

INCUBADORA SOCIAL DE EMPREGO - COIMBRA



**RELATÓRIO FINAL
EPE 1**

O QUE SÃO AS INCUBADORAS SOCIAIS

As Incubadoras Sociais de Emprego são estruturas autorizadas pelo IEFP para intervir junto de equipas de desempregados no âmbito da procura ativa de emprego e contribuir para o reforço das condições de empregabilidade e para a respetiva (re)inserção profissional.

Entende-se por Equipas de Procura de Emprego os grupos de desempregados dinamizados e orientados pelas Incubadoras Sociais de Emprego para a procura ativa de emprego, durante um período não superior a cinco meses, mediante a aplicação de metodologias colaborativas específicas.

O desenvolvimento das atividades das Incubadoras e o apoio às Equipas de Procura de Emprego é assegurado por um técnico, designado por mentor, que fica afeto em exclusividade e a tempo completo à Incubadora Social de Emprego.

EQUIPAS DE PROCURA DE EMPREGO

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Desenvolver competências pessoais, sociais e digitais com vista ao reforço da empregabilidade dos participantes;
- Promover o desenvolvimento de estratégias flexíveis de abordagem ao mercado de trabalho;
- Promover a inserção profissional dos desempregados;
- Promover atividades que permitam desenvolver a proximidade entre a comunidade empresarial e os participantes;
- Desenvolver parcerias territoriais para desenvolvimento e valorização da Incubadora na região de Coimbra.

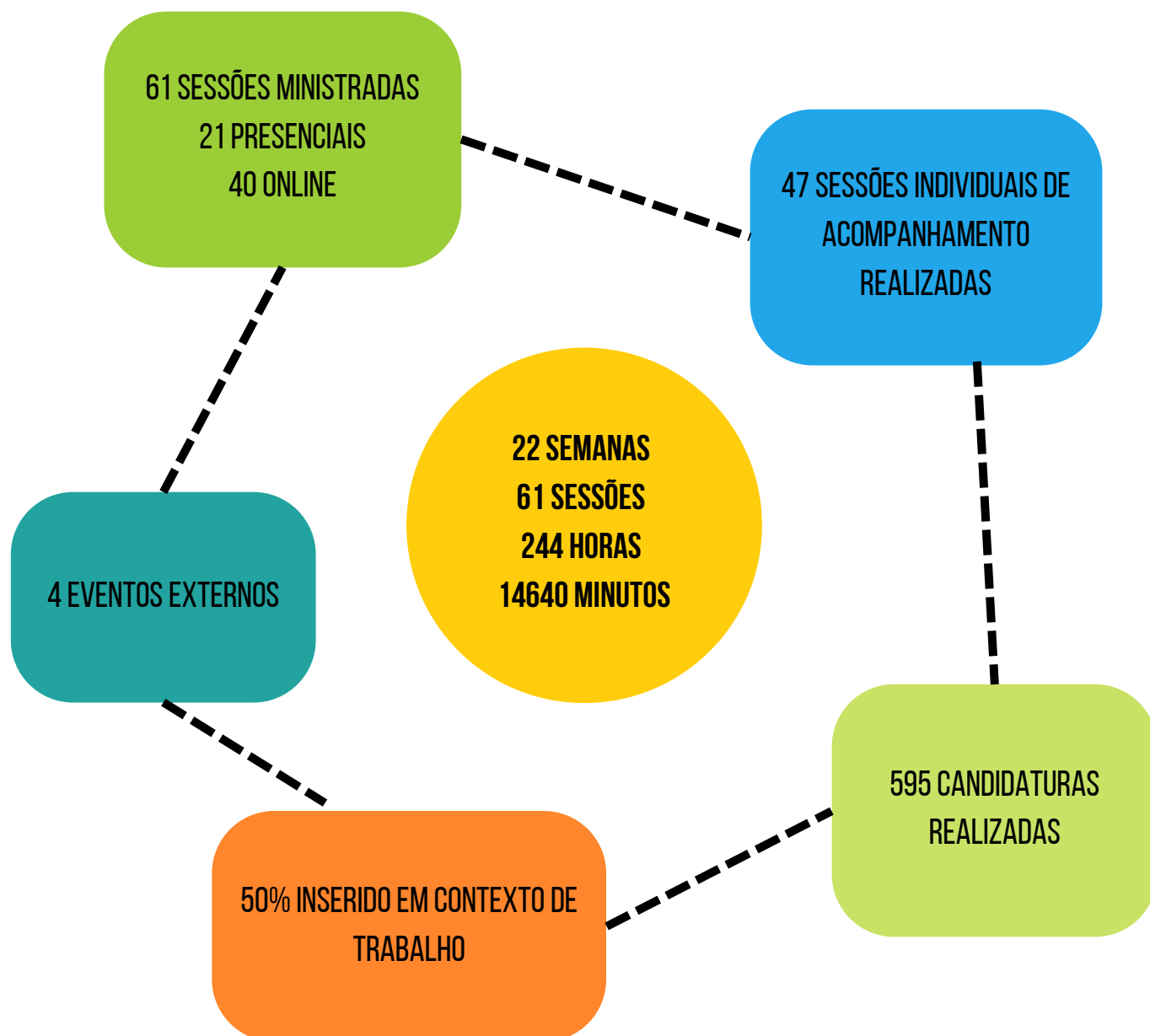
No âmbito do Programa ATIVAR.PT, e perante um desafio do IEFP, IP – Instituto do Emprego e Formação Profissional, a CoimbraMaisFuturo iniciou em finais de 2021 o processo de criação de uma Incubadora Social de Emprego no território, que iniciou atividade a 01 de Fevereiro de 2022 e termina a 31 de dezembro de 2022, contando com duas equipas até final do projeto. A primeira equipa deste projeto piloto teve a duração de 5 meses, com início a 22/02/2022 e término a 28/07/2022. Prevemos em Setembro dar início a uma nova equipa.

