidade do Porto*

---

Ana Mota – 2201477/ Vítor Lopes – 2201483



**2024**

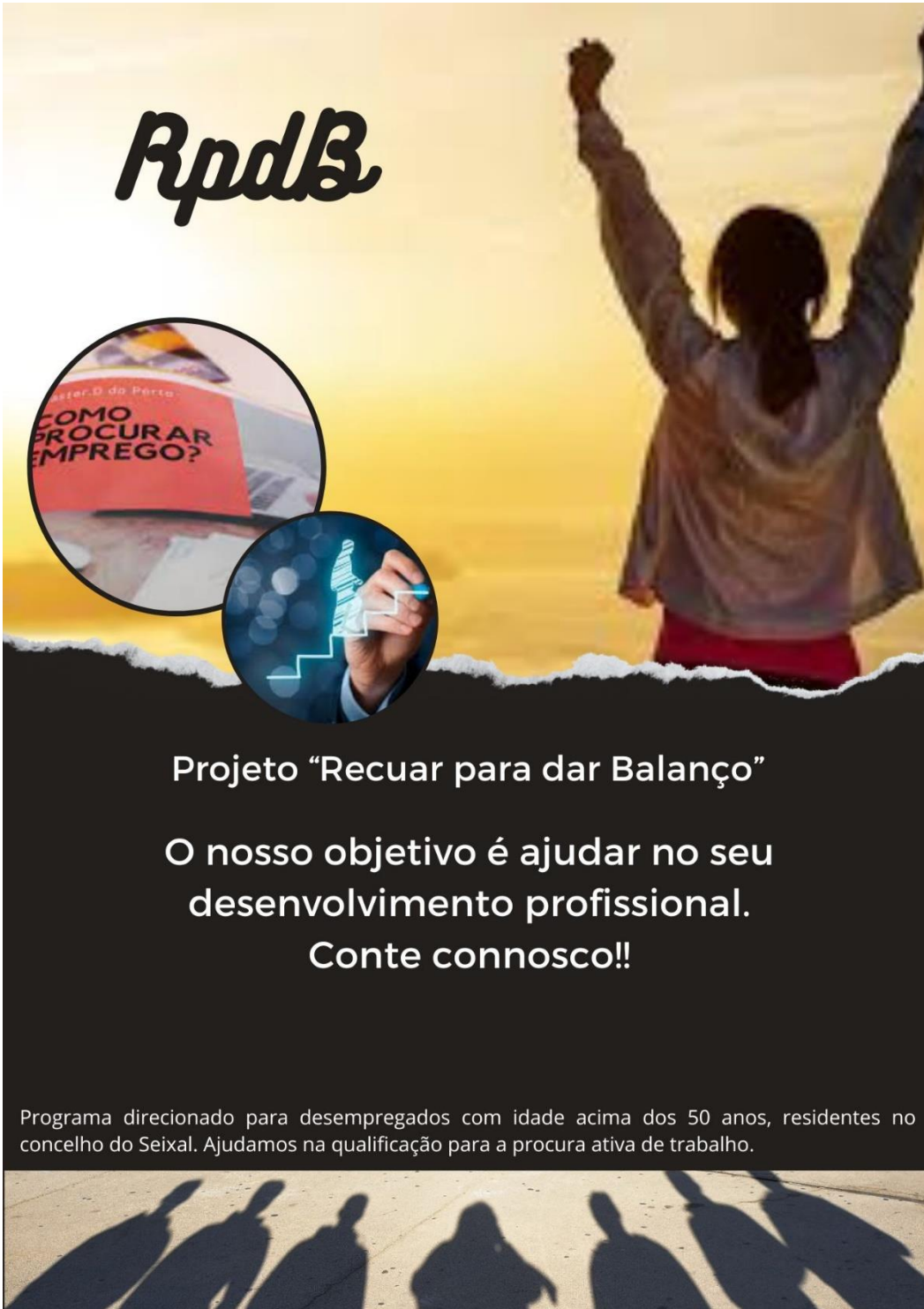


Responsáveis pelo projeto:

**Ana Mota e  
Vítor Lopes**

**PROGRAMA DE  
INTEGRAÇÃO E INCLUSÃO  
PARA MIGRANTES  
NA CIDADE DO PORTO**

Élia Martins – 2201347



**RpdB**

COMO PROCURAR EMPREGO?

Projeto “Recuar para dar Balanço”

O nosso objetivo é ajudar no seu desenvolvimento profissional.  
Conte connosco!!

Programa direcionado para desempregados com idade acima dos 50 anos, residentes no concelho do Seixal. Ajudamos na qualificação para a procura ativa de trabalho.

**Deolinda Oliveira – 2201517/ Joana Rodrigues – 2201504/ Beatriz Oliveira - 2201216**

# Construindo Pontes : Intervenção Social e Famílias Monoparentais



**PROTEGER QUEM CUIDA :  
IGUALDADE NA  
MONOPARENTALIDADE**

.....  
**MONTIJO**  
.....

Joaquim Santos – 2201383

# **Abrços com História**



**Projeto destinado aos idosos em risco  
de EXCLUSÃO SOCIAL, ISOLAMENTO SOCIAL  
do concelho de Mortágua,  
Promovendo:**

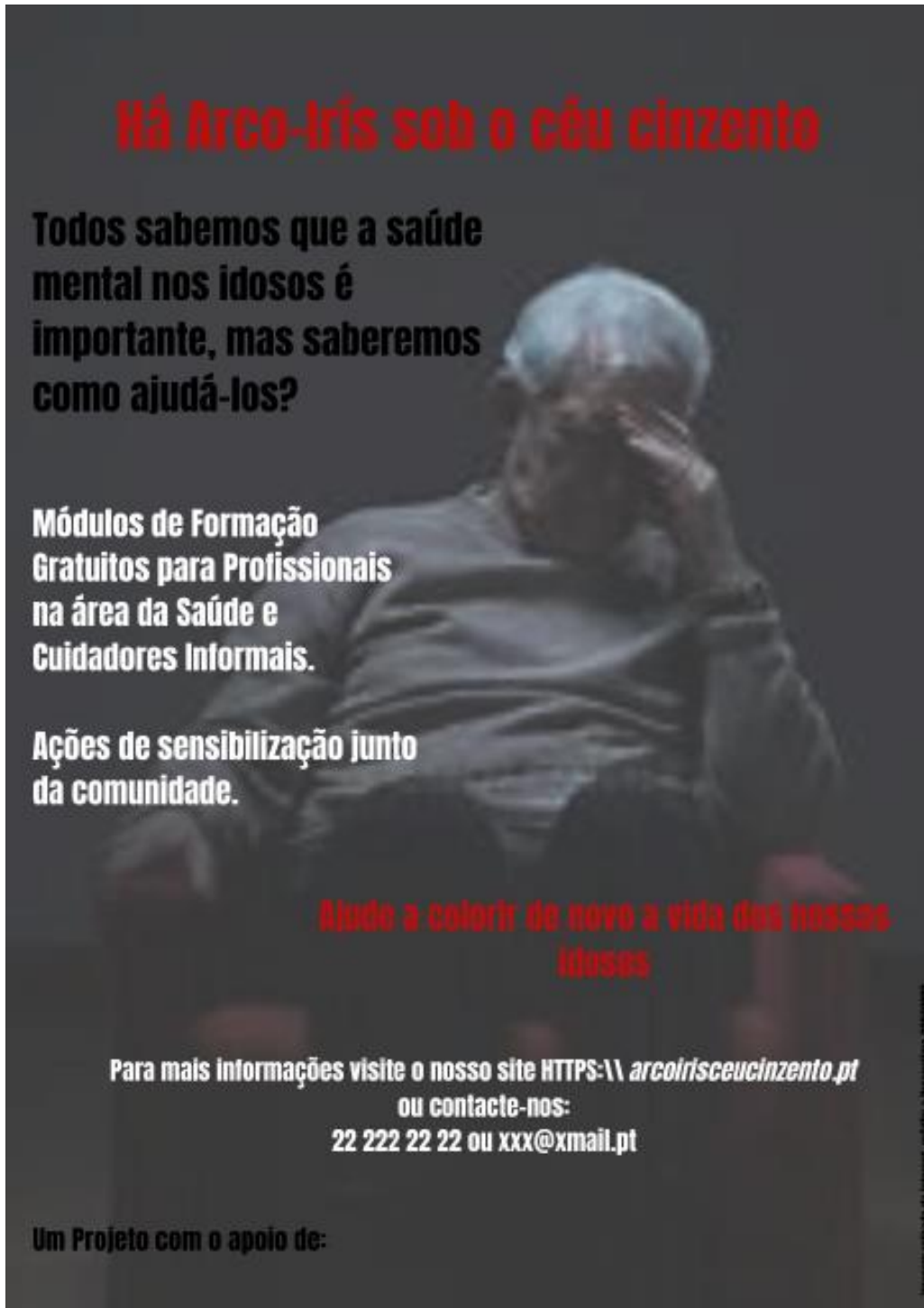
**IGUALDADE, INCLUSÃO SOCIAL E CIDADANIA**

**Ama-los é Amar quem somos!**

Sandra Paixão – 2201439



Magda Alves – 2201530



**Há Arco-Íris sob o céu cinzento**

**Todos sabemos que a saúde mental nos idosos é importante, mas saberemos como ajudá-los?**

**Módulos de Formação Gratuitos para Profissionais na área da Saúde e Cuidadores Informais.**

**Ações de sensibilização junto da comunidade.**

**Ajude a colorir de novo a vida dos nossos idosos**

Para mais informações visite o nosso site [HTTPS:\\ arcoirisceucinzento.pt](https://arcoirisceucinzento.pt) ou contacte-nos: 22 222 22 22 ou xxx@xmail.pt

Um Projeto com o apoio de:

