



Visita de Estudo ao Jardim Botânico Tropical

Vi a ponte 25 de Abril, o Padrão dos Descobrimentos e a Torre de Belém. Gostei de ver os lagos com pedras dentro de água. A Igreja dos Jerónimos é muito antiga, do tempo dos reis. Vi árvores de floresta, patos, gansos e pavões que abrem a cauda em leque. **Cassiano Cassule**. Gostei mais do Jardim onde almoçámos. O Jardim Botânico também é lindo. No Palácio havia vestidos, azulejos e projeção de vídeos. **Marta Ferreira**. Gostei muito de ver as paisagens e a igreja, de ver os pássaros, os patos, as árvores com raízes grandes e com os nomes. Rezei na Igreja dos Jerónimos. Eu gostei muito da visita e da parte do museu.

Eduardo Freire



Gostei mais de ver o esquilo, fugiu e nunca mais o vi. Também gostei de ver os patos e os pavões. Fomos ver o museu e gostei de tudo. **Marlene Costa**.



Visita de Estudo ao Jardim Botânico Tropical

Página 2



Gostei do Jardim Botânico, dos lagos dos patos dos pavões e do esquilo. Tivemos que descobrir os nomes das árvores e explorámos o jardim. Vimos o jardim clássico com sebes. Vimos a exposição que tinha ecrãs a passar filmes antigos a preto e branco e no fim estivemos nas camas de rede e gostei muito. Almoçámos e descontraímos e fomos à igreja do Mosteiro dos Jerónimos e quem quis rezou. Depois fomos ao CCB-Centro Cultural de Belém. Também vimos o Padrão dos Descobrimentos. Foi uma visita muito boa. **Rafael Januário**. Divertimo-nos, vimos as plantas, agapantos e outras. Vimos pavões e os patos vinham atrás de nós. Vimos um jardim oriental e um clássico. Depois vimos uma exposição de arte com loiças, vestidos e coisas antigas, vimos um filme sobre o Brasil Deitámo-nos nas camas de rede e foi bom. **João Sanca**



Deitei-me na cama de rede e gostei muito. Gostei de ver o esquilo e os gansos que tinham pescoço comprido. Fomos ao museu e à igreja de Belém, há muito tempo que não ia lá. É bom para não ter sempre a mesma rotina e não ser sempre casa curso, para conhecer coisas novas e conviver. **Carmen Ferreira**

É ter uma família, um bom trabalho que pague bem, ter amigos de confiança, ter vontade de ir à luta e ter governos que se preocupem verdadeiramente com o país. **Luís Vieira**. É ter carinho, afeto, amor e bons conselhos. Ter mais algum dinheiro. Construir a minha própria família. **Daniela Breda**. É estarmos bem, não termos problemas, termos um passatempo para nos distrairmos. É ter uma vida saudável, viver num ambiente de tolerância e respeito e saber fazer escolhas. **Rafael Januário**. É conhecer pessoas novas e mudar de ares. É estarmos bem connosco próprios e vir todos os dias ao Curso. É ter alguém que goste de nós e sermos ajudados pelos outros quando precisamos. **Carmen Ferreira**. É ter uma vida estável. É trabalhar, ter força de vontade para conquistar os nossos objetivos. É ter apoio. **Nelson Sotto Maior**. É ter algum dinheiro, ter saúde, amar os outros, ter família e amigos. É escolher ir à luta. **M^a Felícia**. É fazer as coisas em casa **Marlene Costa**. É termos muita coragem para ultrapassarmos as dificuldades. É fazermos uma boa alimentação, dormir o suficiente e ter saúde. É também ter afecto, carinho, amor, e amizade. **M^a João Louro**. É cuidarmos de nós, não desistir e lutar pelos nossos sonhos. **Cátia Tavares**

Pirilampo Náutico foi no dia 28 de Maio



Gostei de andar de canoa e não tive medo. Fomos também ao Oceanário, vimos os peixes e as lontras. **Vanessa Garcia**



Inclusão Profissional



A **Filipa Sousa Costa** realizou o **Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade no Centro de Formação Profissional do CECD Mira Sintra**. Posteriormente, foi encaminhada para o Centro de Recursos do CECD onde foi beneficiária de Apoio à Colocação, realizando Contrato de Trabalho a Termo Certo com o **Pingo Doce - Distribuição Alimentar SA**, que iniciou no dia 07/05/2018, por um período previsível de 6 meses.

A Filipa encontra-se a desempenhar tarefas na área da peixaria e está muito satisfeita! Desejamos à Filipa muito sucesso e a continuidade de um excelente trabalho!

QUALIDADE DE VIDA

Página 4

É não nos desleixarmos e cuidarmo-nos mais da nossa alimentação e bem estar. É ter uma casa própria. É ajudar os outros. **Alina Pires** É ter um trabalho e ter mais dinheiro. **Marta Ferreira** É ter saúde. É ter uma casa, fazer uma boa alimentação e exercício físico. É ter apoios. **Rafael Ferreira.**



Os produtos azeite e sal aromatizado, estão disponíveis para venda, a preços muito acessíveis.

O Curso de Assistente Familiar e de Apoio à Comunidade do Centro de Formação Profissional participou na actividade de confeção dos produtos gourmet, do CECD.