Esta iniciativa piloto caracteriza-se por uma intervenção de grande proximidade ao território, e assenta em Equipas de Procura de Emprego constituídas por grupos de 20 desempregados encaminhados pelo IEFP, orientados por um mentor para a procura ativa de emprego, durante um período não superior a cinco meses. Um aspeto fundamental nas metodologias a adotar com estas Equipas, são as práticas colaborativas que conciliam técnicas de procura de emprego ajustadas às dinâmicas do mercado laboral com uma forte componente de aconselhamento técnico. Todo o processo de intervenção com os desempregados, cuja participação é de carácter voluntário, assenta também, no desenvolvimento de competências pessoais, sociais e digitais com vista ao reforço da sua empregabilidade.



A primeira Equipa de Procura de Emprego foi composta por 20 candidatos, 14 mulheres e 6 homens com idades compreendidas entre os 24 e os 54 anos, situando-a idade média nos 47 anos. De referir que é um grupo bastante heterogéneo relativamente à sua formação, estando inseridos no grupo participantes com o 12º ano, com licenciatura, com mestrado e com a frequência de doutoramento. Relativamente às áreas de qualificação, foram igualmente bastante diversas: medicina veterinária; psicologia; saúde ambiental; filosofia; relações internacionais; gestão, serviço Social; multimédia; agronomia; produção florestal, etc. Salientamos ainda que 19 dos candidatos são do concelho de Coimbra e 1 do concelho da Mealhada.

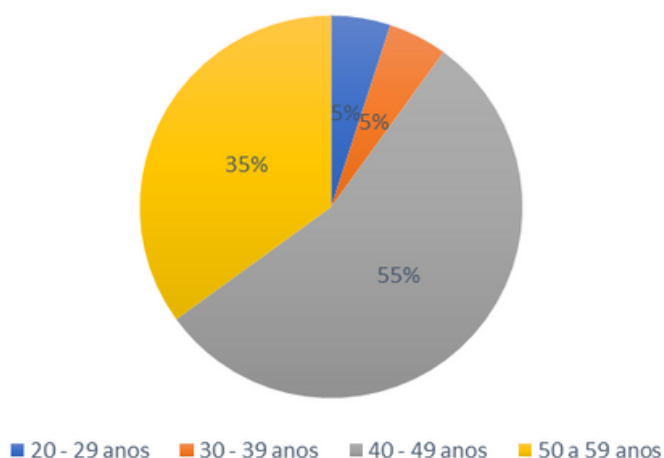
A EQUIPA DE PROCURA DE EMPREGO EM NÚMEROS



CARATERIZAÇÃO DO GRUPO INICIAL - EPE1

Nome	Idade	Formação Académica	Tempo desemprego
CARLA PEGO	52	Eng. ^a Produção Florestal / D.I.Médica	1 ano
MARIA MIRANDA	51	Mestrado Psicologia	1 ano
ANA VALENTE	52	Licen. Saúde Ambiental	2 anos
SUSANA CAMPOS	49	Mestrado Serviço Social	1 ano
CARLOS ALMEIDA	54	Mestrado em RH	6 anos
CÉLIA GASPAR	44	12.º ano	2 ano
FRANCISCO FONSECA	49	CET Informática	6 meses
CARLA SANTOS	47	Doutoranda em Políticas Públicas	6 meses
BRUNO LOPES	47	Mestrado Gestão Empresarial	5 meses
ANA LUCAS	51	Mestrado Criação Artística	6 meses
CARLA BERNARDINO	41	Mestrado Economia	2 meses
MARIA PEREIRA	51	Mestrado Medicina Veterinária	3 meses
ANDRE VILAÇA	42	Mestrado Psicologia	2 anos
JOSÉ COELHO	50	CET Gestão Empresas - Logística	4 meses
CRISTINA ANDRADE	34	Licen. Em Relações Internacionais	1 ano
CLARA GODINHO	48	Licen. Agronomia	1 ano
MARIA SIMÕES	25	Licen. Multimédia	Estágio
JOÃO DIOGO	47	Doutorando em Filosofia	6 meses
SANDRA LUIS	48	12.º ano	1 ano
LILIANA BERNARDO	43	12.º ano	3 meses

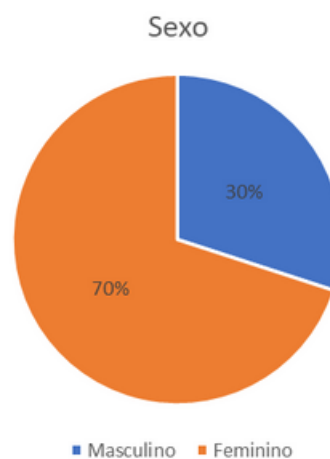
Idade Participantes



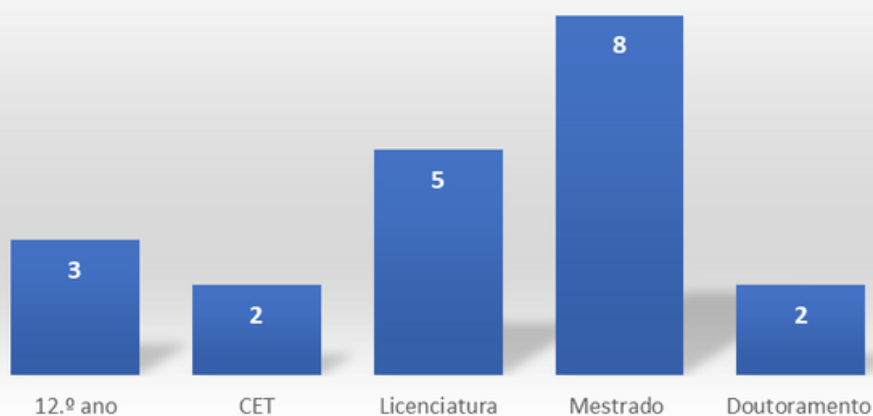
A média de idades deste grupo de participantes é de 46 anos.

