

IDENTIFICAÇÃO DO MÉTODO E DAS ÁREAS APLICÁVEIS PARA A IMPLEMENTAÇÃO DO PROGRAMA MOTIVACIONAL DO PROJETO MOLA

1

Introdução

1.1. Visão Geral do Projeto “Mães que Olham em Frente” (Mothers Looking Ahead)

1.2. Objetivo do Roteiro

2

Investigação & Análise

2.1. Atividades de Investigação

2.2. Recolha de Dados

3

Resultados Principais

3.1. Resultados Principais dos Questionários Online

3.2. Resultados Principais das Entrevistas

4

Dificuldades Específicas por País

4.1. Eslováquia

4.2. Grécia

4.3. Bélgica

4.4. Portugal

4.5. Irlanda

5

Recomendações Específicas por País

5.1. Eslováquia

5.2. Grécia

5.3. Bélgica

5.4. Portugal

5.5. Irlanda

1

Introdução

1.1. Visão Geral do Projeto “Mães que Olham em Frente” (Mothers Looking Ahead)

O projeto "Mães que Olham em Frente" (Mothers Looking Ahead - MOLA) tem por objetivo apoiar a inclusão educativa e profissional de mães, aumentando a sua motivação para reconsiderar o reingresso na educação ou na formação na nova era da formação ministrada na Europa. O projeto oferece serviços de apoio, incluindo orientação profissional, capacitação, motivação, competências transversais, competências digitais básicas e formação de preparação para o emprego, para ajudar as mães a continuar e concluir a sua educação ou formação e a encontrar emprego.

O MOLA tem como objetivo acompanhar as mães, com especial destaque para as que enfrentam menos oportunidades, que residem em zonas rurais e remotas, que enfrentam dificuldades socioeconómicas ou que se deparam com qualquer outra fonte potencial de discriminação, incluindo as que têm antecedentes migratórios. O projeto destina-se a mães com um baixo nível de aptidões, conhecimentos e competências, incentivando-as a reconsiderar a possibilidade de reingressar na educação ou na formação na nova era de formações oferecidas na Europa (online, híbrida, presencial). Serão prestados serviços de apoio para as alinhar com as competências do século XXI, abrangendo a orientação profissional, a capacitação, a motivação, as competências transversais, as competências digitais básicas e a formação para a preparação para o emprego. O objetivo é facilitar às mães a continuação e a conclusão dos seus estudos ou formação e a procura de emprego. Reconhecendo a natureza sensível dos desafios enfrentados por muitas mães, o projeto dá ênfase à sensibilidade em cada fase para envolver e manter o seu envolvimento ao longo do seu percurso educativo.



1

Introdução

1.2. Objetivo do Roteiro

O principal objetivo deste roteiro é fornecer um plano claro, estruturado e acionável para enfrentar os desafios únicos identificados através da nossa investigação exaustiva sobre mães em vários países, incluindo Eslováquia, Grécia, Bélgica, Portugal e Irlanda. Este roteiro serve de guia estratégico para desenvolver e implementar soluções específicas que capacitem e apoiem as mães nas suas vidas pessoais e profissionais.

Principais Objetivos do Roteiro




a. Identificar Áreas Problemáticas

Com base na investigação realizada, identificámos áreas problemáticas específicas que as mães enfrentam, como a falta de competências digitais, dificuldades em equilibrar a vida profissional e familiar, acesso limitado a oportunidades de emprego flexíveis e sistemas de apoio insuficientes. O roteiro destaca estes desafios em pormenor para cada país.



b. Propor Soluções à Medida

Para cada problema identificado, o roteiro propõe soluções práticas e específicas para cada país. Estas soluções são concebidas para abordar diretamente os problemas enfrentados pelas mães, oferecendo-lhes recursos, formação e apoio para ultrapassarem esses desafios. Os exemplos incluem ligações a cursos de competências digitais, plataformas de emprego flexíveis e grupos de apoio locais.



c. Facilitar a Colaboração e a Personalização

Cada país parceiro pode utilizar este modelo de roteiro para introduzir os seus dados e soluções específicos, garantindo que as estratégias são adaptadas às necessidades específicas das mães da sua região. Os elementos interativos e os marcadores de posição permitem uma fácil personalização e atualização da informação.

2

Investigação & Análise

2.1. Atividades de Investigação



De janeiro a março de 2024, foi levada a cabo uma iniciativa de investigação abrangente em **cinco países da UE: Eslováquia, Grécia, Bélgica, Portugal e Irlanda**. O objetivo foi explorar as atitudes e experiências das mães relativamente ao equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar e identificar as suas necessidades e desafios em termos de desenvolvimento de carreira. A investigação utilizou questionários online e entrevistas aprofundadas para recolher dados qualitativos e quantitativos.

2.2. Recolha de Dados



Questionários Online: 30 questões, duração de 15-30 minutos.

Os questionários online foram concebidos para recolher um vasto leque de informações das mães sobre o equilíbrio entre a vida profissional e a vida familiar, as suas aspirações profissionais e os desafios que enfrentam. Os questionários consistiram em 30 perguntas, tendo durado cerca de 15 a 30 minutos a preencher. As perguntas visavam recolher dados sobre vários aspetos das suas vidas profissionais e pessoais, incluindo a sua atual situação profissional, a satisfação no trabalho, os obstáculos à progressão na carreira e os tipos de apoio que consideram mais benéficos.



Entrevistas: 10 participantes por país, 10 tópicos, 3-6 perguntas por tópico, 45-60 minutos cada.

Foram efetuadas entrevistas aprofundadas a 10 participantes de cada um dos cinco países. Estas entrevistas permitiram uma compreensão mais pormenorizada das experiências e perspetivas dos participantes. Cada entrevista durou entre 45 e 60 minutos e abrangeu 10 tópicos chave, com 3 a 6 perguntas por tópico. As entrevistas centraram-se em histórias pessoais e exemplos específicos para realçar os desafios e sucessos individuais na conciliação das responsabilidades profissionais e familiares.

A combinação de investigação documental e de campo permitiu uma investigação aprofundada das **potenciais lacunas e necessidades**. Isto incluiu a análise da forma como as mães abordam atualmente a orientação profissional, a motivação e a capacitação, bem como a sua consciência e implementação destes processos em contextos de ensino, aprendizagem e tutoria.

Os resultados desta investigação são cruciais para informar o desenvolvimento de um roteiro direcionado e o enquadramento final de um programa motivacional. Este programa visa fornecer objetivos de aprendizagem adaptados e estratégias acionáveis que podem ser implementadas para apoiar as mães em toda a UE no seu desenvolvimento profissional e no equilíbrio entre a vida profissional e pessoal.