Imagem retirada do internet, crédito a <https://www.shutterstock.com>

Ricardo Mourato – 2201397



**Projeto REAGIR**  
**Workshops   Ateliers   Convívios**

**Contatos:**  
**Tel: 911234567**  
**reagir@cm-marco-canaveses.pt**

**Público**  
**+65 anos**

**Parceria com a Câmara Municipal de Marco de Canaveses**

Euarda Costa – 2201496

# A Xenofobia em Portugal

Não julgue sem conhecer



*Desporto para a vida, ninguém fica de fora*

---

Jorge Coelho – 2201416



**DESPORTO PARA A VIDA,  
NINGUÉM FICA DE FORA - dos 6 aos 16**



**PROJETO DE PROMOÇÃO DA IGUALDADE ,  
INCLUSÃO E CIDADANIA—PORTO**

Ana Catarina Quadrado – 2201291

# Associação Educ'Ação

Juntos por um futuro brilhante

Karatê  
Dança  
Futebol  
Andebol



Apoio escolar  
Apoio psicológico



Gaming  
Videoteca



## O NOSSO BAIRRO PELO NOSSO FUTURO

TEMOS BRINCADEIRAS E DIVERSÃO  
DESPORTO E EDUCAÇÃO

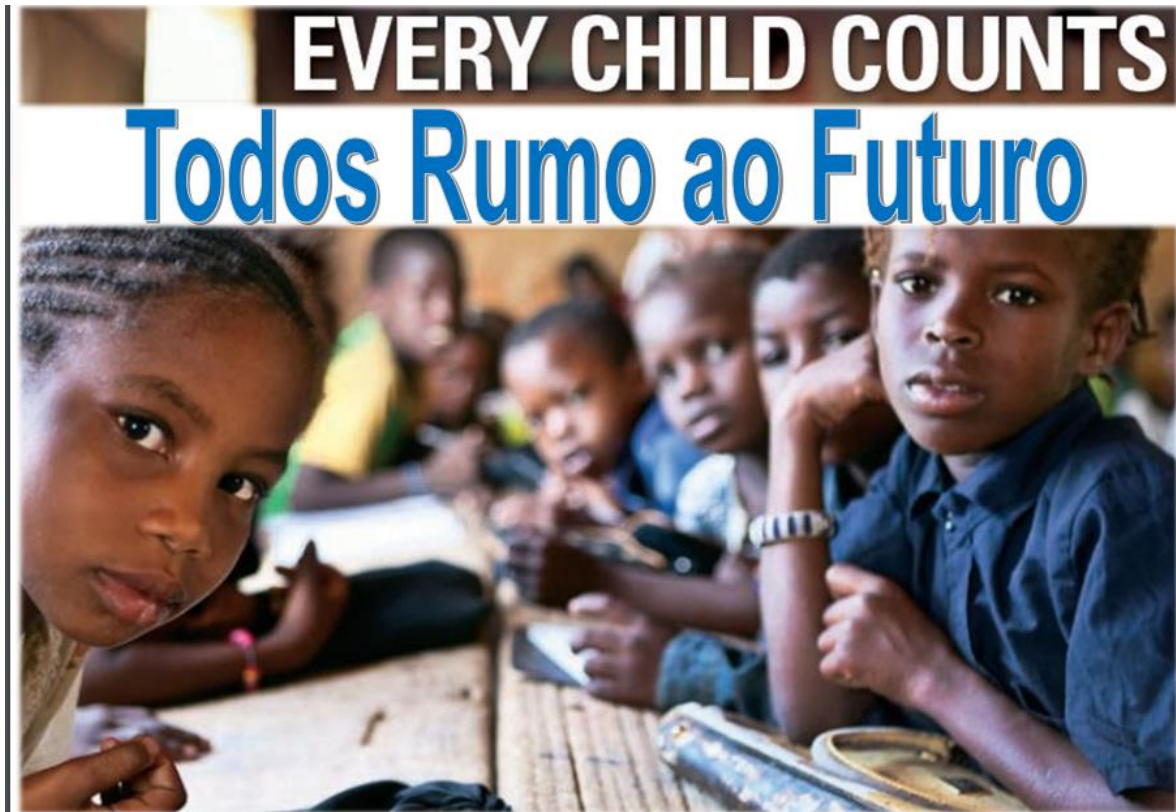
**SEGUNDA A  
SEXTA**

**DAS 16:00H  
ÀS 21:00H**



**BAIRRO QUINTA DA FONTE**

Nuno Marques – 2201526



**Tiago Costa – 2201499**



Maria Inês Jesus- 2201348/ Ana Lúcia Dias - 2201245

**SONS DO PORTUGUÊS**

LISTEN.READ.SPEAK. WRITE.

Portuguese lessons

For strangers +18

Informal conversation

Several activities, daily routine, music and games

Aulas de Português destinadas a estrangeiros com idade igual ou superior a 18 anos.

Associação Tavira Mais Inclusiva -  
email: [atmi@gmail.com](mailto:atmi@gmail.com)

Suzana Andrade – 2201369



## Oficinas Artesanais

### Dá Voz ao Teu Talento!

Queres ocupar os teus tempos livres de forma divertida?  
Se tens entre 6 e 18 anos, informa-te na tua escola!

#### Atividades

- pintura
- desenho
- olaria
- música
- tecnologias de informação
- apoio ao estudo

#### A quem se destina?

Crianças e Jovens em risco de pobreza e exclusão social, sem rede familiar de apoio conveniente ao seu desenvolvimento psíquico, emocional, cognitivo e social.

Programa financiado pela Comissão Europeia, liderado pela Agência para o Desenvolvimento e Coesão e a Portugal Inovação Social.  
Apoio da Câmara Municipal e Juntas de Freguesia, que disponibilizam transporte gratuito.

**Locais:**  
Ovar-norte: Esmoriz (Biblioteca)  
Ovar-centro: Escola Artes e Ofícios  
Ovar-sul: Grupo Ação Social Válega

José Nunes - 2201376



Cátia Sousa – 2201386/ Mariana Carvalhais – 2201361/ Ricardo Oliveira – 2201404



**B**RAÇOS UNIDOS, FORMAMOS UM LAÇO.  
**R**ECONHECENDO EM CADA IDOSO UM ABRAÇO.  
**O**FERECEMOS AFETO, SOLIDARIEDADE EM AÇÃO,  
**A**COLHENDO HISTÓRIAS COM DEDICAÇÃO.

Ricardo Oliveira / Mariana Carvalhais / Cátia Sousa

**Graça Oliveira – 2201537**



# TURMA 7

---

Hugo Afonso – 2201675

# ABRAÇOS COM LIVROS



(LOGOTIPOS INSTITUCIONAIS)

Marisa Costa- 2201550



Luziane Costa – 2201617

## Mais Ação e Menos Solidão

População idosa com 65 e mais anos da união das Freguesias de Massamá e Monte Abraão.

**Objetivos:** combater a solidão nos idosos e promover a integração e uma melhor qualidade de vida.

**Participação voluntária da comunidade.**

**Principais atividades:** desporto, artesanato, artes plásticas, leitura, dança, ginástica, natação, ciclismo, culinária e excursões turísticas em território nacional.



**Combater as desigualdades,  
a exclusão social e promover  
a cidadania.**

Imagens retiradas do Word. Acedido em 07 de janeiro de 2024. Disponível em: [Imagens do Banco de Imagens](#).

Ana Gonçalves – 2201644



# Nossa Cumieira

Desperta a Igualdade, Inclusão e Cidadania  
na Nossa Comunidade!

Unidos na Cumieira: Iguais em Oportunidades,  
Fortes na Inclusão!



Célia Ferreira – 2201636



## A ÁSIA NO PORTO

**PROMOVER A IGUALDADE, A INCLUSÃO E A CIDADANIA DOS EMIGRANTES DO SUDOESTE ASIÁTICO NO PORTO.**

***HARMONIA NA DIVERSIDADE: ABRAÇAR AS CULTURAS PARA CRIAR COMUNIDADES UNIDAS***

**Objectivos:** Fomentar a coesão social, capacitar os indivíduos através da educação e do desenvolvimento de competências, promover a compreensão intercultural e facilitar a integração económica.

**Público-alvo:** Comunidades emigrantes do sudoeste asiático a residir nas zonas do Marquês e Batalha, no Porto.

**Workshops de línguas**

**Festivais Culturais**

**Sessões de Formação Profissional**

**Feiras de Emprego**

**Diálogos Comunitários**

**Programas de Orientação e Integração Social**

**CIDADE DO PORTO**

Comunidades do Marquês e da Batalha.

Ângela Cruz – 2202972/ Carlos Marques – 2202913/ Telma Dinis – 2202838/  
Vanda Fernandes – 2202966

**Seniores Digitais**  
**Um novo capítulo**



**Programa de  
capacitação digital**

- . Na óptica do utilizador
- . Redes sociais
- . Videochamadas

**Mais informações**  
☎ 999 999 999



📍 **Alvalade, Lisboa**



Ana Almeida - 2201568/Tânia Carrilho – 2201558



**Porque  
cada  
velhinho  
merece  
Respeito,  
Conforto e  
Carinho.**

- Quando for velhinho, quero ser um grande contador de histórias.

- Eu, quando for velhinho, quero ser o orgulho dos meus netos.

**E TU, o que queres ser quando fores VELHINHO?**

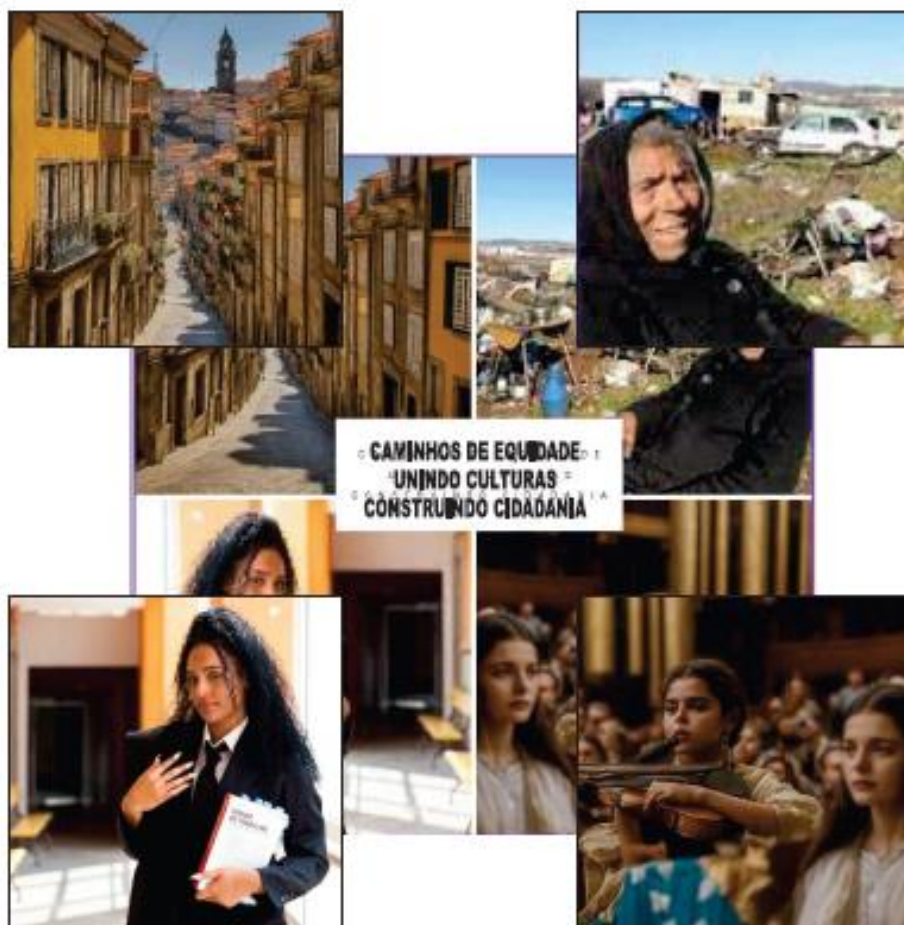
**Diz NÃO ao ISOLAMENTO!**

**Diz NÃO à SOLIDÃO!**

Freguesia de São Barnabé, o que foi em tempos, hoje já não é.

## Integração da comunidade cigana

Amílcar Gonçalves- 2201638



**"A inclusão acontece quando se aprende com as diferenças e não com as igualdades"**  
(Paulo Freire)



Ana Isabel Antunes – 2201556

## Vidas Online, Construindo Futuros

### Ligados On-line...

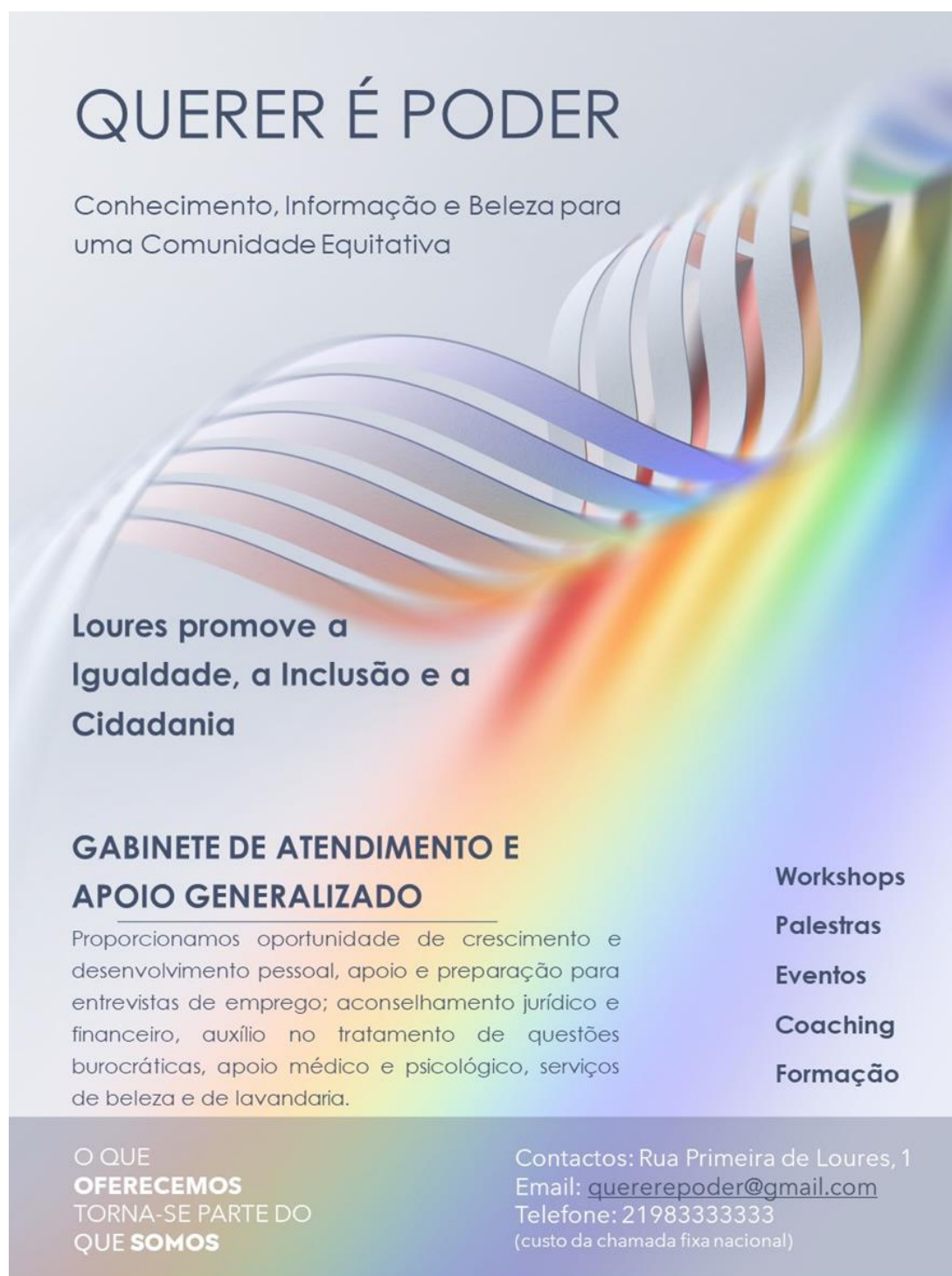
- ✓ **Vamos** reduzir a lacuna digital
- ✓ **Mais** perspectivas de emprego, promovendo a participação cidadã através da tecnologia
- ✓ **Juntos conseguimos** construir uma base sustentável para a autonomia futura da comunidade-alvo (crianças, jovens e idosos)
- ✓ **A Inclusão Digital**, um caminho essencial para construir uma sociedade mais justa e participativa.