CARATERIZAÇÃO DO GRUPO INICIAL

A grande maioria deste grupo foi constituído por elementos do sexo feminino.



Habilitações Académicas



Um grupo muito qualificado e profissionalmente diversificado.

INFOGRÁFICO DE COMPETÊNCIAS

Mentora



Sofia Santos

14
ÁREAS

MÉDIA
47
IDADE

INCUBADORA
SOCIAL



CARLOS PEDRO
COIMBRA

ÁREA PROFISSIONAL

- GESTÃO DE RH
- GESTÃO
- ADMINISTRAÇÃO

DISPONÍVEL PARA ESTÁGIO PROFISSIONAL

FORMAÇÃO

- MESTRADO EM GRH E COMPORTAMENTO ORGANIZACIONAL
- LIC. GESTÃO RECURSOS HUMANOS
- CET EM GARH
- CCP

COMPETÊNCIAS

- TRABALHO EM EQUIPA
- MICROSOFT OFFICE
- COMPETÊNCIAS DE GESTÃO
- LIDERANÇA



JOÃO DIOGO
COIMBRA

- GESTÃO DE PROJECTOS

- LIC. EM FILOSOFIA
- FORMAÇÃO GOOGLE CAPSTONE EM GESTÃO DE PROJECTOS

- ORGANIZAÇÃO
- GESTÃO DE TEMPO
- AUTONOMIA
- COMUNICAÇÃO
- LIDERANÇA



FÁTIMA MIRANDA
COIMBRA

- FORMAÇÃO
- PSICOLOGIA
- EDUCAÇÃO
- CRIAÇÃO DE MATERIAIS DIDÁTICOS E EXPRESSÃO ARTÍSTICA

- LIC. PSICOLOGIA CLÍNICA
- CCP
- CCPE

- GESTÃO DE PROJETOS
- AUTONOMIA
- CRIATIVIDADE



LILIANA BERNARDO
COIMBRA

- ATENDIMENTO AO PÚBLICO
- VENDAS

- 12.º ANO TÉC.COMERCIAL

- TRABALHO EM EQUIPA
- ESPECIALIZADA EM ATENDIMENTO AO PÚBLICO
- INGLÉS FLUENTE



CÉLIA GASPAR
COIMBRA

- DELEGADA COMERCIAL NOS CANAIS HORECA E SAÚDE
- ACTIVIDADE SEGURADORA

- 12º ANO - ECONOMICO SOCIAL

- CAPACIDADE DE TRABALHO EM EQUIPA E DE ADAPTAÇÃO
- FLEXIBILIDADE
- PERSISTENTE
- RESILIENTE



BRUNO LOPES
COIMBRA

- SUSTENTABILIDADE
- ECONOMIA SOCIAL
- ECONOMIA CIRCULAR
- COMPLIANCE

- LIC. EM GESTÃO
- CCP

- LIDERANÇA
- ORGANIZAÇÃO
- COMUNICAÇÃO
- CAPACIDADE DE INICIATIVA
- RESOLUÇÃO DE PROBLEMAS



SUSANA CAMPOS
COIMBRA

- SERVIÇO SOCIAL

- MESTRADO EM SERVIÇO SOCIAL
- LIC. EM SERVIÇO SOCIAL
- CCP

- MEDIADORA DE CONFLITOS
- GESTÃO DE EQUIPAMENTOS SOCIAIS
- GESTÃO DE EQUIPAS



INFOGRÁFICO DE COMPETÊNCIAS



FRANCISCO FONSECA
COIMBRA

ÁREA PROFISSIONAL

- TIC- SISTEMA DE INFORMAÇÃO



FORMAÇÃO

- SISTEMA DE INFORMAÇÃO (NÍVEL V)
- CCP
- HELPDESK



COMPETÊNCIAS

- ESTRATÉGIA MARKETING DIGITAL
- HELPDESK
- FERRAMENTAS DE PRODUTIVIDADE
- FERRAMENTAS DE ANÁLISE



Mentora



Sofia Santos



CARLA PÊGO
COIMBRA

- SAÚDE - VENDAS
- MARKETING



- ENG. PRODUÇÃO FLORESTAL



- VENDAS
- COMUNICAÇÃO
- GESTÃO DE TERRITÓRIO E CLIENTES
- CAPACIDADE ANALÍTICA
- ESPÍRITO DE EQUIPA E RESILIÊNCIA.