3

Resultados Principais



3.1. Resultados Principais do Questionário Online

Dados Demográficos



A maioria das inquiridas situava-se na faixa etária dos **35-44 anos**, com uma presença significativa de mães mais velhas (45-54 anos).

As inquiridas provinham de **diversos contextos de vida**, incluindo ambientes urbanos, rurais e de pequenas cidades.



O estado civil **variou**, com uma mistura de mães casadas, divorciadas e solteiras.

O tamanho das famílias variava de um a cinco filhos, sendo o mais comum **um ou dois filhos**.



Pontos em Comum



Equilíbrio entre Trabalho e Família

Este é o desafio mais premente para as mães em todos os países inquiridos.



Necessidade dos Sistemas de Apoio

A existência de estruturas de acolhimento de crianças a preços acessíveis, de regimes de trabalho flexíveis e o acesso à educação e à formação são cruciais para que as mães possam gerir o equilíbrio entre a vida profissional e familiar e o desenvolvimento da carreira.



Lacunas nas Competências

As competências digitais e a gestão do tempo são áreas em que as mães de muitos países referiram necessitar de melhorias.



Importância do apoio familiar

O apoio familiar é sistematicamente identificado como sendo muito importante para as aspirações profissionais das mães.

3

Resultados Principais



3.1. Resultados Principais do Questionário Online

Motivações



Independência Financeira

Este é um dos principais fatores de motivação na maioria dos países, com algumas variações.



Crescimento Pessoal

As mães da Bélgica e da Grécia destacaram o crescimento pessoal como um fator importante de motivação para a progressão na carreira.



Progressão na Carreira e Melhoria das Competências

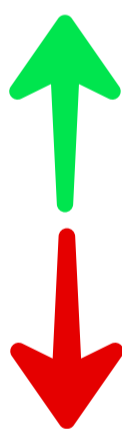
Esta é uma prioridade na maioria dos países, sendo especificamente mencionada por Portugal como o principal fator de motivação.



Integração Trabalho-Família

As mães em Portugal parecem dar prioridade à obtenção de um melhor equilíbrio entre a vida profissional e familiar, em vez de uma separação completa.

Acesso aos Recursos



A **Eslováquia** e a **Bélgica** parecem ter o melhor acesso global aos recursos mencionados, com classificações de "Médio" ou "Elevado" em todas as categorias.

Em **Portugal** e na **Grécia**, o acesso é mais heterogéneo, com algumas áreas a terem um acesso "elevado" ou "médio" e outras a terem um acesso "baixo".

A **Irlanda** tem um acesso relativamente baixo, exceto no que se refere à fiabilidade "média" da Internet.

Contexto Cultural



Desafios

Discriminação, limitações



Oportunidades

Competências únicas,
networking



Barreiras Linguísticas

Varia consoante o país, sendo que algumas mães enfrentam limitações significativas no acesso aos recursos.

3

Resultados Principais



3.2. Resultados Principais das Entrevistas

Dados Demográficos



A idade das inquiridas variava entre os **20 e os 50 anos**, representando um amplo espectro de etapas da vida e de fases da carreira.

As inquiridas provinham de **diversos contextos de vida**, incluindo ambientes urbanos, rurais e de pequenas cidades.



O estado civil também **variou**, com as inquiridas a incluírem mães solteiras, casadas e divorciadas, cada uma enfrentando desafios únicos relacionados com a sua dinâmica familiar e vida profissional.

O número de filhos entre os inquiridos **variou**, influenciando as suas responsabilidades diárias e o grau de apoio necessário para cuidar das crianças.



Situação de Vida Atual

Ato de Equilíbrio



Muitas inquiridas descreveram a sua vida atual como um delicado ato de equilíbrio entre as responsabilidades profissionais e as exigências intensivas dos cuidados infantis. As situações de emprego variavam, com algumas a trabalhar em funções com pouca flexibilidade, como o atendimento ao cliente ou o trabalho manual, enquanto outras estavam em licença de maternidade ou tinham sido forçadas a deixar o mercado de trabalho por completo devido às exigências da maternidade.

Progressão Limitada na Carreira

Estas funções ofereciam frequentemente oportunidades limitadas de progressão na carreira ou de desenvolvimento pessoal, o que complicava ainda mais as suas trajetórias profissionais.





3.2. Resultados Principais das Entrevistas

Desafios e Barreiras



Acessibilidade das Estruturas de Acolhimento de Crianças

Um desafio significativo identificado foi a disponibilidade e a acessibilidade dos preços das estruturas de acolhimento de crianças, o que restringiu a sua capacidade de trabalhar ou de seguir uma formação.



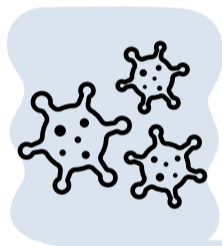
Inflexibilidade no Local de Trabalho

Os horários de trabalho rígidos, com pouca compreensão ou adaptação às responsabilidades maternas são um problema comum.



Progressão na carreira

As oportunidades de progressão na carreira foram significativamente dificultadas devido a interrupções no emprego ou a padrões de trabalho a tempo parcial ditados pelas necessidades de cuidados infantis.



Impacto Económico da COVID-19

A pandemia exacerbou a instabilidade económica e aumentou a dificuldade de conciliar trabalho e família.



Problemas de Saúde

Alguns participantes enfrentam problemas de saúde significativos, como problemas cardíacos recorrentes ou esgotamento, que impediram o seu crescimento profissional e exigiram uma gestão cuidadosa do equilíbrio entre a vida profissional e pessoal.



Barreiras Linguísticas e Culturais

As barreiras linguísticas e as diferenças culturais influenciaram as oportunidades e experiências de carreira, com os grupos minoritários a enfrentarem desafios adicionais.

Métodos Preferidos para o Desenvolvimento da Carreira

Aprendizagem Interativa



As mães mostraram uma clara preferência por métodos educativos práticos e acessíveis. Deram preferência a workshops interativos, reuniões presenciais e demonstrações práticas em vez de aprendizagem à distância ou online. Esta preferência resultava do valor que encontravam na aplicabilidade imediata das competências aprendidas e nas interações sociais essenciais que estes contextos proporcionavam.

Mentoria e Trabalho em Rede

Os programas de mentoria e as oportunidades de trabalho em rede foram também muito valorizados por proporcionarem orientação, apoio e envolvimento direto.