Azeite Aromatizado

- ✓ Alho
 - ✓ Orégãos
 - ✓ Louro, Alecrim e Malagueta
- Preço: 3,00€



Sal aromatizado

- ✓ 3 pimentas
 - ✓ Tomilho
 - ✓ Coentros
- Preço: 2,50€



C.F.P.
Centro de Formação Profissional

Formação Contínua Turma 3

Numa palavra:

CONHECIMENTO—Carlos Vicente

GOSTEI—Tiago Arsénio

COMPREENSÃO—João Miguel

ATITUDE—Andreia Silva

NOVOS AMIGOS—Diogo Frade

APRENDER—Brayner Moura

ESTÁGIO—Helena Costa

AMIZADE—Paulo Ribeiro

IAOQE-INFORMAÇÃO, AVALIAÇÃO, ORIENTAÇÃO PARA A QUALIFICAÇÃO E EMPREGO

Estou contente por acabar a experiência porque fico em casa a descansar. Gostei de estar aqui e quero voltar como formando. Volto em Setembro. **Edjomil**

Correu bem, esta experiência, tirando alguns fatores, correu bem. Vou ficar em casa e depois volto em Setembro para fazer o Curso de Operador de Serigrafia. **João Felix**

O Centro de Emprego mandou-me para este Centro de Formação, comecei em Abril. No principio achei um bocadinho chato vir todos os dias porque não esta habituada. Agora gostava de ficar até ao final do mês. Gostei muito

desta experiência, nós fizemos um pouco de tudo, quando formos para uma empresa é importante sabermos fazer um pouco de tudo. Vou iniciar o Curso de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade em Setembro e cá estarei. **Marisa Sousa**. Já experimentei a área de Reparação e Manutenção, a área de Serigrafia, a área de Assistente Familiar e Apoio à Comunidade e vou escolher o Curso de Serviços de Reparação e Manutenção, gosto muito de lixar madeira, envernizar, de lavagem auto e de pintar. Acabo



esta experiência dia 18 de Julho. **Cláudia Correia**. Só experimentei um área, a de Serigrafia e só quero esta, gostei muito de imprimir, recuperar telas mas há muitas coisas que não fiz. Agora volto em Setembro como formanda. Gostei de estar aqui, de conhecer outras pessoas e de fazer coisas que nunca tinha feito. **Cristina Esteves**. Esta experiência que eu estou a fazer, estou a gostar, há coisas que já fiz outras não, já escolhi o que quero seguir, Operador de Serigrafia. Volto em Setembro. **Adilson Correia**

Formação Contínua Turma 3

Fizemos coisas novas. Podia ser mais tempo. **Susana Mochão**. Gostei muito do Curso porque aprendi coisas novas. Não gostava de mexer com facas e agora já não tenho medo, descasco cebolas, batatas e fruta. Gostava de aprender ainda mais. **Joana Lopes**. Para mim foi bom saber os sinais de segurança e outras coisas que eu não sabia. Assim sabemos como utilizar os extintores por exemplo. Ainda tenho esperança que me façam um part-time no Hotel. **Adelino Teixeira**. Foi bom, é pena não ter arranjado emprego, agora vou ficar em casa. **Brayner Moura**. Para mim o Curso de Higiene e Segurança no Trabalho foi bom porque ajudou a melhorar os conhecimentos. Tive aulas mais aprofundadas e fizemos pesquisas. Quero trabalhar mas ainda não sei o que fazer. Tenho que ir à procura. **Blener Braga**. Foi bom, aprendi muitas coisas novas nas aulas. Não gostava de ficar na Planta Livre mas queria outro trabalho, educadora de crianças. **Andreia Silva**.



O **Rodrigo Oliveira** realizou o **Curso de Operador de Jardinagem no Centro de Formação Profissional do CECD Mira Sintra**. No âmbito do seu curso, realizou Formação Prática em Contexto de Trabalho na **Junta de Freguesia da Mina de Água** (concelho da Amadora), que posteriormente submeteu uma candidatura a Contrato Emprego-



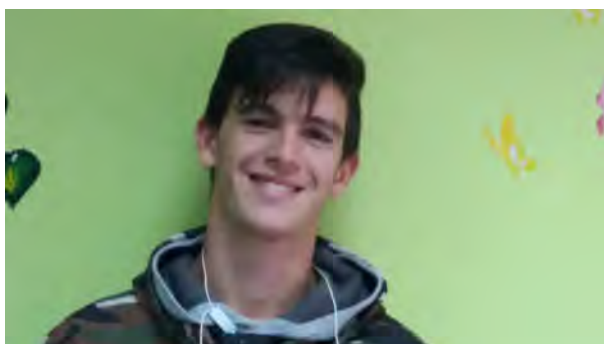
Inserção Mais que o Rodrigo iniciou a 18/07/2018, por um período de 12 meses. Este Contrato é uma das medidas de emprego do IEFP que visa, através da realização de

atividades que satisfaçam necessidades sociais ou coletivas temporárias a nível local ou regional, apoiar a (re)inserção profissional.



O **Vasco Amorim** realizou o **Curso de Serviços de Reparação e Manutenção no Centro de Formação Profissional do CECD Mira Sintra**.

Posteriormente, foi encaminhado para o Centro de Recursos do CECD onde foi beneficiário de Apoio à Colocação, realizando Contrato de Trabalho a Termo Certo com a empresa **Galucho SA**, que iniciou no dia 16/07/2018 por um período previsível de 6 meses. O Vasco encontra-se a desempenhar funções de Operador de Máquina, auxiliando os colegas a verificar a qualidade das peças fabricadas.



Ficha Técnica: Coordenação - Assunção Santos. **Técnicos participantes:** Tânia David; **Formandos participantes**—Luís Vieira; Daniela Breda; Alina Pires; Cassiano Cassule; Marta Ferreira; Vanessa Garcia; Rafael Januário; Marlene Costa; Carmen Ferreira; Cátia Tavares; Jorge Rodrigues; Rafael Ferreira; Pedro Guterres; José dos Santos; Reinaldo Semedo; João Sanca; Leonardo Pimentel; Nelson Maior; M^a João Louro; Vítor Hugo; Eduardo Freire; João Gomes; M^a Felícia.