14
ÁREAS



PAULA LUCAS
COIMBRA

- EXPRESSÃO ARTÍSTICA
- TÊC. AUXILIAR DE SAÚDE E GERIATRIA
- TÊC. AUXILIAR DE FISIOTERAPIA E MASSAGEM



- MESTRADO EM CRIAÇÃO ARTÍSTICA CONTEMPORÂNEA
- LIC. EM ESCULTURA
- CCP



- BOA COMUNICAÇÃO
- POLIVALENTE
- TRABALHO EM EQUIPA
- PONTUAL E ASSÍDUA



MÉDIA
47
IDADE



CARLA SANTOS
PAMPILHOSA

- PLANEAMENTO/DESENV. TERRITORIAL
- SUSTENTABILIDADE
- POLÍTICAS E MAR



- MESTRADO EM INOVAÇÃO E POLÍTICAS DE DESENVOLVIMENTO
- LIC. PLANEAMENTO REGIONAL E URBANO
- CCP



- TRABALHO EM EQUIPA
- AUTONOMIA
- ADAPTAÇÃO A CONTEXTOS DISTINTOS
- ORGANIZAÇÃO



INCUBADORA
SOCIAL



SANDRA LUÍS
COIMBRA

- ADMINISTRATIVO / SECRETARIADO



- FREQUÊNCIA UNIVERSITÁRIA 2º ANO EM CIÊNCIAS POLÍTICAS NO ISCSP
- CURSO SECRETARIADO DE DIRECÇÃO



- ESPECIALIZADA NA ÁREA ADMINISTRATIVA E SECRETARIADO
- EXCEL



ANA VALENTE
COIMBRA

- SEGURANÇA E HIGIENE NO TRABALHO
- SEGURANÇA ALIMENTAR
- FORMAÇÃO
- ADMINISTRATIVA



- LIC. EM SAÚDE AMBIENTAL
- PÓS-GRADUAÇÃO DE TÉCNICO SUPERIOR DE SEGURANÇA NO TRABALHO
- CCP
- CCPE



- TÊC. SUPERIOR DE SEGURANÇA NO TRABALHO NÍVEL VI
- TRABALHO EM EQUIPA
- CRIATIVIDADE
- ADAPTABILIDADE



CAROLINA SIMÕES
COIMBRA

- MULTIMÉDIA
- DESIGN
- FOTOGRAFIA E VÍDEO
- BRANDING



- LIC. MULTIMÉDIA- ISMT
- PÓS-GRADUAÇÃO EDIÇÃO E PÓS-PRODUÇÃO VÍDEO



- MULTIMÉDIA
- DESIGN
- FOTOGRAFIA E VÍDEO
- BRANDING

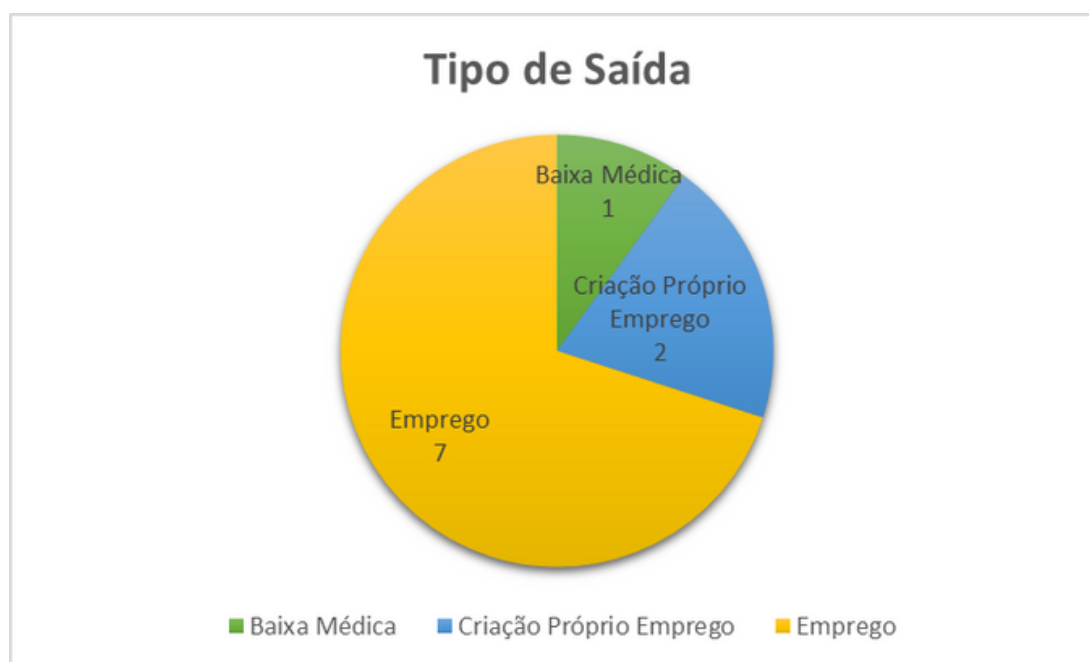


Coimbra
mais futuro



CANDIDATOS QUE SAÍRAM DA EPE1

CARLA BERNARDINO - ID1213824	→	Mestrado Economia	→	Formação e Criação Próprio Emprego – para estatística continua desempregada
MARIA PEREIRA – ID1323508	→	Medicina Veterinária	→	Veterinária na <u>Monvet</u>
JOSÉ COELHO – ID343119	→	CET Gestão Empresa	→	Gestor Logística na <u>InCycles</u>
CRISTINA ANDRADE - ID4463097	→	Licen. Em Relações Internacionais	→	Rececionista - Hotel Serra Lousã
CLARA GODINHO – ID1294520	→	Licenciatura Agronomia	→	Formadora na APCC
ANDRÉ VILAÇA – ID7338322	→	Mestrado Educação	→	Baixa Médica
CAROLINA SIMÕES - ID7292566	→	Licenciatura Multimédia	→	Agence 3print
JOÃO DIOGO - ID1318307	→	Doutorando Filosofia	→	Trabalhador independente
LILIANA BERNARDO - ID9607	→	Atendimento ao público	→	Rádio Popular
SANDRA LUÍS - ID1288929	→	Administrativa	→	Clínica Sigmund - Psicologia