3

Resultados Principais



3.2. Resultados Principais das Entrevistas

Fatores Motivacionais



Estabilidade Financeira e Realização Pessoal

A estabilidade financeira, a realização pessoal e o desejo de proporcionar um futuro melhor aos filhos foram fatores importantes. No entanto, muitas mães também passaram por períodos de baixa motivação devido à natureza esmagadora das suas responsabilidades diárias e a experiências negativas passadas.



Impacto das Experiências Passadas

O historial profissional anterior e as oportunidades de crescimento pessoal - ou a falta delas - influenciaram significativamente as suas atuais aspirações de carreira e a sua motivação para prosseguir os estudos ou a progressão profissional.

Experiência com formadores/tutores/técnicos de carreira para adultos



Experiências Positivas

O historial profissional anterior e as oportunidades de crescimento pessoal - ou a falta delas - influenciaram significativamente as suas atuais aspirações profissionais e a sua motivação para prosseguir os estudos ou a progressão profissional.



De um modo geral, este roteiro é uma ferramenta vital para transformar os conhecimentos da investigação em soluções acionáveis. O seu objetivo é capacitar as mães, melhorar as suas competências digitais e profissionais e fornecer o apoio necessário para alcançar uma vida equilibrada e gratificante. Através da colaboração e da personalização, este roteiro ajudará a criar um futuro mais risonho para as mães em toda a Europa.

Os questionários e as entrevistas sublinharam a universalidade dos desafios enfrentados pelas mães para equilibrar a vida profissional e familiar, reconhecendo simultaneamente as diferenças de motivações, influências culturais e disponibilidade de recursos entre países. Os decisores políticos e as organizações de apoio podem tirar partido destas conclusões para desenvolver intervenções específicas que permitam às mães prosperar nas suas carreiras e vidas pessoais. Uma investigação mais aprofundada noutros países, em especial nas regiões em desenvolvimento, permitiria obter um quadro mais abrangente.

Na próxima secção deste roteiro serão apresentadas as dificuldades específicas de cada país encontradas nestes questionários e entrevistas, bem como recomendações para resolver estas dificuldades em todos os países apresentados neste estudo: Eslováquia, Grécia, Bélgica, Portugal e Irlanda.



4

Dificuldades Específicas por País

4.1. Eslováquia

Perfil das Mães Eslovacas (questionário online e entrevistas)



Idades e Localização: A idade média das mães é de 34-44 anos, na sua maioria residentes em zonas urbanas, com alguma representação de cidades mais pequenas.

Educação e Trabalho: Níveis de educação variados, com a maioria a possuir o ensino secundário e muitas com diplomas universitários, sendo o tempo inteiro o mais comum, seguido do desemprego.

Estrutura Familiar: Uma mistura diversificada, com as mulheres divorciadas a constituírem a maioria. As famílias mais pequenas são a norma, com a maioria a ter 1 ou 2 filhos.

Sistemas de Apoio: Os pais são os principais prestadores de cuidados, com o apoio da família direta, como os avós.

Que dificuldades enfrentam as mães na Eslováquia?



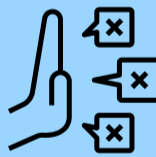
Equilíbrio entre Trabalho e Família

Muitas inquiridas descrevem a sua vida atual como um delicado ato de equilíbrio entre as responsabilidades profissionais e as exigências dos cuidados com os filhos.



Acesso Limitado a Estruturas de Acolhimento de Crianças

Muitas enfrentam dificuldades devido a opções de cuidados infantis inadequadas ou dispendiosas, o que limita a sua capacidade de trabalhar ou frequentar programas de formação.



Inflexibilidade no Local de Trabalho

Horários de trabalho rígidos com pouca compreensão ou adaptação às responsabilidades maternas.



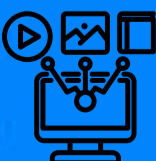
Dificuldades de Progressão na Carreira

Há uma barreira significativa nas oportunidades de progressão na carreira devido a interrupções no emprego ou a padrões de trabalho a tempo parcial ditados pelas necessidades de cuidados infantis.



Oportunidades de Emprego Limitadas

Muitas mães acreditam que a sua progressão na carreira é inibida devido a oportunidades de emprego e apoio à procura de emprego limitados.



Falta de Formação e Disponibilidade de Recursos

Os dados indicam que a falta de recursos, incluindo o fraco acesso à Internet e as opções de transporte limitadas, bem como uma formação insuficiente, constituem desafios significativos.

4

Dificuldades Específicas por País

4.2. Grécia

Perfil das Mães Gregas (questionário online e entrevistas)



Idades e Localização: As inquiridas tinham idades compreendidas entre os 26 e os 42 anos e residiam em várias partes da Grécia, incluindo Atenas, Kavala e Kalamata.

Educação e Trabalho: As habilitações literárias dos participantes variavam entre a licenciatura e o mestrado, refletindo um elevado nível de sucesso académico

Estrutura Familiar: O estado civil também variou, com as inquiridas a incluírem mães solteiras, casadas e divorciadas.

Sistemas de Apoio: Setor privado e família.

Que dificuldades enfrentam as mães na Grécia?



Equilíbrio entre Trabalho e Família

Muitas inquiridas salientaram a dificuldade de gerir ambos os papéis.



Impacto da COVID-19

Impacto económico da COVID-19: A pandemia exacerbou a instabilidade económica e aumentou a dificuldade de conciliar trabalho e família.



Acesso Limitado a Estruturas de Acolhimento de Crianças

Algumas inquiridas referiram dificuldades em encontrar estruturas de acolhimento de crianças a preços acessíveis, o que afetou a sua capacidade de frequentar as aulas ou de se comprometer com um emprego a tempo inteiro.



Dificuldades com os Transportes Públicos

Transportes públicos pouco fiáveis: Foram referidos problemas com os transportes públicos, em especial em Atenas, onde opções pouco organizadas e dispendiosas limitam a mobilidade.



Barreiras Linguísticas

Alguns participantes enfrentaram barreiras linguísticas que dificultaram a sua capacidade de compreender plenamente os requisitos do trabalho ou de comunicar eficazmente nas suas funções profissionais.



Isolamento Rural

Isolamento rural e recursos limitados: As mulheres das zonas rurais da Grécia vivem frequentemente isoladas devido ao afastamento geográfico.

4

Dificuldades Específicas por País

4.3. Bélgica

Perfil das Mães Belgas (questionário online e entrevistas)



Idades e Localização: As inquiridas tinham entre 35 e 74 anos e residiam em várias partes da Bélgica, incluindo Bruxelas, Charleroi e Uccle.

Educação e Trabalho: As habilitações literárias das participantes variavam entre diplomas e doutoramentos, refletindo um elevado nível de sucesso académico.