## *Querer é Poder: Conhecimento, Informação e Beleza para uma Comunidade Equitativa*

---

**Carla Esteves – 2201705/ Vera Esteves – 2201668**



# QUERER É PODER

Conhecimento, Informação e Beleza para  
uma Comunidade Equitativa

**Loures promove a  
Igualdade, a Inclusão e a  
Cidadania**

**GABINETE DE ATENDIMENTO E  
APOIO GENERALIZADO**

Proporcionamos oportunidade de crescimento e desenvolvimento pessoal, apoio e preparação para entrevistas de emprego; aconselhamento jurídico e financeiro, auxílio no tratamento de questões burocráticas, apoio médico e psicológico, serviços de beleza e de lavandaria.

**Workshops  
Palestras  
Eventos  
Coaching  
Formação**

O QUE  
**OFERECEMOS**  
TORNA-SE PARTE DO  
QUE **SOMOS**

Contactos: Rua Primeira de Loures, 1  
Email: [quererepoder@gmail.com](mailto:quererepoder@gmail.com)  
Telefone: 2198333333  
(custo da chamada fixa nacional)

Eduarda Tenazinha – 2203011

**"Vínculos em Comunidade: Conectando Gerações em Boliqueime"**

**Combate ao Isolamento Social e  
Promoção da Inclusão de Idosos na Freguesia  
de Boliqueime**

Este projeto é para ti

*Se tens + de 65 e vives na freguesia*

**Objetivo:**

Combater o Isolamento Social e Promover o Bem-Estar

**Temos:**

- **Encontros Sociais e Recreativos**
  - **Atividades Físicas Adaptadas**
- **Workshops de Saúde e Bem-Estar**
  - **Apoio Emocional e Aconselhamento**



**Junte-se a nós  
para fazer parte  
desta  
comunidade**

Para mais  
informações e  
inscrições  
Contacte a sua  
Junta de  
Freguesia

Rua Dr. João  
Baptista Ramos  
Faisca, nº 29

8100-070 -  
Boliqueime

Tif: 289366295

Das 09h00 horas  
às 17h00 (não  
encerra à hora de  
almoço)

Este projeto procura criar um ambiente inclusivo e acolhedor para os idosos em Boliqueime, oferecendo atividades diversificadas para reduzir o isolamento social e melhorar a qualidade de vida.

*Aceitação é uma solução! Eduque, motive e aceite!*

---

**Nanci Silva - 2201669/ Mirta Florenço - 201686/ Paulo Calmeiro - 2201649**



**O autismo é parte do mundo, não um mundo à parte!**

**“As crianças especiais, assim como as aves, são diferentes em seus vôos. Todas, no entanto, são iguais em seu direito de voar” Jessica Del Carmen Perez.**

**Raquel Tavares de Oliveira – 2201543**



Todos unidos por um futuro melhor, onde  
exista espaço para todos os jovens

**Desporto cultura entretenimento  
conhecimento inclusão coesão**

**Para se ver, por Sever**

*Antiga escola da Senhorinha*

Carina Conrado – 2202919/ Carla Matos – 2202827/Esmeralda Chambel – 2201711/Luciana Pereira – 2201678



# Projeto "Sementes de Água e Vida"

HORÁRIO  
**DAS 20H  
ÀS 8 H**



**Parque das Nações (gare)**

**4 WCS**

**4 DUCHES PORTÁTEIS**

**COM OFERTA DE GEL DUCHE E SHAMPOO**

Informações de Acesso  
telf 210 000 000

Sandra Almeida – 2201631

## Mercado C RAÇÃO social

### Para quem é?

Idosos com idades superiores a 70 anos com carências económicas, desamparados e solitários da freguesia de Loures

### Para quê?

Apoiar, cuidar e acompanhar de forma solidária

### Como é?

Atribuição de vouchers para compra de alimentos, medicamentos e acompanhamos no seu dia a dia.

### Onde é?

Em Loures – na loja “Mercado coração social”

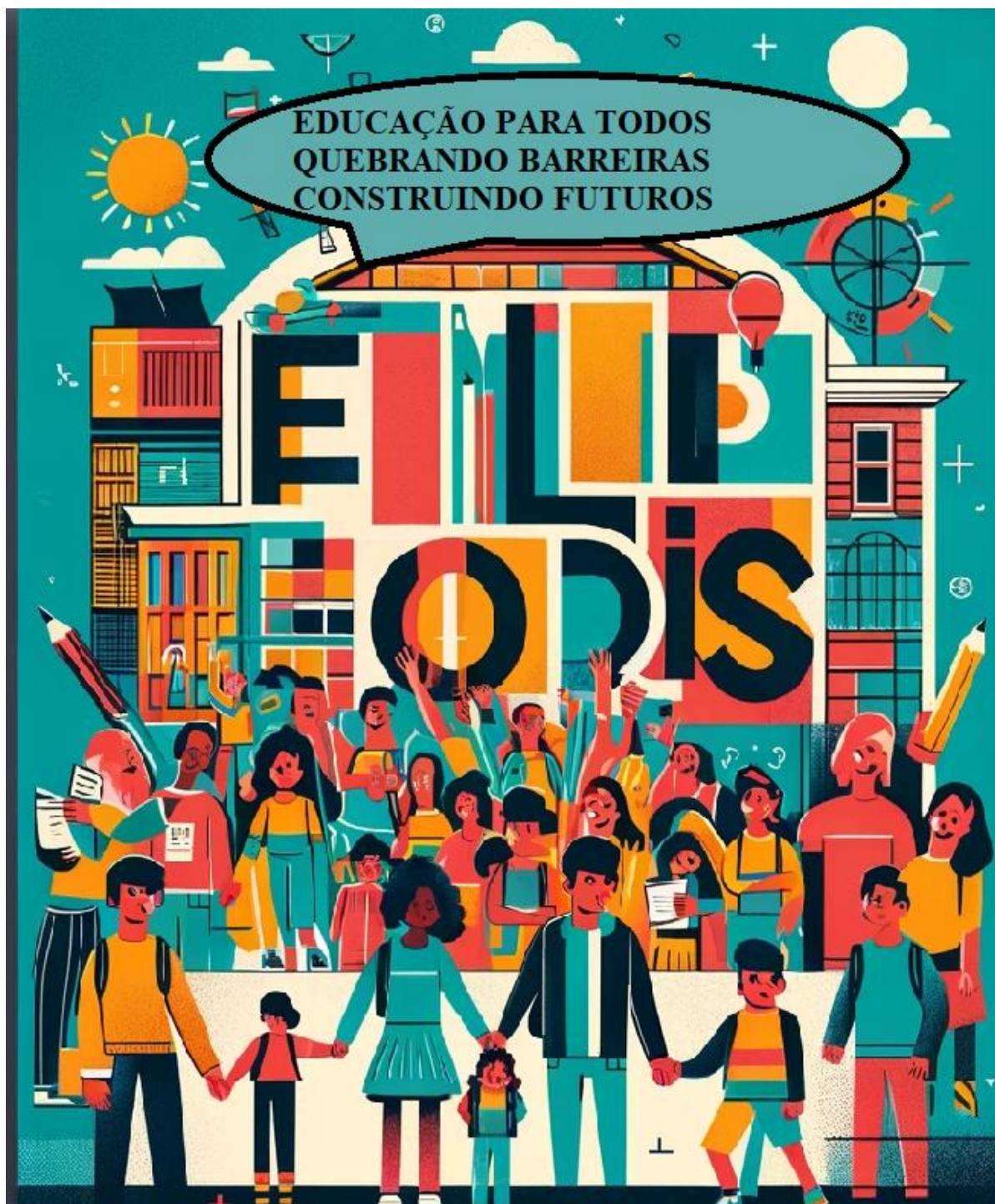
Para mais informações dirija-se à associação

Consulte o site: [coracao.social.pt.com](http://coracao.social.pt.com)

