



## **A ABLA NAS INTERRUPTÕES LETIVAS**

Ao longo do ano escolar, e durante as várias interrupções letivas nele existentes, as crianças do agrupamento com o qual temos uma parceria de longa data, Agrupamento de Escolas de Parede, têm a oportunidade de participar em programas educativos criativos, mantendo-se ativas e envolvidas. Em vez de estarem em casa, os pequenos exploram atividades como workshops de arte, experiências científicas e culturais, jogos desportivos, variados passeios, tudo adaptado às suas idades que variam entre os 3 e os 12 anos de idade.

Apesar de ser uma resposta de AAAF, CAF e SALTO, às famílias que precisam de trabalhar nestas alturas de interrupções, o objetivo destes programas, é o de estimular a criatividade e aprendizagem de forma divertida, assim como promover o desenvolvimento social, emocional e físico das crianças, valorizando sempre o descanso e o brincar de forma livre.

Nestas alturas, as crianças desenvolvem uma maior convivência com crianças de outras salas, turmas e escolas, o que resulta numa maior empatia entre os seus pares.

São sempre alturas do ano de grande expectativa por parte das nossas crianças e de muito trabalho e dedicação por parte das pessoas envolvidas, mas que resulta num tempo muito divertido e de muita animação para ambas as partes. E é isso que pretendemos, uma pausa escolar equilibrada, onde as crianças se sintam felizes e motivadas, aprendendo de forma descontraída e socializando com os amigos.



## O SEU ZERO VALE MUITO!

Sabia que há uma forma de **apoiar a ABLA sem qualquer custo**? Basta atribuir a sua consignação de IRS à ABLA, através do preenchimento do campo 1101, quadro 11, da folha de rosto do modelo 3, com o **NIF 501 428 925**.

Este gesto não tem qualquer custo para o contribuinte, pois é um benefício que o Estado Português atribui às instituições sociais.

**Ao atribuir a sua consignação à ABLA, está a contribuir para que mais de 2.500 pessoas continuem a ser apoiadas diariamente.**



**abla** portugal

**COM UM SIMPLES GESTO,  
PODE TRANSFORMAR VIDAS!**

Consignar o seu IRS não custa nada,  
mas faz toda a diferença para nós.

faça scan para mais  
informações

NIF:  
**501428925**

214 940 000 | www.abla.org | @abla.portugal

o seu ZERO vale muito!



## CADA IMAGEM CONTA UMA HISTÓRIA

### Uma experiência inesquecível na Guiné-Bissau

"De 25 de janeiro a 1 de fevereiro, tive o privilégio de visitar a Guiné-Bissau e testemunhar de perto o impacto do trabalho dos parceiros da ABLA. Foi uma experiência transformadora que mudou a minha forma de ver a fé, a educação e a realidade social do país.

Visitei uma escola e fiquei impressionada com a vontade genuína das crianças de aprender. Ao contrário do que muitas vezes acontece em Portugal, onde estudar pode ser visto como uma obrigação, ali vi alunos

verdadeiramente motivados, que respeitam os professores e valorizam cada oportunidade de adquirir conhecimento.

Se em todos os lugares fomos bem recebidos, nas ilhas das Galinhas e de Soga esse acolhimento foi ainda mais especial. As crianças das ilhas foram extremamente carinhosas e acompanhavam-nos por todo o lado. Brincámos muito com elas e, no final, seguiram-nos até ao barco, por mais longo que fosse o caminho. O amor e a alegria com que nos receberam marcaram-me profundamente e fizeram destas visitas um dos momentos mais especiais da viagem.

Esta experiência mostrou-me a importância do trabalho social e da missão que estão a ser feitos, mas também a urgência de mais apoio. Acima de tudo, ensinou-me que, mesmo diante dos maiores desafios, a fé e a determinação podem mudar vidas."

Mariana Costa (voluntária)



Programa  
**Anos Incríveis**

O Programa "Anos Incríveis" (Incredible Years) é um programa de prevenção/intervenção parental, desenvolvido nos EUA por Carolyn Webster-Stratton. **Início a 26 março 2025**

**Para mais informações:**  
Contacte a equipa do projeto ETAPA através do e-mail: [desenvolve@abla.org](mailto:desenvolve@abla.org)

**The Incredible Years**  

É com grande entusiasmo que partilhamos que se irá realizar a **6ª Edição na ABLA do programa "Anos Incríveis"** (Incredible Years).

Este programa de prevenção e intervenção parental foi desenvolvido nos EUA por Carolyn Webster-Stratton e conta com muitos anos de validação científica, demonstrando a sua eficácia no apoio aos pais/cuidadores de crianças dos 3 aos 8 anos.

O programa Anos Incríveis visa ajudar as famílias a lidarem com os desafios comportamentais e emocionais típicos da infância, promovendo uma parentalidade positiva e o desenvolvimento saudável das crianças. Ao longo de 14 sessões, o programa oferece ferramentas práticas e eficazes através de uma metodologia experiencial, que inclui o visionamento de vídeos, discussão em pequeno e grande grupo, chuva de ideias, prática de novas estratégias, recomendação de leituras e auto-monitorização.

É uma experiência que vai além de uma simples formação: é um verdadeiro espaço de aprendizagem, reflexão e partilha de vivências.

Os conteúdos das sessões abordam temas essenciais para o desenvolvimento das crianças, como o brincar, a autoestima, o elogio, o estabelecimento de regras e limites eficazes, entre outros.

As sessões serão realizadas semanalmente, na ABLA Carcavelos, com uma duração aproximada de 2 horas/ sessão, à **quarta-feira no horário das 12h30 às 14h30 a partir de dia 26 de março de 2025.**

Inscrição

Descubra mais



*Copyright © 2025 ABLA Portugal, All rights reserved.*

Want to change how you receive these emails?  
You can [update your preferences](#) or [unsubscribe from this list](#).