Estrutura Familiar: O estado civil também variou, com as inquiridas a incluírem mães solteiras, casadas e divorciadas.

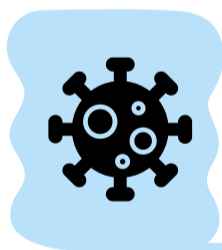
Sistemas de Apoio: Esta análise sintetiza os dados qualitativos obtidos a partir destas entrevistas, destacando os principais temas e ideias.

Que dificuldades enfrentam as mães na Bélgica?



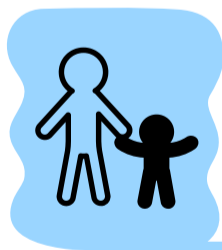
Equilíbrio entre Trabalho e Família

Muitas inquiridas sublinharam a dificuldade de gerir ambos os papéis, o que conduz frequentemente a uma progressão mais lenta na carreira e a objetivos de carreira comprometidos.



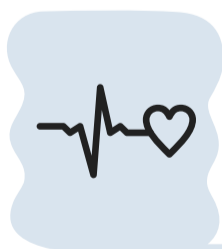
Impacto da COVID-19

A pandemia exacerbou a instabilidade económica e aumentou a dificuldade de conciliar trabalho e família.



Acesso aos Serviços de Acolhimento de Crianças

Várias inquiridas referiram desafios relacionados com a procura de serviços de acolhimento de crianças a preços acessíveis, que afetam a sua capacidade de frequentar as aulas ou de se comprometer com um emprego a tempo inteiro.



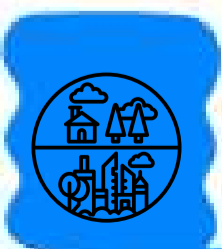
Problemas de Saúde

Algumas participantes enfrentam problemas de saúde significativos, como problemas cardíacos recorrentes ou esgotamento, que impedem o seu crescimento profissional e exigem uma gestão cuidadosa do equilíbrio entre a vida profissional e pessoal.



Fraco Acesso a Recursos

Algumas participantes referiram não ter acesso a recursos (Internet, transportes).



Desafios Rurais e Urbanos

As mães de meios rurais enfrentam problemas como menos oportunidades de emprego e papéis tradicionais de género, enquanto as mães de meios urbanos se debatem com o equilíbrio entre a vida profissional e familiar e com o acesso a recursos.

4

Dificuldades Específicas por País

4.4. Portugal

Perfil das Mães Portuguesas (questionário online e entrevistas)



Idades e Localização: Dos 30 até cerca de 60 anos, com uma predominância de mães mais velhas (45-54 e 55+), de cidades maiores e mais pequenas.

Educação e Trabalho: A maioria tem um diploma universitário, trabalha por conta própria e tem um emprego a tempo inteiro.

Estrutura Familiar: Misto de mães casadas, solteiras e divorciadas, com um ou dois filhos.

Sistemas de Apoio: Os pais são os principais prestadores de cuidados, com o apoio da família direta, como os avós, e de serviços formais de acolhimento de crianças.

Que dificuldades enfrentam as mães em Portugal?

Equilibrar o Trabalho e a Família



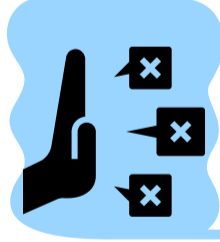
Equilibrar as suas aspirações profissionais com as responsabilidades familiares foi mencionado como a principal dificuldade das mães portuguesas, afetando o seu bem-estar geral e a sua satisfação profissional.

Acesso as Estruturas de Acolhimento de Crianças



Um desafio significativo em Portugal é a disponibilidade e a acessibilidade dos preços das estruturas de acolhimento de crianças, o que limita a sua capacidade de trabalhar ou de seguir uma formação.

Inflexibilidade no Local de Trabalho



Muitos empregos continuam a oferecer horários rígidos, com poucas adaptações às responsabilidades maternas, o que realça a necessidade de políticas mais favoráveis no local de trabalho.

Dificuldades de Progressão na Carreira



Muitas mães sentem que a sua progressão na carreira é prejudicada pelas exigências da maternidade, invocando a redução do horário de trabalho e as expectativas da sociedade de dar prioridade à assistência à família.

Oportunidades de Emprego Limitadas



As mães das zonas rurais enfrentam limitações no que respeita às oportunidades, ao acesso à informação e aos recursos de apoio.

Programas Locais de Desenvolvimento de Carreiras Insuficientes



A necessidade de mais recursos de apoio e oportunidades de trabalho em rede, para ajudar as mães a encontrar oportunidades de emprego, bem como para encontrar oportunidades de formação diretamente aplicáveis aos empregos atuais.

4

Dificuldades Específicas por País

4.5. Irlanda

Perfil das Mães Irlandesas (questionário online e entrevistas)



Idades e Localização: A maioria das mães irlandesas que participaram tinham entre 35 e 44 anos de idade, sendo maioritariamente oriundas de zonas rurais.

Educação e Trabalho: As inquiridas têm níveis de educação variáveis, sendo que a maioria das mães trabalha a tempo inteiro.

Estrutura Familiar: A maioria é casada, seguida de mães solteiras com 2-3 filhos.

Sistemas de Apoio: A maioria das famílias depende da ajuda dos pais, seguindo-se as creches.

Que dificuldades enfrentam as mães na Irlanda?



Equilibrar as Responsabilidades Familiares e Profissionais

A maioria das mães (65%) identificou a luta para equilibrar as tarefas de prestação de cuidados com as responsabilidades profissionais como um desafio significativo.



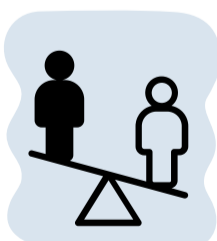
Acesso Limitado a Estruturas de Acolhimento de Crianças

O acesso a estruturas de acolhimento de crianças a preços acessíveis surgiu como um grande desafio, afetando a capacidade das mães para prosseguirem oportunidades de carreira.



Oportunidades de Emprego Limitadas

As mães, especialmente nas zonas rurais, enfrentam oportunidades de emprego limitadas, deslocações mais longas e menos serviços de apoio, o que complica a sua carreira.



Discriminação na Progressão de Carreira

Algumas mães foram vítimas de discriminação que afetou a sua autoconfiança e limitou as oportunidades de emprego, em especial as oriundas de famílias migrantes ou marginalizadas.



Necessidade de Flexibilidade no Trabalho ou nos Estudos

Muitas mães sublinharam a importância da flexibilidade no trabalho ou nos estudos para se adaptarem ao seu papel de prestadoras de cuidados, com 41% a dar prioridade a opções flexíveis.