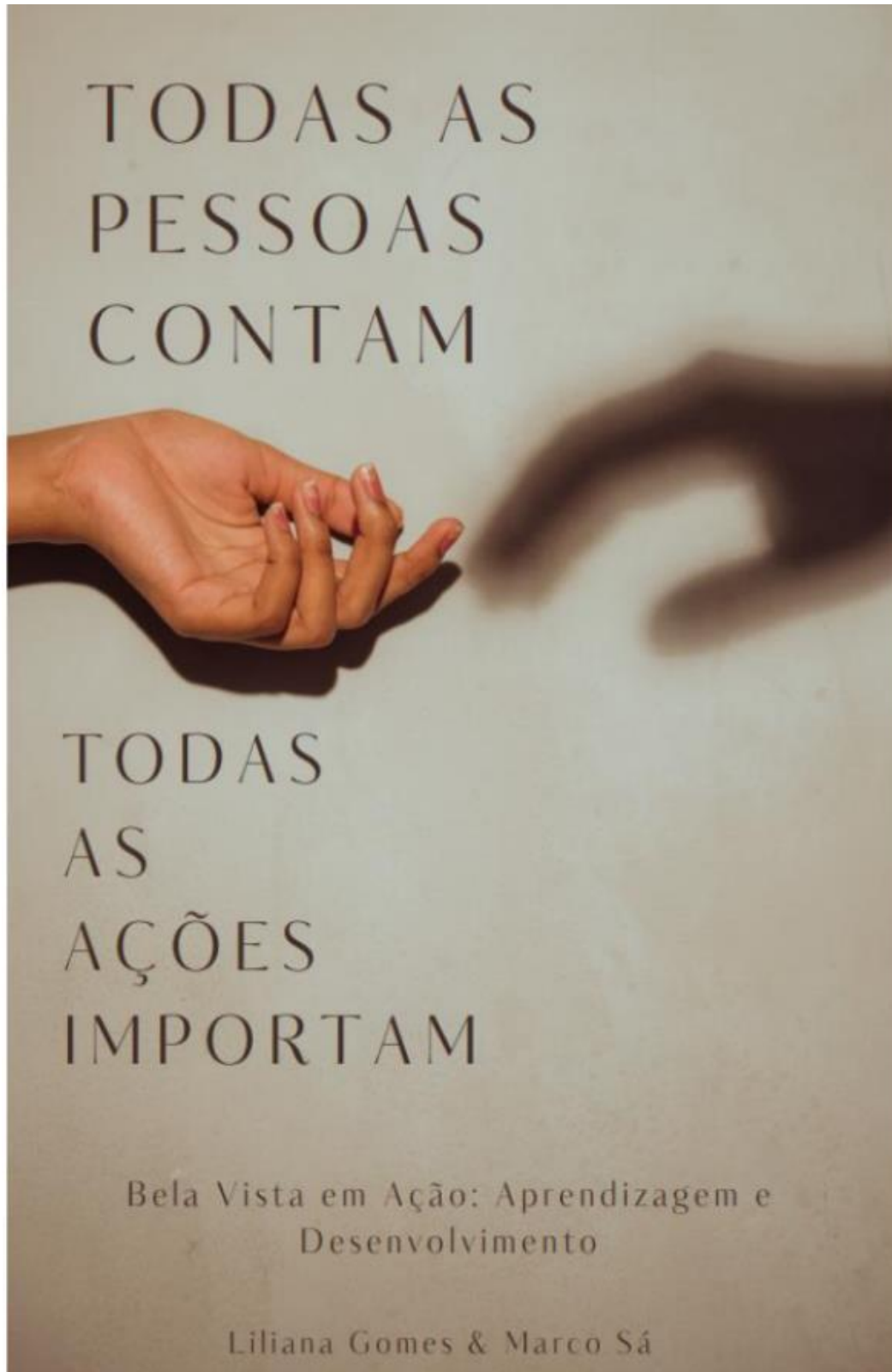
Ligue grátis para : 800000000



Flávia Abrantes – 2201573



Liliana Gomes - 2201662/ Marco Sá - 2201703



**Maria Branco – 2201607**

**OLEIROS  
(RE)LEMBRA:  
A MEMÓRIA NA  
DEMOCRACIA**

**Convidamos os residentes 65+ do  
Município de Oleiros**

**A PARTILHAR AS SUAS HISTÓRIAS**

C:\Users\maria\_lbranco\Downloads\IMG-20240107  
-WA0008 (1).jpg

Participação  
Coletiva da  
Região e Fortalece os Laço entre Gerações

**WORKSHOPS**      **FORMÁTICA NA ÓPTICA DO UTILIZADOR**

**SESSÕES DE PARTILHA**

**ENCONTROS INTERGERACIONAIS**      **MATERIAIS MEMORÁVEIS**

Dora Ferreira – 2203028



# **JUNTOS POR BELAS: AQUI TODOS SOMOS CAMPEÕES!**

## **Faz Parte da Mudança!**

**Junta-te a nós no projeto "Futebol para a Inclusão" e ajuda a construir uma comunidade mais justa e unida. Cada criança e jovem merece a oportunidade de ser um campeão! Se tens entre os 6 e os 18 anos de idade e gostas de jogar Futebol, então este projeto é para ti!**

**Promover a igualdade de oportunidades no acesso ao futebol**

**Reduzir a taxa de abandono escolar**

**Desenvolvimento pessoal e social**

**Aumentar a participação em atividades desportivas e culturais**

**Faz a diferença! Juntos, somos todos campeões em Belas!**

**Para mais informações, visite-nos em [www.cffbelas.pt](http://www.cffbelas.pt) ou contacte-nos através de 912345678.**

**Vila de Belas - Concelho de Sintra**

Ana Saldanha – 2201654



# Renovar Vidas

## Promoção da Igualdade e Reintegração de Vítimas de Violência Doméstica

- Vamos ajudar a criar oportunidades de emprego acessíveis e inclusivas.
- Envolver as vítimas em iniciativas comunitárias
- Vamos proporcionar apoio jurídico para ajudar a entender os seus direitos.
- Fornecer oportunidades para continuar a sua valorização académica e profissional.
- Ajudar a vítima a lidar com o trauma e a reconstruir a sua autoestima

### Finalidade

A violência doméstica é um problema global que afeta pessoas de todas as idades, etnias, classes sociais e orientações sexuais. O projeto "Renovar Vidas" procura, além do apoio imediato, uma abordagem centrada na vítima e com a promoção de uma comunidade mais inclusiva e solidária.



## Juntos por uma Comunidade Livre de Violência

Cátia Jerónimo – 2201565

**MOBITUD**

**A Mobilidade à sua porta**



- Os horários dos transportes públicos não lhe são favoráveis?
- Precisa de transporte ao fim de semana?
- Tem viatura própria e está disponível para dar boleia?
- Inscreva-se no seu centro- comunitário que nós ajudamos.
- Projeto mobilidade para todos com apoios locais.

Idalina Rebolo -2201635/ Liliana Caldeira-2201667/Paula Santorum-2201612/

Sandra Pacheco-22016374

**EDUCAR PARA INCLUIR**  
**LISBOA PARA TODOS**

Desigualdades Educacionais  
Inserção Profissional  
Câmara Municipal de Lisboa

**JOVENS EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL (15-24 ANOS)**

- 1** Workshops Educacionais
- 2** Inclusão Participativa
- 3** Promoção da Inclusão no mercado de trabalho
- 4** Sessões de orientação Profissional

\*Para mais informações, contacte a sua Junta de Freguesia

Paulo Luís de Paula – 2201605



# Cuidar dos Cuidadores

## Promoção de igualdade em Vila Franca de Xira

- REDE DE CUIDADOS E APOIO LOGÍSTICO
- INFORMAÇÕES ÚTEIS/DICAS E CUIDADOS
- DIREITOS E BENEFÍCIOS DOS CUIDADORES
- FORUM DE DISCUSSÃO/PARTILHA DE EXPERIÊNCIAS
- NOTÍCIAS E EVENTOS
- FORMAÇÃO E WORKSHOPS ONLINE
- CONTATO DIRETO COM PROFISSIONAIS

[WWW.CUIDARDOSCUIDADORES.PT](http://WWW.CUIDARDOSCUIDADORES.PT)

**TUDO  
A UM  
CLICK!**

IGUALDADE, INCLUSÃO E CIDADANIA PARA CUIDADORES INFORMAIS

**Carlos Wilson Só – 2201561**

**Título do Projeto:** Caminhos para a Igualdade em Monte Abraão, Sintra

**Objetivo:**

Reduzir a desigualdade socioeconómica oferecendo oportunidades de educação e emprego para famílias monoparentais.

**O que oferecemos:**

Programas educacionais para todas as idades.  
Workshops profissionais e orientação de carreira.  
Rede de apoio comunitário.

**Participe:**

Inscreva-se para as aulas e workshops.  
Junte-se à nossa rede de apoio.

**Quando:**

Início das atividades em breve!

**Onde:**

Centro Comunitário de Monte Abraão.

**Contato:**

Para mais informações e inscrições, visite-nos ou entre em contato pelos números/email abaixo (em atualização).

**Juntos por um futuro igualitário e promissor!**



Imagem retirada em: <https://noticiasinternet.com/educacao-inclusiva-promovendo-a-igualdade-de-oportunidades-e-valorizando-a-diversidade/>

Lurdes Manata – 2201588/ Paulo Nunes – 2201609/ Rui Fonseca- 2201657/  
Vasco Ventura – 2201574

## Pré-projeto, Igualdade Exclusão Social e Cidadania



Alimentando Corpos,  
Nutrindo Almas !

*Promoção da inclusão social e sustentabilidade.*



Carlos Manuel Almeida –



**BECO  
SAÍDA** **COM**

#uma vida livre de becos

Beco com saída é uma campanha que visa reduzir o número de sem abrigo em Lisboa usufruindo de edificações existentes no distrito em estado de precariedade. Cabe-nos a todos identificar e proteger esta comunidade usando para isso o nosso site [www.becocomsaida.com](http://www.becocomsaida.com)

Beco  
(be.co)  
nome masculino

Rua escura, estreita e curta, e às vezes sem saída

**Andreia Sousa –**

### **Quem Somos?**

O projeto "**Novos Seniores – Envelhecimento com Dignidade**" visa enriquecer a vida dos idosos, proporcionando oportunidades para um envelhecimento activo, saudável e com dignidade.

### **Nossos Objectivos?**

Promover actividades físicas e mentais com equipa multidisciplinar de várias faixas etárias;  
Aulas de exercícios adaptados;  
Oficinas de estimulação cognitiva;  
Grupos de convívio;  
Eventos culturais e sociais;  
Sessões de aconselhamento e esclarecimento sobre apoios;  
Grupos de apoio;  
Educação para a Saúde;

### **Faça a Diferença!**

Ajude-nos a construir um ambiente onde cada sénior possa envelhecer com dignidade.  
Seja voluntário, faça doações ou simplesmente participe das actividades.  
Juntos, podemos criar uma comunidade que celebra a vida em todas as fases.

**Se és um Senior activo ou tem familiares na terceira idade, estamos aqui para oferecer suporte.**



## **Novos Seniores** Envelhecimento com Dignidade

*Promovendo uma Vida  
Activa e Saudável para a  
Terceira Idade*

**MAIS INFORMAÇÕES:** Rua da Sé, n.º20 - 291 123 456 – 961 234 567 (9h-12h00 / 13h-17h) – [www.novoseniores.pt](http://www.novoseniores.pt)

Tânia Olival – 2201582

Frente

FAÇA PARTE DA

# SEPNE

Solidão e Pobreza não Existe

Ajude-nos a Combater a Desigualdade Social enfrentada pelos idosos da RAM



Verso

**+** Dignidade  
Oportunidades  
Alegria  
Apoio  
Acompanhamento

---

**—** Solidão  
Tristeza  
Isolamento  
Escassez Financeira

A Solidão e a Pobreza jamais existirão se houver um esforço coletivo para construir redes de apoio social, promover a igualdade de oportunidades e implementar políticas inclusivas que atendam às necessidades dos idosos.

Visite o nosso site: [www.sepne.pt](http://www.sepne.pt)

Preencha o formulário de voluntariado ou entre em contato conosco diretamente através do: 291 000 001

**Participe na nossa próxima sessão de orientação para voluntários.**

Nuno Pascoal – 2201583/ Sónia Carvalho – 2201592/ Ana Cristina Mendes – 2201601

**Está nas tuas mãos**

**Agir para Abrigar**  
Plano de Inclusão Social

**CASA**

**EMPREGO**

**SAÚDE**

Pequenas ações geram grandes transformações

- Plano de Inclusão Social de PSSA no concelho de Lisboa.
- Reconstrução de prédios devolutos para alojamento temporário ou permanente a PSSA com ocupação laboral.
- Apoio Económico-financeiro a empresas que prestem serviços e empregabilidade a PSSA .

**Vamos (re)construir um abrigo melhor**

**Silvio Forte - 2201680**



Sónia Vicente - 2203016/ Vera Ferreira – 2202878

**25 DE JANEIRO 2024**  
**NO AUDITÓRIO DA ESCOLA SECUNDÁRIA DE PONTE DE SOR**  
**PROJETO “ESCOLA PARA TODOS-  
CONSTRUINDO UM FUTURO IGUAL”**

**LUTAMOS TODOS OS  
DIAS POR**  
**+RESPEITO**  
**+DIREITOS**  
**+IGUALDADE**

**PROMOVER A IGUALDADE  
É UMA LUTA  
DE TODOS**  
Moderadora: Catarina  
Furtado

Debata sobre as desigualdades sociais  
vivas por pessoas de etnia na  
comunidade escolar

Com o apoio do Agrupamento de escolas de Ponte de Sor, Clube UBUNTU e Município

**JUNTOS SOMOS MAIS FORTES E CHEGAMOS MAIS LONGE...**

Carla Durão-2201692 / Liliana Coito-2201708/ Isabel Almeida-2201696

**CLUBE DE TEATRO**

**AMIZADE SEM FRONTEIRAS:**  
**CRIANÇAS INCLUSAS**

**ESCOLA BÁSICA Nº1 DE LISBOA**

**O CLUBE DE TEATRO ESTÁ À TUA ESPERA DAS 15H ÀS 18H NO AUDITÓRIO DA ESCOLA**

**VEM INSCREVER-TE. PARTICIPA E DIVERTE-TE!**

**ESCOLA BÁSICA Nº1 DE LISBOA**

# TURMA 8

---

Ana Claudino 2204047/ Cidália Veloso 2204044/ Maria de Fátima Vargas  
2203946 / Sandra Inácio 2204158

