



HISTÓRIAS COM VALOR

Agarrar oportunidades



Os filhos estavam a estudar e Sofia sabia bem como era importante que assim continuassem. Com o apoio do Fundo Social Europeu, a sua história transforma desalento em oportunidade.

A ideia de Mudar preenchia a vida de **Sofia**. Era um tempo difícil, como são todos os que viram afetos do avesso. O divórcio que acabava de enfrentar trazia-lhe a sensação de vulnerabilidade e cegava-lhe o horizonte. Com 50 anos e dois filhos, Sofia estava sozinha, mas "queria muito" que o seu filho, a estudar na Universidade, "concluísse os estudos". Afinal, queria dar aos filhos o apoio que sempre tinham tido mas a situação financeira da família era agora bem mais frágil e o que ganhava não era suficiente "para fazer face a todas as despesas", lembra.

"Todos os dias pensava na forma de dar a volta à situação", refere Sofia. E saber da existência do projeto de Empreendedorismo Feminino na ACIST - Associação Comercial e Industrial do Concelho de Santo Tirso, deu-lhe alento. "A oportunidade que procurava" estava ali e não se podia "dar ao luxo de desperdiçar oportunidades". Decide então inscrever-se no curso.

Soma diplomas e competências adquiridas e tudo conta: tinha o ensino secundário completo, um curso profissional de geriatria que concluía na instituição onde trabalhava a meio tempo e alguma experiência profissional. E foram estas as bases para "sonhar em criar" o seu próprio negócio. A paixão pela idade maior, o "gosto, muito grande, em poder ajudar os idosos" faziam parte de si e foram a inspiração para a criação de um negócio em que pudesse prestar apoio domiciliário aos que mais precisam. A ACIST apoiou-a "na concretização desta ideia" que dava novo rumo às suas manhãs livres.

Frequentou a formação nas áreas de gestão, liderança, igualdade de oportunidades e informática e melhorou os seus conhecimentos sobre o funcionamento de uma empresa. Perceber os aspetos positivos e as dificuldades que uma empresa pode enfrentar, não desencorajaram Sofia: como "tinha muita vontade e necessidade, agarrei a oportunidade". A etapa seguinte centrou-se na elaboração do plano de negócios, com o apoio de consultoria dos técnicos da ACIST. A 2 de novembro de 2011 Sofia iniciava a nova atividade.



Sofia Almeida Mendes

Orgulha-se de apostar na qualidade do seu serviço. Considera-o mais personalizado do que o apoio domiciliário prestado pelas instituições habituais. Além das refeições e da higiene pessoal do idoso, dedica-se a um acompanhamento feito de conversa, partilha, carinho e de companhia permanente durante o serviço prestado. "A minha dedicação é total e a família reconhece a qualidade e a mais-valia do meu trabalho". Diz sentir-se "bastante satisfeita" embora gostasse, a médio prazo, de aumentar o negócio contratando mais colaboradores para a sua empresa.

Não abdica da qualidade e do afeto que são, para si, os principais pontos fortes desta atividade. Sofia Mendes sabe como ser distintiva. Procura "as pessoas certas para continuar o projeto numa lógica de confiança e de excelência".

Com um emprego à tarde e este novo desafio a ocupar-lhe as manhãs, com vários clientes já fidelizados, Sofia considera que "aquilo que fiz até agora já permitiu melhorar a minha vida e sentir-me realizada". Acredita num "futuro melhor", mas com o "tempo que for necessário e muita ponderação". Palavras sábias.

A **ACIST** desenvolveu **ações de formação e de apoio ao empreendedorismo das mulheres**, apoiadas pela **CIG** através do POPH. O objetivo deste projeto é apoiar as mulheres que pretendem criar o próprio emprego, independentemente da sua situação face ao emprego. Santo Tirso é um dos municípios nacionais com taxa de desemprego mais elevada, situada acima dos 20%. As mulheres são as mais afetadas, fenómeno potenciado pela crise do sector têxtil na região e pela ausência de captação de novos investimentos. A aposta no empreendedorismo, apoiando mulheres na criação do seu próprio emprego, é uma forma de contribuir para o desenvolvimento da região.

- Ações de Formação (Igualdade de género, Gestão/Relações interpessoais/Liderança/Tecnologias de informação) com carga horária compreendida entre 133h e 194h;
- Ações de consultoria (80h por empresa), com possibilidade de atribuição de prémio ao arranque (12 meses x IAS Indexante Apoios Sociais = 5.030,64€);
- Ações de suporte à criação de redes interempresas. Criação de 8 empresas (o projeto ainda está a decorrer).



INSTITUTO DE GESTÃO
DO FUNDO SOCIAL EUROPEU, I.P.

Rua Castilho, nº 5 - 6º, 7º e 8º
1250-066 Lisboa
T/ 21 359 16 00
F/ 21 359 16 03
www.igfse.pt