CANDIDATURAS ENVIADAS

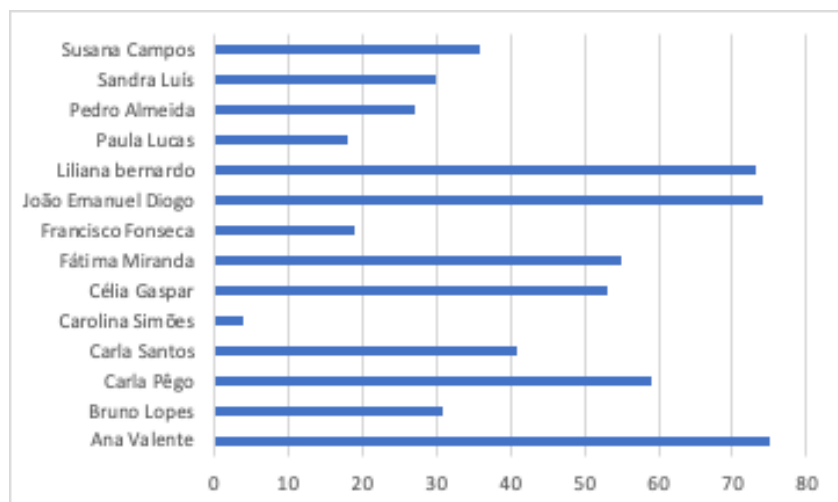
A apresentação de indicadores a partir do inquérito: Registo de candidaturas de emprego, tem por objetivo promover uma maior visibilidade das candidaturas efetuadas pelos membros da incubadora social de emprego, bem como permitir estabelecer novas formas de intervenção na incubadora.

**RESPOSTAS
TOTAIS**



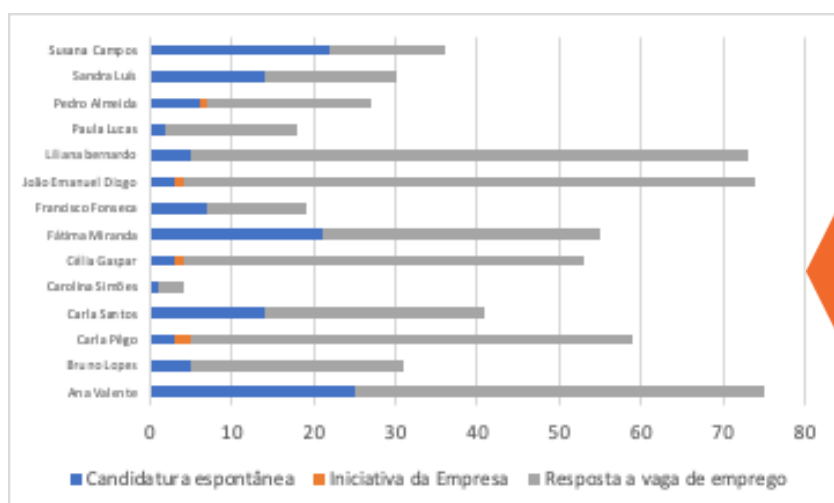
595

Nome	Candidatura espontânea	Iniciativa da Empresa	Resposta a vaga de emprego	Total
Ana Valente	25		50	75
Bruno Lopes	5		26	31
Carla Pêgo	3	2	54	59
Carla Santos	14		27	41
Carolina Simões	1		3	4
Célia Gaspar	3	1	49	53
Fátima Miranda	21		34	55
Francisco Fonseca	7		12	19
João Emanuel Diogo	3	1	70	74
Liliana bernardo	5		68	73
Paula Lucas	2		16	18
Pedro Almeida	6	1	20	27
Sandra Luís	14		16	30
Susana Campos	22		14	36



