

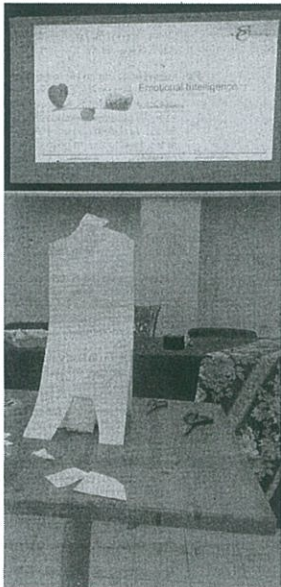
Espaço Escola Profissional de Aveiro

Agrupamento de Escolas de Albergaria a Velha participa em curso de formação sobre Inteligência Emocional, em Palermo.



Marcelo Soares Pinho

Curso Vocacional de nível Secundário em Eletrónica, Automação e Comando da EPA



Dois elementos da equipa Centro Qualifica do Agrupamento de Escolas de Albergaria-a-Velha participaram num curso sobre Inteligência Emocional, em Palermo, Itália.

A importância e a aquisição de conteúdos específicos sobre este tema, motivou o Centro Qualifica na escolha desta formação, que envolve competências fulcrais no desenvolvimento pessoal e profissional, com reflexo na qualidade das relações criadas com os jovens e adultos com quem contactam diariamente.

O curso proporcionou a Mónica Leal, Psicóloga, e ao Rui Barbosa, professor de Matemática:

- Identificar e compreender as competências associadas à inteligência emocional e a sua importância na sala de aula e no local de trabalho;
- Melhorar o pensamento crítico, resolução de problemas

e competências de tomada de decisão, bem como capacidade de liderança;

- Controlar as emoções;
 - Construir melhores relacionamentos com os alunos e colegas no local de trabalho.
- Depois da experiência, fica o seu testemunho:

"A necessidade de comunicação com pessoas de outras nacionalidades nos dias de hoje levou-nos a outra aprendizagem resultante desta experiência, nomeadamente colocar-nos à prova para superar as nossas

barreiras na língua inglesa. Todo o curso e convívio com os restantes elementos, levou-nos a melhorar o domínio do Inglês, porque o contacto que se gera durante uma semana não se coaduna com uma meia dúzia de frases que todos nós conhecemos. As conversas ao final do dia com os nossos novos amigos levaram-nos a conhecer outros modos de vida e outras organizações que, apesar de similares às nossas em termos de função, operam de uma



mancira bastante diferente.

Finalizada esta experiência, uma semana de crescimento e de evolução em que aprendemos e transmitimos diferentes modos de vida, de pensamento, de ser e, acima de tudo, de identificarmos e gerirmos as nossas emoções, podemos afirmar que queremos continuar a aprender/crescer e partilhar os nossos saberes e experiências profissionais com os nossos colegas. Após esta semana de trabalho, a nossa missão é transmitir às pessoas que na Vida não há problemas, apenas Oportunidades".

Esta ação foi financiada pelo Erasmus+, integrada num projeto de Educação de Adultos coordenado pela AEVA.



Estar em um país que para mim era totalmente desconhecido e estar em contacto com outras pessoas, costumes, culturas e língua, foi uma experiência única e incrível!

Estagiei em Sevilha, na empresa Ascensores Fit, uma empresa de elevadores. Ali desenvolvi diferentes tarefas, como montagem, reparações e manutenção de elevadores. Os trabalhos eram realizados sempre em locais diferentes, o que me permitiu conhecer vários pontos da cidade de Sevilha e de algumas cidades vizinhas. Uma das minhas maiores dificuldades foi a comunicação com a equipa de trabalho e o facto de ser o único português no meu estágio. Mas os relacionamentos com as pessoas da minha empresa eram bastante positivos, pois eram pessoas simpáticas e muito divertidas!

Tive a oportunidade de visitar muitos pontos importantes da cidade, como por exemplo museus, monumentos, parques, locais de lazer e de diversão. O acesso a estes e outros locais era muito fácil porque existe uma extensa rede de transportes públicos, o que nos permitia fazer viagens por apenas 0,70 €.

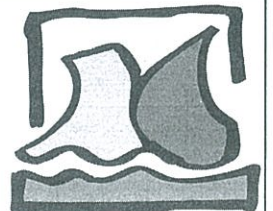
A gastronomia em Espanha é muito boa, mas bastante diferente de Portugal. Tive oportunidade de comer alguns pratos que tinha curiosidade de provar tais como: paella, gaspacho, tortilha, papas alioli, alioli, papas alioli...

Foram dois meses de grande aprendizagem e de experiências inesquecíveis.

O aluno, bolsheiro do programa Erasmus+, refere que
"Com toda a certeza repetiria tudo outra vez!"



A vida na escola.
Aveiro | Sever do Vouga



Escola Profissional
AVEIRO

cofinanciado por:



www.epa.edu.pt