# “ACOLHER & INTEGRAR”

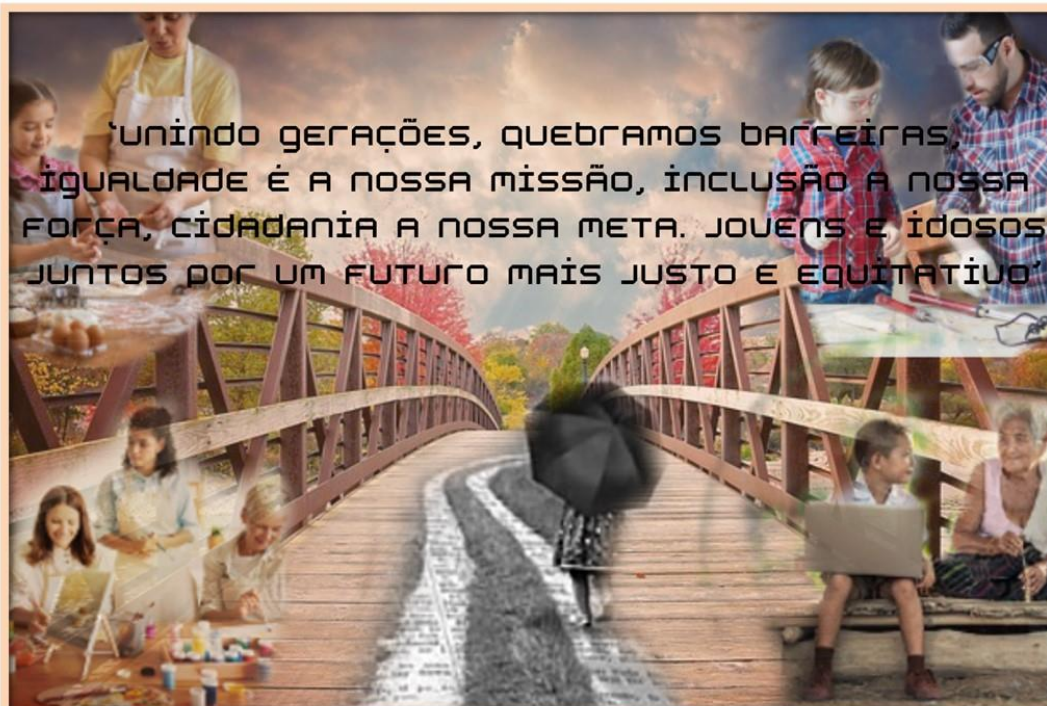
Projeto Para A Promoção da Igualdade, Inclusão Social E Cidadania Dos Migrantes  
Residentes Na Freguesia de São Teotónio (**Odemira**)



Gabinete de Atendimento e Apoio ao Migrante

# Gerações em Conexão – Construindo Pontes para a Igualdade e Inclusão

Rute Nunes – 2204023/ Élia Costa – 2203970/ Maria Cunha – 2203964



UNINDO GERAÇÕES, QUEBRAMOS BARREIRAS,  
IGUALDADE É A NOSSA MISSÃO, INCLUSÃO A NOSSA  
FORÇA, CIDADANIA A NOSSA META. JOVENS E IDOSOS  
JUNTOS POR UM FUTURO MAIS JUSTO E EQUITATIVO

## Quem Somos

Somos um projeto dedicado a criar uma comunidade mais inclusiva, focando em idosos em risco de exclusão social e jovens com desconexão intergeracional.

## Porquê Este Projeto

Vivemos numa sociedade onde a desconexão intergeracional e a exclusão social são desafios crescentes. Em Palmela, idosos e jovens enfrentam esses desafios de maneiras únicas. Os idosos, muitas vezes isolados e sem suporte adequado, correm o risco de serem deixados para trás. Os jovens, por outro lado, lutam para encontrar seu lugar e valor na sociedade, muitas vezes sentindo-se incompreendidos pelas gerações mais velhas. Este projeto surge como uma resposta a esses desafios, com o objetivo de construir pontes de compreensão e inclusão entre esses dois grupos..

## Nosso Objetivo

Nosso objetivo é criar uma sinergia entre idosos em risco de exclusão e jovens desconectados, promovendo o envelhecimento ativo e a sociedade dinâmica. Queremos empoderar os idosos e sensibilizar os jovens, promovendo a partilha de sabedoria e a compreensão entre as gerações.

## Junte-se a Nós

Venha fazer parte desta iniciativa e ajude-nos a construir pontes para a igualdade e inclusão. Juntos, podemos fazer a diferença!



## Alimentar, Educar, Empregar

---

Paulo Gonçalves – 2203672



**Alimentar, Educar, Empregar**  
#UnidosPorSãoMarcos

Combate à fome e pobreza escondida | Incentivo à educação e desenvolvimento | Oportunidades de emprego e formação profissional

**Juntos por um São Marcos mais Forte e Solidário!**



**Paulo Pinto – 2204126**



Tiago Silva- 2203416



# Pilar Social 65+

**Envelhecimento + ativo e digno**

O Pilar Social 65+ é um pré-projecto dirigido à população do concelho de Oliveira do Hospital a partir dos 65 anos de idade, tem como objetivos principais prevenir o isolamento social, a exclusão social e promover a cidadania para uma sociedade mais inclusiva que se preocupa com a qualidade de vida e com o bem-estar dos séniores

01

- Mobilidade
- Plano de saúde
- Universidade Sénior
- Excursões
- Atividade física
- Agenda de programas
- Apoio domiciliário
- Entre outros...

04

Dirigido a séniores com idade igual ou superior a 65 anos com mobilidade e autonomia

02



Envelhecimento (+) ativo e digno, através da diversidade de programas adaptados às necessidades sentidas pela população 65+

03

Promoção do bem-estar, da saúde e do estilo de vida ativo  
Plano de respostas sociais para o envelhecimento ativo  
Promoção da cidadania sénior

05

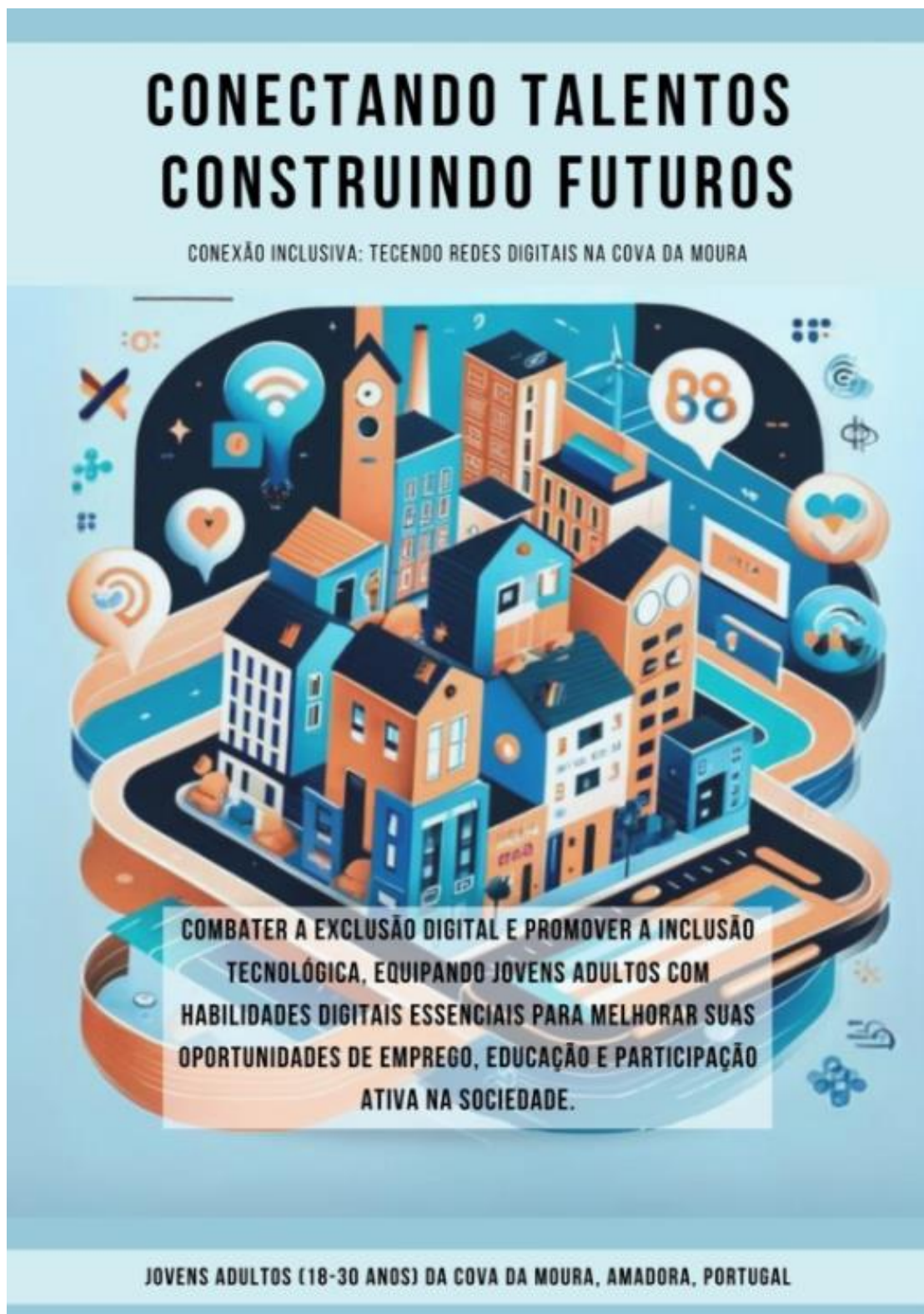
Inclusão Apoio Convívio Amizade  
Diálogo Alegria Felicidade Saúde  
Confiança Motivação  
PILAR SOCIAL 65+

06



Tiago Silva Aluno: 2203416

Liliana Valente – 2203860



Vânia Sousa – 2204020

**"MIGRANTES -  
CRIANDO  
FACILIDADES,  
NÃO  
ENTRAVES!"**

**Aberto a  
todos  
migrantes que  
vivem em  
Lisboa**

*Igualdade  
de  
Direitos!  
Diga **NÃO**  
à exclusão social!*

1

Programas de educação e formação para migrantes

2

Serviços de apoio à Integração no mercado de trabalho

3

Atividades culturais e sociais para promover a interação entre migrantes e a comunidade local

4

Campanhas de sensibilização para combater a discriminação e o preconceito contra os migrantes

**Carina Gomes – 22038/ Ana Cristina Abrantes – 2204114**



**ADI**  
**Arte, Desporto e Igualdade**  
**Construindo um caminho para o futuro**

**Atividades Artísticas e Desportivas:**

- Oficinas de Dança
- Teatro e expressão dramática
- Música e Canto
- Artes Digitais e Tecnologia
- Programas de Atletismo
- Natação
- Aulas de Capoeira

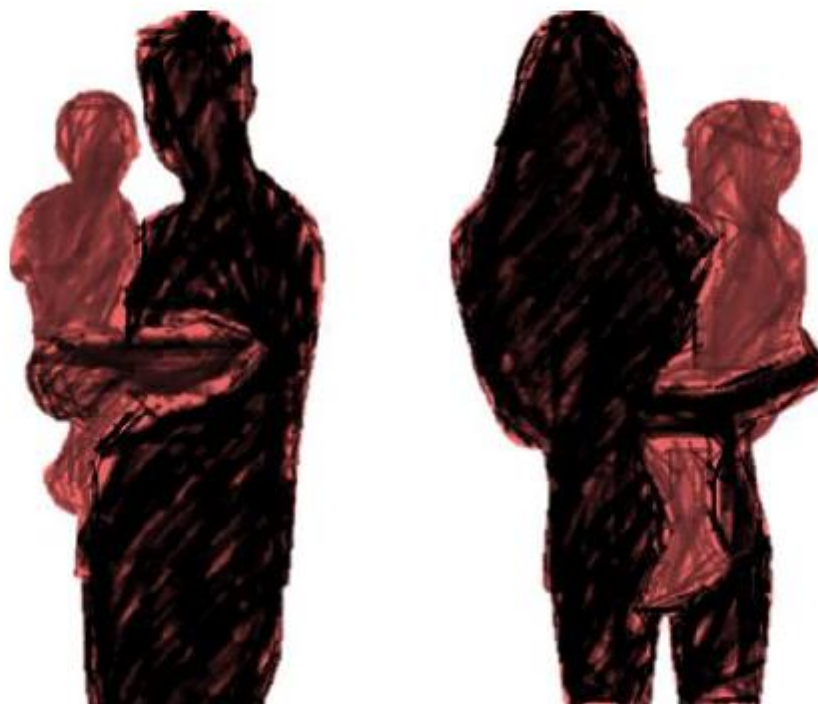
**Combate à exclusão social entre os Jovens da Quinta da Fonte da Prata, em Alhos-vedros (Moita)**

**O objetivo Principal do Projeto consiste em estabelecer um ambiente receptivo, proporcionando aos jovens as ferramentas necessárias para cultivarem identidades positivas e descobrirem o seu papel dentro da sociedade.**

*Solo sim, sozinho não!*

---

Ana Azevedo 2203864/ Ana Martins 2203632/ Cláudia Pinto 2203873



## **Solo sim, sozinho não!**

*Promover a equidade em Famílias Monoparentais*

Universidade Aberta

Câmara Municipal de Vila Nova de Gaia (Gaia protege +)

*Desigualdades – Educação – Rendimentos – Inclusão – Comunidade*



**Cristina Marques -2204015/ Carlos Pereira – 2204149/ Vera Brás - 2204087**



**MAS SOU IDOSO  
EXISTO**


**Inclusão Social  
dos idosos da  
nossa vila.**

Projeto realizado por:

**Cristina Marques | Carlos Pereira | Vera Brás**

**Iolanda Setoco – 2204056**

Iolanda Garatugeiro Setoco



Pontes para o Futuro  
**Enraizar a Inclusão  
e Igualdade em Loures**

Empoderar todos os jovens, mas em especial os que se encontram em situação de risco para se tornarem agentes de mudança nas suas comunidades.