Falta de Apoio ao Desenvolvimento Profissional

Algumas pessoas referiram a falta de acesso a recursos de desenvolvimento de carreira, incluindo mentoria, orientação e programas de formação acessíveis, como obstáculos à progressão nas suas carreiras.



5.1. Eslováquia

Como resolver estas dificuldades na Eslováquia?

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Živica: Esta ONG oferece aconselhamento profissional, formação e oportunidades de trabalho em rede para mulheres.

Centrum pre rodinu: Proporcionam orientação profissional e oportunidades de estabelecimento de contactos para as mães

Akčné ženy: Uma plataforma que apoia as mulheres com cursos online, webinars e eventos de networking destinados ao desenvolvimento profissional.

Pracujúce ženy: Um projeto específico para mães que querem regressar ao trabalho.

EPIC: Centra-se na integração de grupos desfavorecidos no mercado de trabalho, incluindo as mães.



CAPACITAÇÃO

Matky v práci: O objetivo da empresa social é criar empregos, especialmente para mães e pessoas desfavorecidas.

Akadémia pre podnikavé ženy: Um programa educativo abrangente destinado a desenvolver as competências empresariais das mulheres.

Aj Ty v IT: As mulheres recebem cursos de competências informáticas que são cada vez mais importantes no mercado de trabalho.

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny: O Serviço de Emprego da Eslováquia fornece informações sobre ofertas de emprego, aconselhamento profissional e programas de formação.



MOTIVAÇÃO

Jak sladit práci a rodinu: Este livro oferece dicas práticas para conciliar a vida familiar com as ambições profissionais.

iMAMA: Conversas e histórias de mães que também a podem inspirar.

Lenka Valentíniová: Psicóloga, lidera grupos de apoio para pais, bem como grupos de apoio para mulheres centrados na autodescoberta e no autodesenvolvimento.

TED Talks: Oferece uma gama de palestras motivacionais e informativas sobre desenvolvimento de carreira, produtividade e equilíbrio entre vida profissional e pessoal.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS

Coursera: Esta plataforma global online oferece uma vasta gama de cursos que podem ajudar as mães a desenvolver competências transversais: inteligência emocional, comunicação, liderança, gestão do tempo e muito mais.

Seduo: Oferece cursos em eslovaco e checo, incluindo competências transversais como liderança, comunicação, inteligência emocional e gestão do stress.

Skillmea: Oferece cursos sobre criatividade, produtividade, resolução de problemas e gestão de projectos na língua eslovaca. Cursos gratuitos para os desempregados.





5.1. Eslováquia

Como resolver estas dificuldades na Eslováquia?

COMPETÊNCIAS DIGITAIS BÁSICAS

Digitálna Koalícia: Como parte de uma iniciativa governamental, a Coligação Digital oferece vários programas de competências digitais gratuitos e de baixo custo para pessoas de todas as idades, incluindo mães.

IT Akadémia: Oferece cursos especificamente concebidos para desenvolver competências digitais para indivíduos que reentram no mercado de trabalho.

Centro de Formação Microsoft Office: Oferece uma plataforma de formação online gratuita para aprender a utilização básica e avançada das ferramentas do Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, Outlook), que são essenciais para a maioria dos empregos de escritório e ambientes educativos.



FORMAÇÕES DE PREPARAÇÃO PARA O EMPREGO

Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny (ÚPSVaR): Oferece uma variedade de programas de reconversão profissional que são financiados para candidatos a emprego registados, incluindo mães que regressam da licença parental.

Udemy & Coursera: Serviços de milhares de cursos online acessíveis ou gratuitos de preparação para o emprego.

Professia.sk: Este portal oferece conselhos pormenorizados sobre a preparação para uma entrevista de emprego. Inclui dicas sobre como se preparar para uma entrevista, perguntas comuns de entrevista, como se vestir e o que esperar dos centros de avaliação.



RECURSOS EDUCATIVOS ABERTOS

Slovenská digitálna knižnica: Oferece uma vasta gama de livros digitais gratuitos, documentos de investigação e outros materiais educativos.

eKariéra.sk: Esta plataforma oferece cursos gratuitos, webinars e artigos que podem ajudar as mães a reentrar no mercado de trabalho com confiança.

Slovenská akadémia vied (SAV): Disponibiliza recursos educativos gratuitos, publicações de investigação e seminários Web ocasionais em eslovaco.

Národný inštitút vzdelávania a mládeže (NIVaM): Materiais educativos centrados na aprendizagem ao longo da vida.



FERRAMENTAS E PLATAFORMAS DIGITAIS

Profesia.sk: Portal de procura de emprego.

Trello: Ferramenta digital que ajuda na gestão de projetos, gestão do tempo e organização.

Duolingo: É uma aplicação de aprendizagem de línguas que pode ajudar as mães a melhorar as suas competências linguísticas.

Canva: Um sistema de gestão da aprendizagem de fácil utilização para cursos online, que apoia a colaboração, os trabalhos e várias ferramentas de aprendizagem.



5

Recomendações Específicas por País



5.1. Eslováquia

Como resolver estas dificuldades na Eslováquia?

SERVIÇOS DE APOIO E REDE

VIA IURIS: Esta organização centra-se no aconselhamento jurídico e na defesa das mães que regressam ao trabalho. Prestam apoio relacionado com a legislação laboral, benefícios de maternidade e orientação antidiscriminação.

Mama Port: Uma comunidade para mães que não querem ser deixadas de fora. É um sítio onde todos os meses são oferecidos webinars profissionais gratuitos às mulheres.

Mama Gang: Uma plataforma que liga conteúdos e especialistas em que confia a uma comunidade de mães que partilham a mesma opinião e que a apoiam.



INICIATIVAS EUROPEIAS

Portal do Empreendedorismo Feminino (WEgate): É uma plataforma financiada pela UE, concebida para apoiar as mulheres empresárias, dando-lhes acesso a oportunidades de formação, orientação e financiamento.

Instituto Europeu para a Igualdade de Género (EIGE): Centra-se na promoção da igualdade de género em toda a Europa e recolhe dados e boas práticas sobre questões como o equilíbrio entre a vida profissional e familiar, a licença de maternidade e o acesso das mulheres à educação e ao emprego.



PARCERIAS

Učiaca sa Trnava: O programa oferece reuniões e workshops interessantes para mães com filhos todos os meses

Únia materských centier: Uma organização sem fins lucrativos que apoia as maternidades e os centros familiares na Eslováquia, ajudando-os a crescer a nível local, a unir-se a nível nacional e a manter uma imagem pública forte.