TOTAIS POR PARTICIPANTE

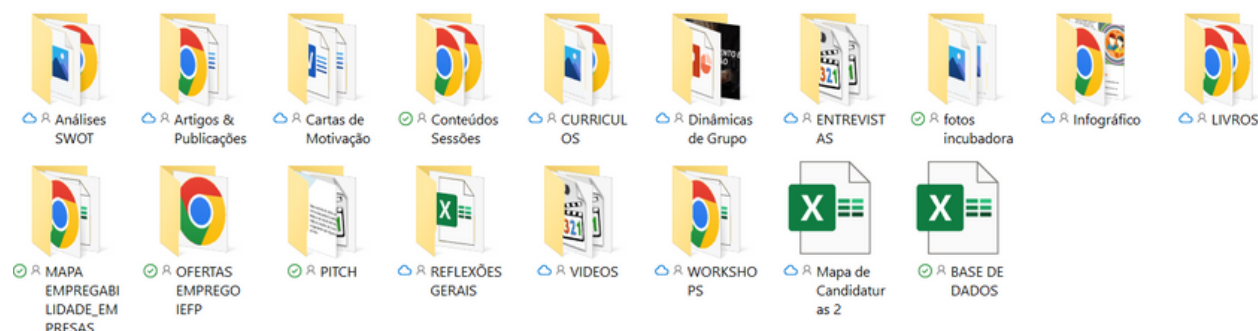
TOTAIS POR TIPO DE CANDIDATURA



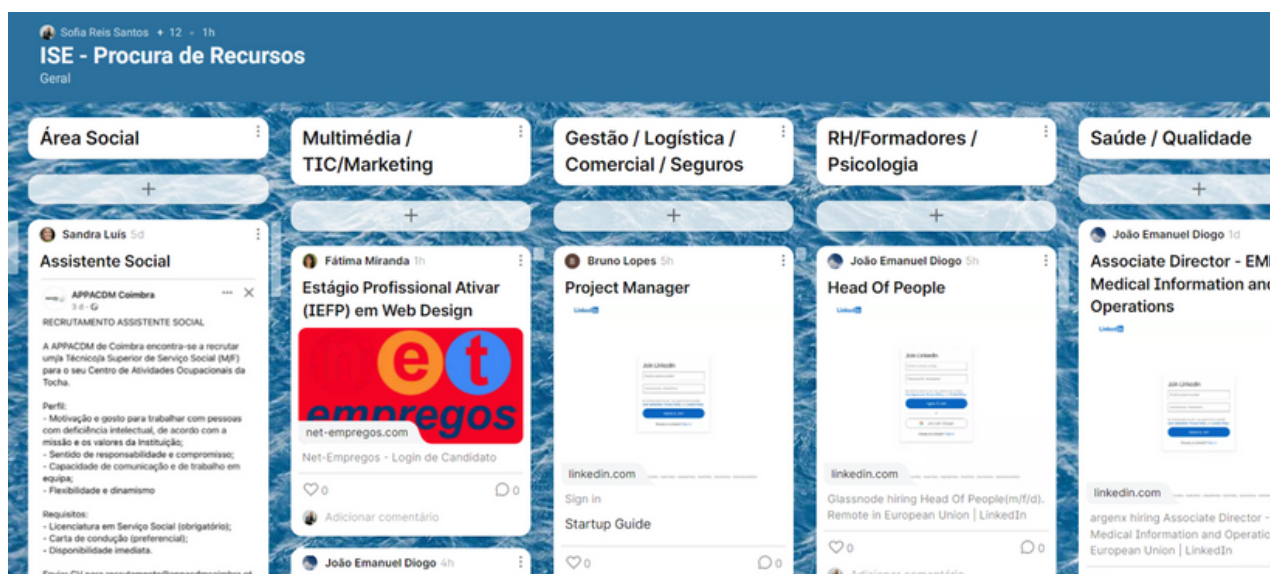
POR PARTICIPANTE E TIPO DE CANDIDATURA

METODOLOGIA APLICADA

1. Criação de uma drive partilhada com os participantes para partilha de conteúdos das sessões e conteúdos abordados.

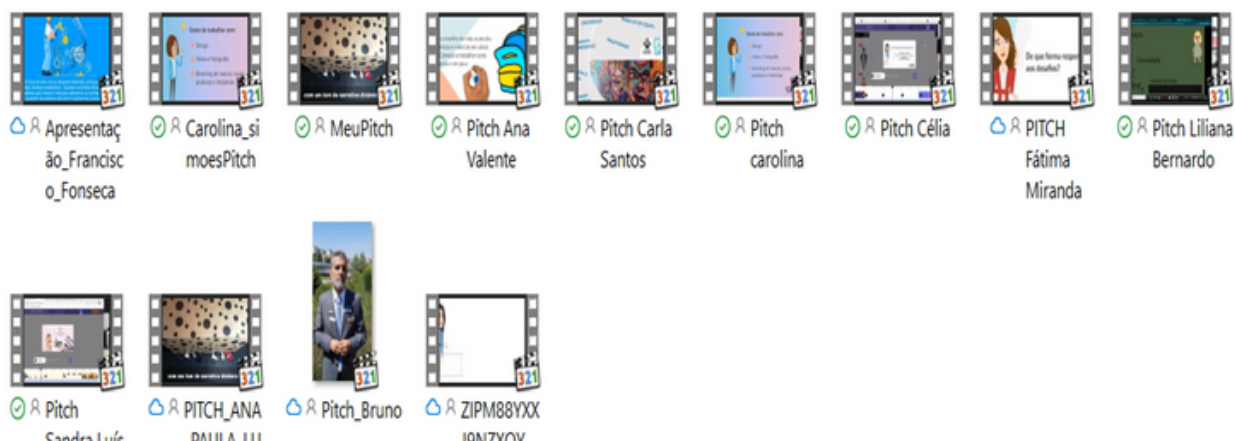


2. Mapa de Base de Dados foi criado digitalmente no Padlet, onde os participantes partilhavam ofertas de emprego, formação e estágios. Para além do Padlet de grupo, os participantes criaram o seu Padlet individual, que servia como diário de desenvolvimento, onde partilhavam as reflexões pessoais e registavam os momentos das sessões.

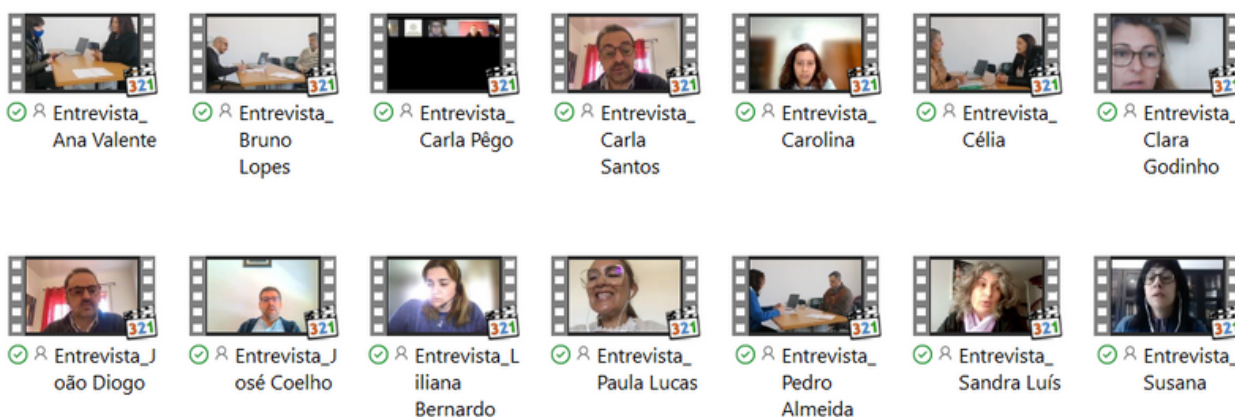


[illegible]