## Viva Mais São Domingos - Envelhecer com União, Celebrar com Inclusão

Marisa Gomes - 2204107

**"ENVELHECER COM UNIÃO, CELEBRAR COM INCLUSÃO"**

**"VIVA MAIS SÃO DOMINGOS"**



**ATIVIDADES:**

- **PINTURA E ARTES VISUAIS**
- **MÚSICA E DANÇA**
- **OFICINA DE HISTÓRIAS**



**COM O APOIO DA**



**COMO PARTICIPAR:**

1. VISITE-NOS NA JUNTA DE SÃO DOMINGOS DE BENFICA
2. ENTRE EM CONTATO: 123456789
3. WWW.VIVAMAISSAODOMINGOS@FREGUESIA.PT
4. REDES SOCIAIS:   

**JUNTE-SE A NÓS NA CONSTRUÇÃO DE UMA SÃO DOMINGOS DE BENFICA MAIS INCLUSIVA E SOLIDÁRIA!**

Carla Pinto – 2203995/ Célia de Alvarez S. – 2203988

Projeto  
**SER+**  
Sensibilizar Empoderar Reconstruir  
Vidas

Violência Doméstica é Crime  
Quebre o silêncio  
Ligue: 112 ou 800202148

Em Faro a nossa missão é **SER+**  
**Sensibilizar** para a problemática  
**Empoderar** para a mudança  
**Reconstruir** para um futuro de respeito

**CIG** COMISSÃO PARA A CIDADANIA  
E A IGUALDADE DE GÉNERO  
Ministra Adjunta e dos Assuntos Parlamentares

Fonte

Carla Alves – 2204000/ Magda Rolo – 2203996/ Sandra Sousa-2203959

DANÇA DA INCLUSÃO: LARES PARA TODOS

# ONDE CADA PASSO CONSTRÓI UMA CASA DE IGUALDADE



## CONTRIBUA E AJUDE A HABITAR

É urgente promover a igualdade, inclusão social e cidadania como resposta a desafios sociais significativos, a intenção é ir além do reconhecimento superficial das diferenças.

Vamos proporcionar aos bailarinos condições propícias para viverem de forma autónoma, assumindo todas as tarefas inerentes a esta independência e autonomia

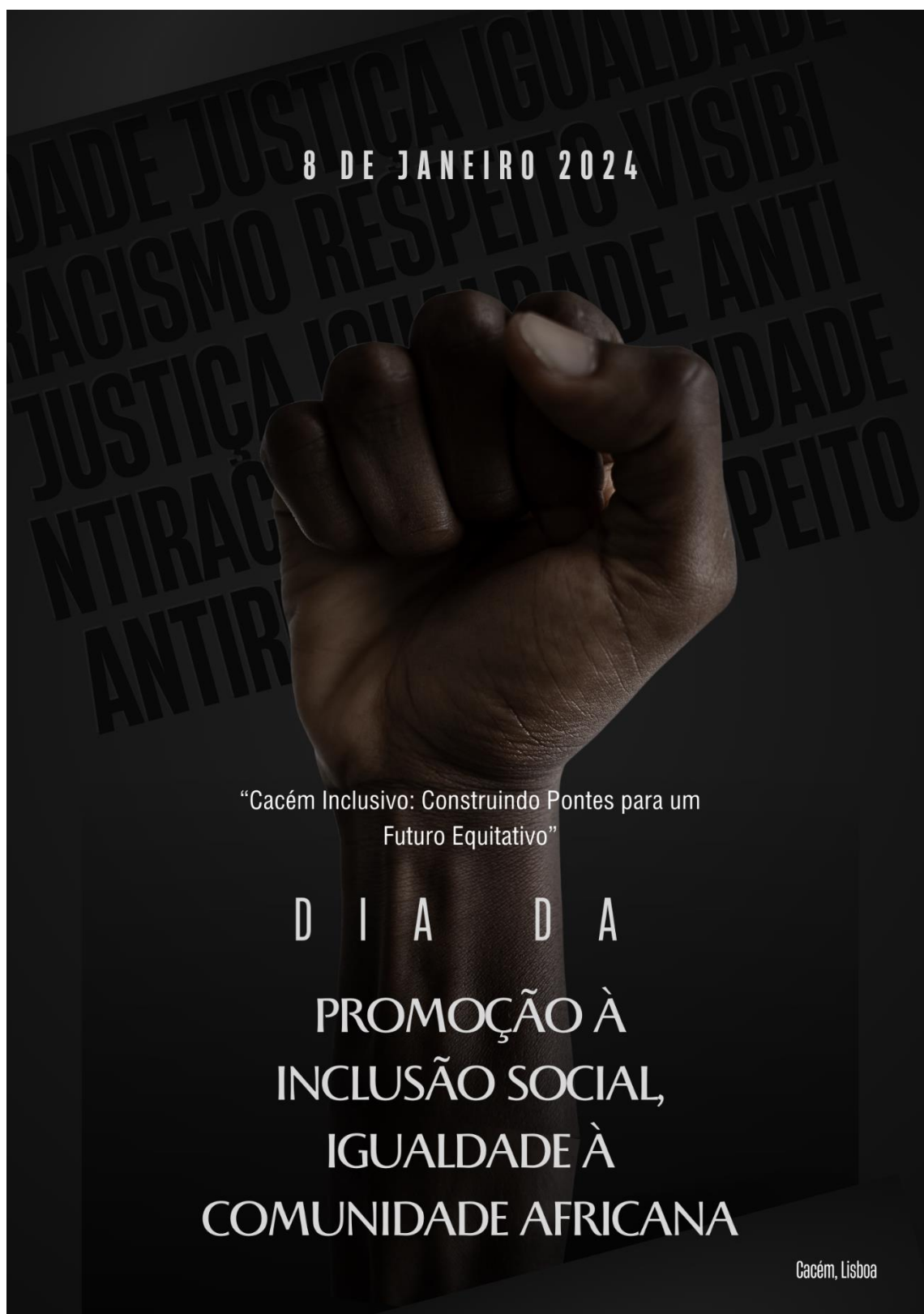
**PARTICIPA NOS WORKSHOPS, VEM DANÇAR!**



INSCREVE-TE EM  
[www.dancahabitar.pt](http://www.dancahabitar.pt)  
(+351) 961 332 982  
[danca@dancahabitar.pt](mailto:danca@dancahabitar.pt)



Cláudio Gomes – 2204167



Christophe Pereira - 2204019/ Ana Moreira – 2204007

Christophe Pereira | 2204019  
Ana Moreira | 2204007

UNIVERSIDADE  
**AbERTA**  
www.ual.pt

# **SIM, SOMOS CIGANOS! E DEPOIS?**

Segundo o Conselho da Europa, calcula-se que em Portugal a comunidade cigana ronde as 52 mil pessoas (dados de 2022). Apesar de corresponder apenas a 5% da população portuguesa, os ciganos continuam a ser discriminados e marginalizados pela sociedade e, por vezes, pelo poder político e pelas autoridades policiais. De acordo com os dados da Agência dos Direitos Fundamentais da União Europeia-ADFUE (2021), mais de 60% dos ciganos portugueses sentiram ter sido alvo de atos discriminatórios, um aumento de 17% face a 2016. Sendo a percentagem mais alta relativamente aos restantes 12 países analisados no estudo.

Fonte:  
UNIVERSIDADE AUTÓNOMA DE LISBOA  
<https://ualmedia.pt/comunidade-cigana-as-inverdades-que-levam-a-discriminacao-e-exclusao/>

## **PELA IGUALDADE, INCLUSÃO E PARTICIPAÇÃO DOS CIGANOS EM FAMALICÃO**



**Maria Vieira – 2204063**

**BAIRRO DE  
SANTA TECLA:  
IGUALDADE E INCLUSÃO  
JUVENIL**

Incluir e incentivar a juventude  
do Bairro de Santa Tecla!  
Vamos capacitar os jovens para  
o seu futuro!



**Susana Corino – 2203684**

## **COMO INTERVÉM O NA PROA?**

### **OS VOLUNTÁRIOS**

Identificam situações de risco nas famílias:

- Habitação
- Alimentação
- Vestuário

### **INFORMATIVO NA PROA**



**PROJETO  
NA PROA**  
AUSCULTAR  
AGIR

261 899 999  
09h00 às 17h00  
Loja Social: Largo das Ribas nº5,  
Ericeira  
projetonaproa@ong.pt

### **SERVIÇOS NA PROA**

- Aconselhamento jurídico e apoio a rendas habitacionais,
- Distribuição de bens alimentares;
- Distribuição de vestuário.



**PROJETO  
NA PROA**

AUSCULTAR  
AGIR

**MANTER AS TRADIÇÕES DA ERICEIRA**

Tatiana Ribeiro – 2204045



**JUNTOS ALÉM DAS FRONTEIRAS:  
CONSTRUIR PONTES PARA A INCLUSÃO**

**Este projeto tem como objetivo promover a igualdade, inclusão e cidadania através da educação, empoderamento e coesão comunitária**

**DESTINATÁRIOS**

**Comunidade de Refugiados  
Recém-Chegados da Síria**

**Daniela Alves - 2203973**



# BAIRRO – PARA UM AMANHÃ MELHOR

Se vives num bairro social deste município e queres ou que os teus filhos tenham um futuro melhor, vem ter connosco.

Sónia Martins – 2203919



# Abraçando a Sabedoria da Experiência

Sorrisos Prateados, Idosos são Celebrados

**Dia 1 de outubro – Dia Internacional do Idoso**

## A NOSSA MISSÃO:

Assistir a população idosa ( $\geq 65$  anos), residente no interior da Serra do Caldeirão, com intuito de combater o isolamento, por meio de inclusão dos mais velhos, atenuando a inatividade física, mental e o isolamento social.



## A NOSSA EQUIPA:

Animador Socio-Cultural, Enfermeiro, Médicos, Psicólogos, Fisioterapeuta e Voluntários

**Sónia Martins | nº 2203919**

## ATIVIDADES:

-  Comunidade interativa baseada na partilha de experiências, conversas, histórias e outros;
-  Produção artesanal de diversos produtos;
-  Recolha e entrega de bens e outros serviços a populações mais isoladas;
-  Sessões de aprendizagens de informática;
-  Prestação de serviços médicos, de enfermagem, fisioterapia e psicologia ao domicílio;
-  Atividade lúdicas como: Grupo de Teatro, Clube de Leitura, Pintura, Ginástica e Dinâmicas musicais;
-  Disponibilização de vestuário, alimentação, ajudas técnicas.

Contactos

Linha de Apoio: +351 123 456 789

[www.abraçandoasabedoria.pt](http://www.abraçandoasabedoria.pt)



UNIÃO DE FREGUESIAS  
GUERDINÇA • TÔR • BENAFIM



Sílvia Faria – 2204067



***Mentalmente Juntos em  
Macedo de Cavaleiros***

*"Nordeste Inclusiva"*

**CONTACTE-NOS**  
**000 000 000**

**Público-Alvo:**  
Pessoas com doenças mentais em Macedo de Cavaleiros

**Região:**  
Macedo de Cavaleiros

**Objetivo Principal:**  
Promover a inclusão social, combater o estigma e facilitar o acesso aos serviços de saúde mental.