5.2. Grécia

Como resolver estas dificuldades na Grécia?

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

KETHI: Tem por objetivo apoiar as mulheres vítimas de violência e/ou de discriminação múltipla, através da prestação de serviços de aconselhamento.

Public Employment Service: 51 Escolas Vocacionais na Grécia.



CAPACITAÇÃO

Iniciativa ReGeneration FEMpowerment: Programa centrado na capacitação de jovens mulheres na Grécia, fornecendo-lhes as competências necessárias para prosperarem no ambiente empresarial moderno. Oferece workshops, sessões de formação e oportunidades de orientação.

Career Coach Greece: Fornece orientação profissional especificamente destinada a mulheres que estão a reentrar no mercado de trabalho. As mães podem receber formação personalizada para clarificar os seus objetivos de carreira, melhorar a sua confiança e preparar-se para entrevistas de emprego.



MOTIVAÇÃO

"Tu és suficiente!" - Vídeos Motivacionais para Mães: Este vídeo é um lembrete sincero de que todas as mães têm a força e o potencial para atingir os seus objetivos.

"O Melhor Vídeo Motivacional de Sempre | Todas as Mulheres Precisam de Ver Isto!": Com palavras inspiradoras de Priyanka Chopra, este vídeo encoraja as mulheres a abraçarem a sua força interior e a assumirem o controlo das suas vidas.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS

Plataformas que oferecem formação em competências transversais:

- <https://www.nobleprog.gr/en/soft-skills-training>
- <https://www.languageinternational.co.nz/school/the-lamda-project-68670>
- <https://odyssea.com/en/about-us-new-designs/>





5.2. Grécia

Como resolver estas dificuldades na Grécia?

COMPETÊNCIAS DIGITAIS BÁSICAS

Women on Top - Programas de Competências Digitais: A Women on Top organiza workshops e sessões de orientação especificamente destinadas a melhorar as competências digitais das mulheres, incluindo as mães. Oferecem formação prática e acesso a recursos.



FutureLearn: Oferece uma gama de cursos online, incluindo os que se centram nas competências digitais e no ensino básico.

FORMAÇÕES DE PREPARAÇÃO PARA O EMPREGO

Organização Grega para o Emprego de Mão de Obra (OAED): Programas de formação profissional

DIMITRA Educação e Consultoria: DIMITRA oferece uma variedade de programas de formação profissional especificamente concebidos para melhorar a preparação para o emprego.



RECURSOS EDUCATIVOS ABERTOS

Udemy: Oferece cursos acessíveis sobre como iniciar um negócio, codificação e competências tecnológicas, com uma vasta gama de tópicos à escolha.

Memrise: Oferece cursos de línguas para grego e inglês, utilizando uma combinação de conteúdos linguísticos da vida real e técnicas de repetição espaçada.



FERRAMENTAS E PLATAFORMAS DIGITAIS

Canva: Um sistema de gestão de aprendizagem fácil de utilizar para cursos online, que suporta a colaboração, tarefas e várias ferramentas de aprendizagem.

Skillshare: Oferece cursos sobre competências criativas, design e tecnologia. É uma plataforma baseada na comunidade onde os utilizadores podem aprender através de aulas em vídeo.





5.2. Grécia

Como resolver estas dificuldades na Grécia?

SERVIÇOS DE APOIO E REDE

Soluções de Acolhimento para Crianças:

Oferece apoio para a guarda de crianças ou recursos para ajudar as mães a assistir às sessões de formação.



Mentoria e Coaching: Proporciona acesso a mentores ou orientadores de carreira que possam oferecer orientação e encorajamento personalizados.

INICIATIVAS EUROPEIAS

Centro dos Direitos das Mulheres (K.E.D.I.):

Presta apoio e defende a causa das mulheres, incluindo as que enfrentam desafios sociais e económicos.



Confederação Nacional das Mulheres da Grécia (E.G.E.):

Uma organização que representa vários grupos de mulheres e se centra nas questões das mulheres, incluindo a educação e o apoio às mães.

PARCERIAS

○ **Ministério da Educação Grego** tem programas destinados a aumentar a literacia digital e a oferecer oportunidades de educação para adultos.

KMOP - Centro de Ação Social e Inovação:

○ KMOP oferece programas de formação e educação dirigidos a vários grupos, incluindo mães. Oferece workshops sobre competências digitais básicas, preparação para o emprego e outras competências essenciais para ajudar os participantes a melhorar a sua empregabilidade.





5.3. Bélgica

Como resolver estas dificuldades na Bélgica?

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

ReDi Escola de Integração Digital

VDAB (Vlaamse Dienst voor Arbeidsbemiddeling en Beroepsopleiding): Oferecem apoio personalizado a pessoas com dificuldades socioeconómicas e a migrantes.



Actiris (Serviço de Emprego de Bruxelas): Actiris oferece aconselhamento de carreira, formação profissional e serviços de emprego.

CAPACITAÇÃO

Vlaamse Liga tegen Kanker (VLK): Embora principalmente centrada no apoio ao cancro, a VLK também fornece recursos e assistência a pessoas em situações socioeconómicas difíceis.



Solidariteit voor het Gezin: Presta apoio a famílias carenciadas, incluindo as que vivem em zonas rurais ou desfavorecidas.

MOTIVAÇÃO

Federação Wallonia-Brussels – Apoio Social: Oferece informações sobre programas de apoio social disponíveis para famílias carenciadas.

Foco na Criança: Centra-se no apoio a crianças e famílias, incluindo as que se encontram em situações difíceis. Podem fornecer recursos ou serviços de apoio relevantes.



Agora (Serviços de Integração): Oferece apoio à integração, incluindo oportunidades profissionais e educativas para mães com antecedentes migratórios.

COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS

Kunsthumaniora Bruxelas: Oferece projetos de envolvimento comunitário e workshops que podem ser benéficos para o desenvolvimento pessoal e a formação de competências transversais.



Oxfam: Oferece vários programas educativos e workshops que apoiam a capacitação económica e o desenvolvimento pessoal.



5.3. Bélgica

Como resolver estas dificuldades na Bélgica?

COMPETÊNCIAS DIGITAIS BÁSICAS

KlasCemen: Uma plataforma educativa que oferece recursos e cursos para melhorar as competências digitais, incluindo materiais específicos para pais e educadores.



Sciensano - Literacia Digital para Todos: As iniciativas de envolvimento comunitário da Sciensano incluem workshops e recursos destinados a aumentar as competências digitais entre as populações carenciadas.