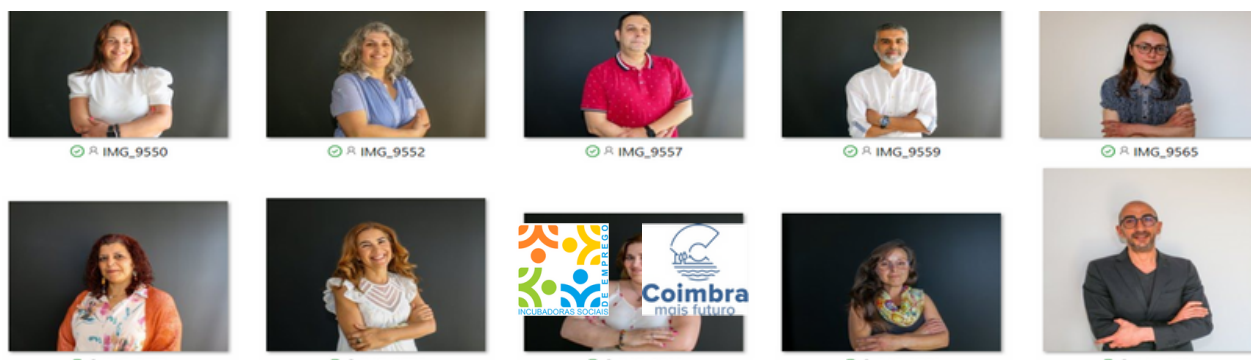
5. Elaboração e treino do discurso de valorização profissional e Elevator Pitch.



6. Treino de entrevista em modo presencial e online.



7. Sessão fotográfica profissional.



8. Eventos externos e partilha de conhecimentos

- Oficina de Empregabilidade "O que procura quem contrata";
- Feira de Emprego do Instituto de Emprego e Formação Profissional;
- Feira de Emprego Virtual;
- Formação de LinkedIn para Totós;
- Olimpíadas de Excel;
- Oficina de Escrita Criativa e Criatividade;
- Gestão de Prioridades e do tempo;
- Gestão do Stress e da Ansiedade no Desemprego;
- Comunicação de Alto Impacto e a Entrevista de Emprego.



TESTEMUNHOS

Tive a sorte de integrar na primeira Incubadora de emprego, através da Coimbra mais futuro em parceria com o IEFP. Têm sido uma experiência muito enriquecedora, uma vez que temos uma mentora muito dinâmica, prática, objetiva, preocupada, mostrando-se sempre disponível e muito profissional.

O grupo é composto por pessoas fantásticas, que apesar de serem de áreas distintas, revelam excelentes conhecimentos, nas mais diversas matérias. Trata-se de um grupo com grandes capacidades, dinâmico, com muitas competências, com vasta experiência profissional, unido, o que têm sido uma mais-valia, a nível pessoal e profissional. Esta formação permitiu o melhoramento do C.V, redes sociais, treino de entrevista, o que os recrutadores das empresas procuram e elaboração de Pitch.

Sou muito grata pela oportunidade dada. Sinto muito orgulho em fazer parte deste grupo.

Muito obrigada, desejando desde já os maiores sucessos a nível pessoal e profissional a toda a equipa. Juntos somos mais fortes.

CÉLIA GASPAR

Podia ser mais um projeto...porém, este projeto tem-se revelado uma agradável surpresa. Tem sido um crescendo de conhecimentos vários e de experiências enriquecedoras que nos tornam fortes, mais robustos, mais confiantes e mais ricos como pessoas e como profissionais.

As competências adquiridas são inúmeras, e a partilha de saberes muito diversificada e enriquecedora.

Mas, o mérito do sucesso este projeto, esses tem um nome, é a Sofia. Com a sua humildade, simpatia, sabedoria, bom senso, perspicácia, audácia e resiliência tem conduzido este grupo, tão heterogéneo como unido, a um futuro, seguramente melhor.

Infelizmente nem tudo é um “mar de rosas”, pois a faixa etária predominante, 40-50 anos com uma elevada qualificação e “provas” dadas no seu segmento, continua pouco valorizada e reconhecida. O que conduz a situações de injustiças e desmotivação.

A duração do projeto podia ter as tarefas mais concentradas num período de tempo mais curto.

Grata por participar neste projeto e por conhecer pessoas tão interessantes e criativas.

CARLA PÊGO

TESTEMUNHOS

A ISE foi de enorme importância para mim, porque pude desenvolver novas competências e experiências pessoais/ profissionais. Têm sido uma mais valia na procura de emprego e com resultados muito positivos.

É um projeto dinâmico e com objetivos concretos para orientação dos participantes numa procura de emprego, seguindo criteriosamente as normas necessárias para mesmo.

Para concluir, este projeto tem uma mentora extremamente motivadora e com muito dinamismo que nos gera interesse na procura de emprego e/ou na criação da nossa própria atividade.

PAULA LUCAS

Tenho o privilégio de participar numa das experiências piloto de uma incubadora social de emprego em território nacional.