Workshops de Sensibilização  
Grupos de Apoio  
Eventos Culturais Inclusivos  
Parcerias com Serviços de Saúde Mental

*A Inclusão começa em cada um de Nós!*

**Susana Correia – 2203447**



Ajuda na problemática dos sem-abrigo

# LAR É ONDE O CORAÇÃO ESTÁ



Um programa de defesa para ajudar comunidades carentes da cidade do Entroncamento- Santarém

**PUBLICO ALVO- PESSOAS EM SITUAÇÃO DE CARÊNCIA ECONÓMICA**

**OJETIVO PRINCIPAL- AJUDA A INTEGRAR NA SOCIEDADE**

## *"Ponte de Culturas" Construir Futuros, Unindo Culturas*

**Bruno Couto- 2203861/ Filipa Couto- 2203923**



*"Ponte Cultural" - Centro Comunitário Multicultural da freguesia de Camarate, Unhos e Apelação*

- A Nossa Missão: Promover a inclusão, combater a exclusão social, promover a cidadania, a compreensão e o respeito mútuo entre as diferentes culturas e comunidades.
- Público-alvo: Espaço aberto a todas as crianças e jovens de todas as origens culturais, étnicas e sociais.



## *Inclusão que gera oportunidades*

---

**Michelle Silva – 2203910/ Carla Sousa - 2204074 / Isilda Simões - 2204093 /  
Carmen Cabral - 2204175**

É possível mudar a realidade na Quinta da Parvoíce?  
**NÓS ACREDITAMOS QUE SIM!**

O projeto “Da parvoíce à cidadania” atua no combate da exclusão social com a  
implantação de um Centro de Inclusão e Desenvolvimento na comunidade,  
proporcionando  
oportunidades que não apenas apoiam, mas também capacitam indivíduos  
para transformar suas vidas.

**INCLUSÃO  
QUE GERA  
OPORTUNIDADES**

contamos com o apoio

The image features three circular logos at the bottom left. From left to right: the coat of arms of the Municipality of S. João do Estoril, the coat of arms of the Municipality of S. João de S. Marcos, and the logo of EAPN (European Association of Public Networks).

**Cátia Cardoso – 2204098/ Júlio Pires – 2204075**



## **Conectados pela Diversidade:** PONTE PARA A INCLUSÃO

**Unindo Culturas, Construindo  
Comunidades**

**Grupo-Alvo:** Jovens/Adultos Imigrantes e Refugiadas em Portugal que procurem uma integração na comunidade Portuguesa.

**Local:** Lisboa, Arroios

### **O Que Oferecemos:**

- Programa de Língua Portuguesa
- Sessões de Acolhimento e Integração
- Atividades Culturais e Recreativas
- Orientação para Oportunidades Laborais

### **Como Participar:**

**Inscrições** através do preenchimento do formulário

[www.projeto@diversidade.com.pt](mailto:www.projeto@diversidade.com.pt)

Para mais informações consulte o nosso programa no site ou contacte através do tel:

**+ 351 91 123 45 67**

**Igualdade, Autonomia, Formação e Progresso !**

### **Este projeto é uma iniciativa de :**

Conectados pela Diversidade  
com o apoio da Junta de Freguesia de Arroios em colaboração  
com a comunidade local.

**Venha fazer parte deste projeto  
rumo à diversidade e inclusão!**



**Katarina Chalaça – 2203982**

# ENVELHECER COM CARINHO



- DIMINUIR A TAXA DE ISOLAMENTO NA TERCEIRA IDADE
- FOCO NAS ÁREAS RURAIS COM BAIXA DENSIDADE POPULACIONAL.

RECONECTANDO VIDAS: DE BRAÇO DADO COM A TERCEIRA IDADE



Katarina Chalaça  
2203982

**Telma Branco – 2203926**

## Ténis para além de um simples desporto, um APPROACH SOCIAL

Constantino Pais – 2203940



**“TÉNIS para além de um simples desporto, um APPROACH SOCIAL”**

- O projeto onde todos são inclusos ninguém é excluído.
- Para todos os escalões de IRS ou Deficiência Motora.
- Contacta-nos esperamos por ti - Clube Ténis, Câmara da Amadora ou Junta de Freguesia da tua Área de Residência.

Patrícia Pereira – 2203938

**"Educação para Todos: Foco na Igualdade Universitária"**

- ✓ Promover oportunidades justas para todos.
- ✓ Derrubar barreiras ao acesso universitário.
- ✓ Construir um futuro educacional igualitário.
- ✓ Trabalhamos para superar desafios e criar oportunidades
- ✓ Acreditamos num sistema educacional acessível a todos.
- ✓ Juntos, construímos pontes para a igualdade educacional.



Fábio Vilas-Boas – 2204147

**VÍNCULOS DE AFETO**  
UNINDO GERAÇÕES, COMBATENDO A SOLIDÃO!

A POPULAÇÃO IDOSA, MUITAS VEZES MARGINALIZADA PELA SOCIEDADE AO ATINGIR A IDADE DA REFORMA, MERECE UMA ATENÇÃO ESPECIAL. O PROJETO "VÍNCULOS DE AFETO" NASCE COM O PROPÓSITO CRUCIAL DE COMBATER A SOLIDÃO E A EXCLUSÃO SOCIAL, APOIANDO A POPULAÇÃO IDOSA NO CONCELHO DE ALMADA.

CÂMARA MUNICIPAL DE ALMADA

**CMA**

O projeto visa a população idosa do Lar São Tiago, em parceria com a Escola Secundária de Cacilhas-Tejo, Creche de Santa Teresa do Menino Jesus e Teatro Municipal Joaquim Benite. A intenção é promover atividades intergeracionais e consciencializar a população sobre a importância da população idosa e mitigar a solidão no presente e no futuro.

Margarida Ferrão – 2204131/ Bruna Osório - 2203978

# Lares em Rotação

## Um caminho para a inclusão

## Residencial Jovem

Se tens entre 20 e 25 anos, és de Cascais e procuras casa com renda acessível, este projeto é para ti!

Comparticipação de 50 % do valor mensal da renda, para rendas com valor máximo de 1000 €;

Rendas por período de 2 anos;

25% do valor pago será remetido para aquisição de imóvel no final do projeto.



Sérgio Ficher 2204059 / Tânia Lima 2204055

## **NATAL PARA TODOS OS CORAÇÕES E CARTEIRAS**

**AJUDE-NOS A PROPORCIONAR A TODAS AS CRIANÇAS  
DO BAIRRO DE SANTA RITA (PRAIA DA VITÓRIA) E  
BAIRRO DA TERRA CHÃ ( ANGRA DO HEROÍSMO) UM  
NATAL COM PRESENTES E MEMÓRIAS FELIZES PARA O  
FUTURO**

### **DOE:**

- **ROUPAS (PARA AS MANTER QUENTES)**
- **SAPATOS (PARA AS CONFORTAR)**
- **BRINQUEDOS (PARA AS MIMAR)**

**LOCAIS DE RECOLHA PREFERENCIAIS:**

**JUNTA DE FREGUESIA DA TERRA CHÃ**

(CAMINHO PARA BELÉM, N.º 3 )

**PARÓQUIA DE SANTA RITA**

(RUA CIDADE DA ARTÉSIA, EDIFÍCIO POLIVALENTE, N° 37)

**TODOS OS SÁBADOS E DOMINGOS DAS 9H00 ÀS 17H00**

**DESEJAMOS UM NATAL DIGNO A TODAS AS CRIANÇAS DOS  
NOSSOS BAIRROS.**

TELEFONE: 966666666

E-MAIL: CRIANCASFELIZES@GMAIL.COM

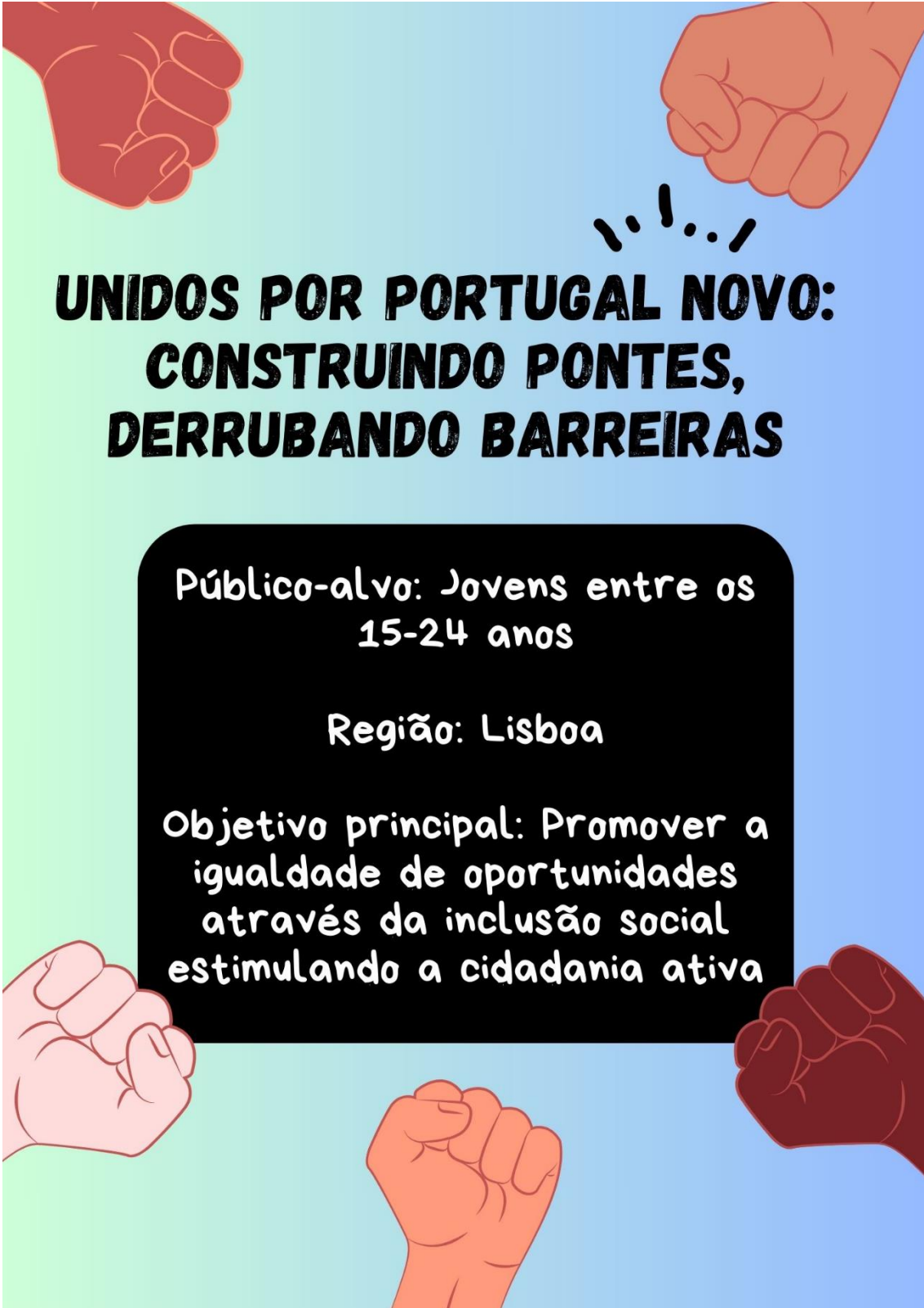
Sandra Costa – 2203969

# **O Silêncio causa Dor Maior**



**Pelo Bem das crianças e jovens de Gondomar**

Maria Pancadas – 2204053/ Sara Simões - 2204043



**UNIDOS POR PORTUGAL NOVO:  
CONSTRUINDO PONTES,  
DERRUBANDO BARREIRAS**

**Público-alvo: Jovens entre os  
15-24 anos**

**Região: Lisboa**

**Objetivo principal: Promover a  
igualdade de oportunidades  
através da inclusão social  
estimulando a cidadania ativa**

Ana Pereira 2204089/ Johnmara Alves 2204028/ Sónia Silvestre 2203900/  
Swaila Van-Dúnem 2203961

## "Foi-se tudo embora, deixaram-me sozinha..."

(MARIA JOÃO XAVIER, CNN, 2023)

O PROJETO "A VOZ DA SOLIDÃO" TEM COMO OBJETIVO A INCLUSÃO SOCIAL DE IDOSOS NA ZONA DE CACHOPO, NO CORAÇÃO DA SERRA ALGARVIA. ESTES IDOSOS, MUITAS VEZES, VIVEM SOZINHOS, ENFRENTAM DESAFIOS SOCIOECONÓMICOS E TÊM DIFICULDADE EM PARTICIPAR NA COMUNIDADE. O PROJETO PRETENDE OFERECER-LHES APOIO E OPORTUNIDADES PARA QUE POSSAM REINTEGRAR-SE NA SOCIEDADE E VIVER UMA VIDA MAIS PLENA. AJUDAMOS A:

1

Promover a socialização e a integração social dos idosos.