FORMAÇÕES DE PREPARAÇÃO PARA O EMPREGO

Forem: É o Serviço Público de Emprego da Valónia, que oferece serviços semelhantes de preparação para o emprego, incluindo programas de formação, assistência na procura de emprego e workshops adaptados às necessidades dos candidatos a emprego na Valónia.



Konekt: Presta vários serviços para melhorar a empregabilidade de pessoas com dificuldades, incluindo orientação profissional, formação e apoio adaptado a necessidades específicas.

RECURSOS EDUCATIVOS ABERTOS

FutureLearn: Oferece uma variedade de cursos sobre competências digitais, empreendedorismo e liderança. Os cursos da FutureLearn são criados pelas principais universidades e instituições culturais de todo o mundo.



edX: Oferece cursos sobre estratégias de equilíbrio entre vida profissional e pessoal e desenvolvimento pessoal, criados por universidades como Harvard e MIT.

FERRAMENTAS E PLATAFORMAS DIGITAIS

Zoom: Uma ferramenta de videoconferência que facilita as reuniões virtuais e as sessões de aprendizagem, proporcionando flexibilidade às mães que precisam de gerir o seu tempo de forma eficiente.



LinkedIn: Uma rede social profissional onde as pessoas podem construir as suas redes profissionais, encontrar mentores e explorar oportunidades de emprego.



5.3. Bélgica

Como resolver estas dificuldades na Bélgica?

SERVIÇOS DE APOIO E REDE

Groep INTRO: Oferece apoio a pessoas oriundas da imigração e a pessoas com dificuldades socioeconómicas, incluindo vários serviços sociais e comunitários.

CAW: Presta serviços sociais e apoio a pessoas que enfrentam dificuldades, incluindo aconselhamento para famílias e mães.



INICIATIVAS EUROPEIAS

Fundo Social Europeu (FSE) - Bélgica: O FSE apoia vários projetos destinados a melhorar a inclusão social e a reduzir a pobreza. Pode encontrar iniciativas que podem beneficiar as mães na Bélgica através dos seus projetos financiados.

União das Mães da Bélgica: Um ramo da organização internacional “Mothers' Union” que apoia mães e famílias necessitadas através de várias iniciativas e programas comunitários.

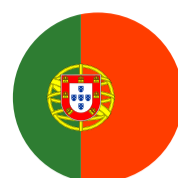


PARCERIAS

Projeto HER: Esta iniciativa apoia as mulheres na superação de barreiras ao emprego (por exemplo, acesso à educação e oportunidades empresariais).

Fedasil: Esta agência oferece alojamento, orientação e serviços essenciais às mães requerentes de asilo.





5.4. Portugal

Como resolver estas dificuldades em Portugal?

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

POISE (Programa Operacional de Inclusão Social e Emprego): Tem como objetivo aumentar a empregabilidade e promover a inclusão social, com cursos de formação que abrangem áreas como as tecnologias, as línguas e a gestão.

IEFP (Instituto do Emprego e Formação Profissional): Oferece cursos gratuitos e financiados para desempregados ou trabalhadores que procuram reconversão profissional.



CAPACITAÇÃO

Programa WomenEntrepreneurs@CatólicaLisbon: É um programa gratuito que apoia e promove o empreendedorismo feminino, destinado a todas as mulheres que lançaram ou estão a pensar lançar o seu próprio negócio.

Programa “Regresso ao Mercado”: Este programa gratuito apoia as mulheres que tiveram de interromper a sua atividade profissional e que têm dificuldade em regressar ao mercado de trabalho, por razões como a falta de experiência profissional recente ou de rede de contactos.



MOTIVAÇÃO

Os grupos de apoio às mães nas redes sociais estão muito difundidos e oferecem várias formas de apoio emocional, prático e educativo. Estas comunidades podem ser especialmente úteis para partilhar conselhos, recursos e experiências com outras mães:

- **Mães de Portugal**
- **Mães Empreendedoras Portuguesas**
- **Mulheres à Obra**



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS

Udemy: Esta plataforma de aprendizagem online oferece uma vasta gama de cursos sobre vários tópicos, incluindo competências técnicas e não técnicas, incluindo desenvolvimento pessoal.

NAU - Educação e Formação Online para Grandes Audiências: É um projeto online pioneiro a nível nacional de apoio à educação e formação dirigida a grandes públicos, disponibilizando cursos abertos e acessíveis a todos.





5.4. Portugal

Como resolver estas dificuldades em Portugal?

COMPETÊNCIAS DIGITAIS BÁSICAS

Plataformas de Aprendizagem Online: Foram criadas para oferecer cursos gratuitos ou a baixo custo em várias áreas digitais, desde a literacia digital básica até competências avançadas em programação, inteligência artificial, análise de dados, etc.



Iniciativa Nacional de Competências Digitais e.2030 - INCoDe.2030: É uma estratégia nacional que visa promover a literacia digital, garantir a inclusão digital, incentivar a especialização em tecnologias digitais e desenvolver a capacidade de inovação e investigação na área digital.

FORMAÇÕES DE PREPARAÇÃO PARA O EMPREGO

Portugal dá grande ênfase ao ensino profissional através das Escolas Profissionais, cujos programas são concebidos para dar resposta às exigências do mercado de trabalho e ajudar as pessoas a transitar sem problemas para o mercado de trabalho.

<https://www.ofertaformativa.gov.pt/#/home>

<https://www.anqep.gov.pt/np4/home>

Os municípios prestam serviços de aconselhamento e apoio na exploração de objetivos profissionais, abordagem do mercado de trabalho, entrevistas de emprego, desenvolvimento de competências ou formação (por exemplo, Porto: <https://www.cm-porto.pt/economia/talento>)



RECURSOS EDUCATIVOS ABERTOS

RCAAP: O repositório nacional de publicações científicas de acesso livre em Portugal. Dá acesso a uma grande variedade de materiais didáticos e de investigação em várias disciplinas.

Google Atelier Digital: Oferece cursos gratuitos de marketing digital, desenvolvimento de carreira e competências informáticas básicas, que podem ser acedidos online.



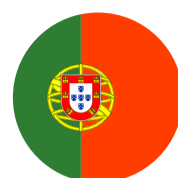
FERRAMENTAS E PLATAFORMAS DIGITAIS

Programa Creche Feliz (Governo Português):

Todas as crianças nascidas a partir de 1 de setembro de 2021 têm direito a creche gratuita. Pode consultar a rede de creches na aplicação.

Ferramentas online como a **Pordata** ou o **Net-Empregos** fornecem informações sobre carreiras e oportunidades de emprego.