Um espaço que se tem configurado como uma mais-valia e um território de partilha e entreajuda, só possível pela presença pró-ativa, dinâmica, empenhada e sincera da nossa mentora Sofia Santos e pelo excelente de grupo de participantes.

A situação de desemprego acarreta simultaneamente muitas possibilidades, muitos desafios e sem dúvidas inúmeras ansiedades e angústias agravadas por um isolamento social que se vai instalando gradualmente e muitas vezes de forma impercetível nas nossas vidas.

Fazer este caminho de regresso ao mundo do trabalho de forma acompanhada, por outros, com as mesmas questões, as mesmas dificuldades, pode ajudar-nos a encontrar ânimo e novas abordagens mais eficazes para a nossa procura de emprego.

A mentora que acompanha o nosso grupo é incansável na procura de estratégias de melhoria, de aperfeiçoamento junto de todos e de cada um dos intervenientes nesta, agora já “equipa” de procura de emprego.

FÁTIMA MIRANDA

TESTEMUNHOS - ELEMENTOS INTEGRADOS



LICENCIATURA EM RELAÇÕES INTERNACIONAIS
PÓS-GRADUAÇÃO EM DIREITOS HUMANOS E DEMOCRACIA

"FIZ PARTE DA PRIMEIRA INCUBADORA SOCIAL DE EMPREGO PROMOVIDA PELA COIMBRA MAIS FUTURO E EM PARCERIA COM O IEF. ESTE PROJETO FOI MUITO IMPORTANTE PARA MIM, COMO PESSOA E COMO PROFISSIONAL, A MENTORIA DA SOFIA SANTOS FEZ-ME SENTIR MOTIVADA E APOIADA DURANTE AS SESSÕES E A PROCURA ATIVA DE EMPREGO.

O GRUPO DO QUAL FIZ PARTE FOI CONSTITUÍDO POR COLEGAS DE DIFERENTES ÁREAS PROFISSIONAIS, COM EXPERIÊNCIAS DISTINTAS DE EMPREGO, O QUE TORNOU ESTE GRUPO BASTANTE DINÂMICO E DIFERENCIADO. FORAM VÁRIOS MOMENTOS DE APRENDIZAGEM, ONDE GANHAMOS DIVERSAS COMPETÊNCIAS, COMO P.E., MELHORAR A NOSSA APRESENTAÇÃO AO MERCADO DE TRABALHO, TRABALHANDO O CV, REDES SOCIAIS E O TREINO DE ENTREVISTA. TIVEMOS TAMBÉM SESSÕES DE AUTOCONHECIMENTO PARA DESENVOLVER COMPETÊNCIAS DE INTERVENÇÃO MAIS EFICAZES COM POTENCIAIS RECRUTADORES."

CRISTINA ANDRADE



LICENCIATURA ENGENHARIA
AGRÁRIA

"FUI PARTICIPANTE NA EQUIPA DE PROCURA DE EMPREGO N.º 01/2022 INICIADA EM 22/02/2022 DA INCUBADORA SOCIAL DE EMPREGO DA COIMBRAMAISSFUTURO,

VENHO AGRADECER EM PRIMEIRO LUGAR, TODO O APOIO PRESTADO PELA MENTORA, QUE ESTEVE SEMPRE DISPONÍVEL, DEDICADA E MUITO PROFISSIONAL. PERMITIU-ME EXPANDIR OS MEUS HORIZONTES NESTES DOIS MESES QUE ESTIVE PRESENTE. TENHO A CERTEZA QUE, SE NÃO FOSSE PELO SEU EMPENHO, ESTE TRABALHO FEITO COM A EQUIPA NÃO SERIA TÃO PROVEITOSO.

QUERIA AINDA AGRADECER, A TODOS OS MEUS COLEGAS DE EQUIPA, POIS FOI UM GRUPO FANTÁSTICO, COM PESSOAS INSPIRADORAS, EMPREENDEDORAS, COMPETENTES E SONHADORAS. PESSOAS DE EXCELÊNCIA!

A TODOS O MEU MUITO OBRIGADA, POR FAZEREM PARTE DE UM PEDACINHO DA MINHA HISTÓRIA DE VIDA...POIS AS BOAS VIVÊNCIAS NUNCA SE ESQUECEM, SIMPLEMENTE FICAM PARA SEMPRE.

MUITO ORGULHO EM TER FEITO PARTE DESTA EQUIPA."

CLARA GODINHO

CONCLUSÃO

Em suma, este projeto piloto que decorreu durante cinco meses, foi sem dúvida memorável e inspirador, quer pelas suas aprendizagens, quer pelos momentos de partilha e ainda pelas experiências vivenciadas.

Apesar de todas as dúvidas iniciais, de alguma falta de apoio e insuficiente informação nos conteúdos disponibilizados nos manuais dos mentores, tenho a certeza que esta primeira equipa foi um sucesso. A taxa de empregabilidade poderia ser mais elevada, contudo, considero que tem de se analisar outras variáveis como a formação académica especializada, a idade e o contexto empresarial da região de Coimbra. Todavia, no follow-up a 3 meses que irá ser realizado, tencionamos atingir a meta dos 65% de taxa de empregabilidade.

Relativamente à próxima EPE, que irá iniciar em setembro, estamos bastante expectantes pois vamos realizar a metodologia num período de tempo mais curto: 66 sessões em 4 meses. Na nossa opinião e partilhando igualmente a opinião unânime dos participantes da EPE1, a duração de 5 meses da primeira equipa, foi demasiado extensa, pelo que a redução de tempo poderá ser benéfica.

Um agradecimento a todos os que tornaram possível.