2

Promover a responsabilidade social/cívica.

3

Melhorar a qualidade de vida dos idosos.

Se conhece algum idoso que possa beneficiar deste projeto, contacte-nos.

800808000

JUNTE-SE A NÓS NO COMBATE À SOLIDÃO!



COM O APOIO DE:



# TURMA 9

---

Ivânia Cristina Santos - 2204496



**COMUNICAR É ESTAR!!**  
**A Língua que acolhe!**

• Programa destinado a imigrantes e refugiados

• RAM - Funchal - Freguesia de Sao Martinho

• Quebrar barreiras linguísticas para combater a exclusão e desigualdade social

*Ignorá-los não os fará desaparecer*

---

Juliana Brito – 2200496; Esmeralda Azevedo – 2204364; Maria Simões- 2204404  
Pedro Castanheira - 2204345

LISBOA INVISÍVEL: A SITUAÇÃO DOS SEM-ABRIGO

**IGNORÁ-LOS NÃO  
OS FARÁ  
DESAPARECER**

**VENHA FAZER PARTE DA MUDANÇA!**

Precisamos de doações e voluntários.

**DOE ROUPAS, MANTIMENTOS OU SERVIÇOS.  
E NÃO ESQUEÇA DA MAIS IMPORTANTE DOAÇÃO:  
O SEU TEMPO E ATENÇÃO.**

**CONTACTE-NOS: 0000-0000  
ENDEREÇO: RUA XXXX, LISBOA**

Paulo Gomes – 2204201



Vasco Morais nº 2300075; Cátia Mateus nº 2300231; Ana Paula Inês nº 2301945  
Susana Moreira nº 2204387



## *Almada, construindo pontes para todos*

---

Sandra Seromenho – 2204415



## Raízes da aceitação

Bárbara Faria – 2204251; Cátia Dias -2204442; Joana Filipa Pacheco – 2204191  
Tânia Sá Santos – 2204186



**RAÍZES DA**  
*Aceitação*

DIVULGAÇÃO  
8 de Janeiro // ÉVORA

“**Plantamos emoção,  
colhemos união.**”

**⚙️ Dirigir**  
Pessoas com autismo, reduzindo a **desigualdade**.

**⚙️ Desenvolver**  
A sociedade/pais/professores com formas de lidar, para a **Inclusão**.

**⚙️ Incluir**  
Com **estratégias** para serem adultos preparados para a inclusão no mercado de trabalho.

Cátia Sousa – 2204408

# MÃOS & CORAÇÕES ABERTOS



## No apoio aos refugiados

- Para ti que és refugiado e vives em Almada
- Ajudamos na tua integração, apoiamos na aprendizagem da língua portuguesa e na inclusão do teu novo quotidiano
- Apoiamos nos estudos, saúde, alimentação e na tua inclusão e cidadania
- Aparece em Almada na associação Mãos&corações

### **SAIBA MAIS:**

Telf. Grátis 999999999

Site: [Maos&coracoes.com](http://Maos&coracoes.com)



## Só porque na RUA faz frio

---

Andreia Pinto – 2204193; Carla Magalhães – 2204512; Filipa Silva - 2204218  
Márcia Teixeira – 2204293



**Só porque na  
RUA faz frio**

**Vem tomar um café.  
Vem aquecer a alma.  
Vem dividir o teu fardo.  
Vem dar-nos o gosto  
da tua companhia.**

Os direitos humanos são princípios fundamentais que procuram garantir a dignidade, liberdade e igualdade de todas as pessoas, independentemente de sua origem, raça, gênero, religião ou orientação sexual



**para mais informações  
estamos na  
Alameda das Linhas de  
torres, junto ao Hospital  
Pulido Valente.  
808 999 999**

Susana Ruivinho – 2300015



**JUNTOS, CONSTRUÍMOS  
LARES E ESPERANÇA**

**Onde:**  
Barreiro, Margem Sul do Tejo

**Para quem:**  
Pessoas Sem-Abrigo no Barreiro  
Homens, Mulheres, Casais, e Famílias

**Objetivo:**

- Proporcionar Habitação Estável
- Oferecer Apoio Psicossocial e Formação
- Prevenir Situações de Risco
- Integrar Vidas Sem-Abrigo

**JUNTE-SE A NÓS NA  
JORNADA PARA  
ACABAR COM A  
SEM-ABRIGO!**

Para mais informações:  
Telefone: 937 760 720  
Email: [apartamentospartilhados@nos.org.pt](mailto:apartamentospartilhados@nos.org.pt)



**ReComeçar**  
Apartamentos Partilhados  
para Pessoas em Situação de Sem-Abrigo  
Barreiro

**IPISA** **nos**

@Canva2024

**Pedro Portela – 2204188**



# Projeto Fénix

Nós damos as ferramentas, tu crias o futuro

Neste espaço o seu filho pode crescer e aprender em segurança, pode encontrar o apoio que precisa e os amigos que o ajudam a crescer. Pode ser futebolista, astronauta, pode ser ator e até cantor, neste espaço constrói um futuro, mas também pode sonhar.

Este espaço é teu, é nosso, e vamos fazer dele um espaço para todos

Para crianças do pré-escolar ao secundário

Contactos: 912 345 678  
Email: [projeto.fenix@gmail.com](mailto:projeto.fenix@gmail.com)  
Aberto das 7:00 às 22:00 (gratuito, inscrições disponíveis)

Vitor Pinto – 2204176

# *Idade Ativa: Valorizando a Sabedoria Sénior*



*Inclusão*



*Respeito*



*Valorização*

- Inclusão Social de Idosos: Aborda estereótipos negativos e isolamento.
- Interação Intergeracional: Promove encontros entre idades diferentes.
- Atividades Culturais e Educativas: Oficinas de arte e aulas de tecnologia.
- Melhoria da Qualidade de Vida: Foco no bem-estar dos idosos.
- Valorização da Experiência Sénior: Reconhecimento da sabedoria acumulada dos idosos.



## Tanta gente sem casa e tanta casa sem gente

Carlos Silva – 2204231

<p><b>O que é este Projeto?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Projeto para retirar os sem abrigo das ruas da cidade.</li></ul> <p><b>Qual o objetivo?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Colaboração de toda a comunidade para retirar os sem abrigo das ruas da cidade dando-lhes um novo lar</li></ul> <p><b>Como vamos fazê-lo?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Com equipas multidisciplinares no terreno para identificar quem se encontra nesta situação e ajudá-los a saírem dessa condição</li></ul>	<p><b>Tanta gente sem casa e tanta casa sem gente</b></p> <p><b>Quem pode ajudar?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Bombeiros;</li><li>- Segurança Social;</li><li>- Instituto de Emprego;</li><li>- Camara Municipal;</li><li>- Forças de Segurança;</li><li>- Cáritas;</li><li>- Escuteiros;</li><li>- Comerciantes;</li><li>- Proteção Civil</li><li>- Restaurantes;</li><li>- Todos os munícipes.</li></ul>	<p><b>Como Ajudar?</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Fazendo Doações de roupa e produtos de higiene pessoal;</li><li>- Identificando casas desabitadas que podem acolher os sem abrigo;</li><li>- Oportunidades de emprego;</li><li>- Prestação de cuidados de saúde;</li><li>- Apoio para a aquisição de medicamentos;</li><li>- Ajuda na regularização de documentos;</li><li>- Doações de refeições e outros alimentos;</li><li>- Apoio psicossocial;</li><li>- Contribuir com programas ocupacionais;</li><li>- Contribuir com programas educacionais;</li><li>- Promover a inclusão social através de eventos culturais</li><li>- Programas para a reabilitação para a dependência;</li><li>- Estabelecer redes de apoio comunitário.</li></ul> <p>Telefone - 258123456</p>
--	---	--

## *Criando laços juntos, vencemos a solidão*

---

Cátia Gouveia – 2204310; Fátima Bento Lima – 2204418; Florbela Oliveira Duarte – 2204391



*ASSOCIAÇÃO*  
*Companhia Solidária*  
Criando laços juntos, vencemos a solidão

**Voluntaria-te**

Se tens mais de 18 anos, vem apoiar os nossos idosos, juntos contra a solidão.

*Lisboa*

Microsoft Bing - Image Creator. From Daigou (2023).

Carmen Botelho – 2204459; Inês Moreira – 2204479; Dina Cardoso – 2204475

### Objetivo principal

Promover a inclusão da comunidade cigana e combater a marginalização. Através do combate às desigualdades econômicas, educacionais, habitacionais e de acesso a serviços, procura-se promover uma mudança estrutural e cultural na sociedade. O objetivo é garantir igualdade de oportunidades, ao mesmo tempo em que se respeita a identidade cultural cigana.



### Público-alvo

Comunidade cigana em áreas urbanas de Portugal, instituições governamentais, empresas, escolas e a população em geral.

### INTEGRAÇÃO E RESPEITO: COM A COMUNIDADE CIGANA

*Construindo Pontes para a  
Igualdade e Inclusão!*



OS CIGANOS  
EM PORTUGAL

### *Junte-se ao projeto Inclusão e Respeito*

*Faça a diferença na comunidade cigana em Portugal. Acreditamos num futuro onde todos têm oportunidades justas e são valorizados pela sua riqueza cultural. Vamos construir juntos um caminho para um Portugal mais inclusivo e diversificado.*

Marta Leite – 2301897

## **Educação para Todos: Construindo Pontes, Transformando Vidas**



**Combate à desigualdade educacional em comunidades de baixo rendimento.**

Vem conhecer e  
participar neste  
projeto

[www.desigualdadeeducacional.pt](http://www.desigualdadeeducacional.pt)

Ana Cristina Santos – 2204215; Diana Brandão – 2204533; Lara Pereira - 2204215  
Lúcia Rosa – 2204373

## EDUCAÇÃO PARA TODOS

# UNIDOS PELA DIVERSIDADE FORTALECIDOS PELA DESIGUALDADE

Procuramos envolver todas as crianças e adolescentes em idade escolar do bairro da Cova da Moura e cultivar parcerias colaborativas com as suas famílias de modo a promover o sucesso escolar e pessoal

As nossas actividades :

- Oficinas culturais e artísticas
- Programas de orientação académica
- Sensibilização contra o racismo
- Espaços para diálogo entre comunidade e escolas

DIGA NÃO À TODO TIPO DE  
**PRECONCEITO E DESIGUALDADE.**

**JUNTEM-SE A NÓS**

Contacto : 910 000 000

Local: Bairro da Cova da Moura

Dévoira Cortinhal – 2302171



# Serviço de Integração para Imigrantes

## Construir Pontes para a Inclusão

Uma iniciativa voltada para a criação de conexões e oportunidades que promovem a inclusão social, quebrando barreiras e fortalecendo laços na comunidade.

Intercâmbio cultural e social  
para imigrantes recém-chegados

Voluntários

saiba mais em:

[www.sii.gov.pt](http://www.sii.gov.pt)(ilustrativo)





Música para Tod@s

Vem descobrir o poder transformador da Música

Para crianças dos 2 aos 16 anos do Bairro Social de Olival

Auditório do Centro Social e Cultural de Olival todos os sábados das 9h às 12h

Ana Cristina Santos – 2204413; Vera Oliveira – 2204491



Se não puder ligar,  
envie SMS:  
**3060**

"Tinha receio que não  
acreditassem em mim.  
Pedi ajuda e senti-me  
apoiada"

ligue:

**800 202 148**

**MULHERES EM AÇÃO**  
Prevenção e emponderamento  
contra a **violência doméstica**

Filipe Fernandes - 2204232



**28**  
Jun

~~DADE~~  
**HOMOSSEXUALISMO**  
JÁ NÃO É UMA DOENÇA

1º Encontro da Diversidade Sexual

Debates | Roda de Conversa | Sessão da Cultura  
(com convidados especiais)

 **Famalicão**  
CÂMARA MUNICIPAL

**ILGA**  
INTERVENÇÃO LÉSBICA  
GAY, BISSEXUAL, TRANS  
E INTERSEXO  
ILGA-PORTUGAL.PT

Entrada Gratuita | Início às 14:00h  
Parque de Sinções, Portugal, Av. Carlos Bacelar  
4760-103 Vila Nova de Famalicão

# Migração e Imigrantes: os desafios da Igualdade, Inclusão e Cidadania

Isa Ferreira Monteiro – 2204417

Migração e Imigrantes:  
Os desafios da  
Igualdade, Inclusão e  
Cidadania

## CII

Centro de  
Integração para  
os Imigrantes