5.4. Portugal

Como resolver estas dificuldades em Portugal?

SERVIÇOS DE APOIO E REDE

Dress for Success: Organização internacional que ajuda as mulheres a alcançar a independência económica, fornecendo programas gratuitos, ferramentas de desenvolvimento e vestuário profissional para prosperar no trabalho e na vida.



Portal Yes Mom You Can: Uma comunidade onde as mães podem encontrar apoio, encorajamento e iniciativas. Um projeto que ajuda as mães a conciliar a vida profissional e familiar.

INICIATIVAS EUROPEIAS

EURES (Serviços Europeus de Emprego): Portugal faz parte de iniciativas europeias como a EURES, que facilita a mobilidade profissional na UE e fornece informações sobre os mercados de trabalho nos diferentes países.



OpenupEd: É um portal que reúne as ofertas de MOOC das instituições europeias de ensino superior, promovendo a educação contínua e o desenvolvimento profissional.

PARCERIAS

Ajuda de Mãe: É uma associação de solidariedade social que tem por objetivo apoiar as mães e as suas famílias.

Cruz Vermelha Portuguesa: Apoio às mães, incluindo apoio social, psicológico e de saúde.



Lar Luísa Canavarro: Ajuda à integração de mães que enfrentam necessidades sociais, emocionais e/ou económicas.



5.5. Irlanda

Como resolver estas dificuldades na Irlanda?

ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL

Skills Connect: É uma série de cursos gratuitos de formação e atualização de competências. Os cursos podem incluir estágios profissionais para apoiar uma pessoa que tenha perdido o seu emprego.

Springboard+: É uma iniciativa governamental que oferece cursos gratuitos e fortemente subsidiados a nível de certificados, licenciaturas e mestrados.



CAPACITAÇÃO

Rede women4women: É um grupo comunitário local independente de mulheres que apoiam mulheres.

ActionAid Irlanda: Trabalha com mulheres e crianças, que assumem a liderança na reivindicação dos seus direitos humanos para construir um mundo mais justo.

Repensar a Irlanda: Fornece subvenções em dinheiro e apoio empresarial às inovações sociais que podem fazer uma verdadeira diferença.



MOTIVAÇÃO

Serviço de Apoio a Famílias Migrantes (MFSS): É um serviço voluntário com o objetivo de apoiar as famílias migrantes que sofrem intervenções de proteção de crianças e de capacitar os pais migrantes, fornecendo apoio culturalmente sensível e incentivando práticas parentais positivas.

Mum Talks: É uma comunidade, cujo objetivo é proporcionar uma rede segura, de apoio e de capacitação para as mulheres irlandesas que também são mães.



COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS

Centro de Cursos e de Formação Contínua (FETCH): Oferece cursos gratuitos, como Self Development for Women (Autodesenvolvimento para mulheres).

SaorEd: É uma plataforma educativa online gratuita para pessoas oriundas da imigração e dos refugiados na Irlanda. Os cursos incluem inglês, tecnologias da informação e preparação para a carreira e estão disponíveis em inglês, árabe, espanhol e alemão.



5

Recomendações Específicas por País



5.5. Irlanda

Como resolver estas dificuldades na Irlanda?

COMPETÊNCIAS DIGITAIS BÁSICAS

Agência Nacional de Alfabetização de Adultos (NALA): Uma instituição de caridade irlandesa que ajuda os adultos a melhorar as suas competências de leitura, escrita, matemática, informática e muitas outras.



Hi Digital: É um curso gratuito que foi concebido para o ajudar a aprender competências online. Dê hoje o seu primeiro passo para ser mais independente e estar ligado online.

FORMAÇÕES DE PREPARAÇÃO PARA O EMPREGO

Programa Epic: Ajuda os requerentes de asilo, refugiados e migrantes desempregados que vivem na Irlanda a aumentar as suas hipóteses de encontrar um emprego através de formação online, apoio individual e parcerias com empresas.



WorkEqual: Prestam serviços gratuitos de estilo profissional, orientação, workshops e consultoria de carreira para ajudar as pessoas a (re)entrar no mercado de trabalho.

RECURSOS EDUCATIVOS ABERTOS

Conselho de Educação e Formação da Irlanda (etbi): Biblioteca digital, onde os recursos educativos abertos, como manuais escolares, materiais didáticos, vídeos e outros conteúdos digitais utilizados para o ensino, a aprendizagem e a avaliação, estão disponíveis gratuitamente.



Cursos Abertos: Variedade de cursos conduzidos por facilitadores e de autoestudo sobre uma vasta gama de tópicos, incluindo Desenvolvimento e Introdução à Capacidade Digital Pessoal e Profissional.

FERRAMENTAS E PLATAFORMAS DIGITAIS

Employum: Está a liderar a revolução do trabalho flexível e remoto na Irlanda - o seu objetivo é encontrar trabalho flexível para os candidatos e ajudar as empresas a prepararem-se para o futuro do trabalho.



CareersPortal: A sua missão é capacitar os indivíduos no seu percurso profissional, através da disponibilização de informações e ferramentas para apoiar a continuidade da orientação ao longo da vida e ajudar a desenvolver competências de gestão de carreira.

5

Recomendações Específicas por País



5.5. Irlanda

Como resolver estas dificuldades na Irlanda?

SERVIÇOS DE APOIO E REDE

Cultúr: É uma organização de trabalho comunitário que oferece apoio como aulas de conversação em inglês, grupos de mães e crianças, grupos de mulheres e um centro de informação e encaminhamento em várias línguas.



Back to Work Connect: A sua missão é mostrar o valor dos trabalhadores de meia-idade, incluindo os que regressam e os que mudam de carreira, no mercado de trabalho e proporcionar-lhes o apoio, as competências e as oportunidades de que necessitam para reentrar na vida ativa.

INICIATIVAS EUROPEIAS

Centro de Integração: Com especial incidência na promoção da participação política e no combate ao racismo. O Integration Hub é financiado pelo Fundo da UE para o Asilo, a Migração e a Integração (FAMI) através do Ministério da Justiça e da Igualdade.



The Rede Irlandesa Contra o Racismo (INAR): Empenhada na luta contra o racismo e todas as formas de discriminação.

PARCERIAS

AkiDwA: É uma rede nacional de mulheres migrantes que vivem na Irlanda.

Programa do Centro de Recursos para a Família (FRC): É o maior programa nacional de apoio à família e à comunidade da Irlanda.



Spunout: É a plataforma irlandesa de informação e apoio aos jovens, que trabalha para uma Irlanda onde todos os jovens são apoiados e capacitados para prosperar.

ROTEIRO

