



ESTÁ DESEMPREGADO/A?

Acha que pode ajudar e ser ajudado?

Faça parte de um grupo de pessoas que se ajudam umas às outras na procura de emprego

Mais informações:
gepe@ipav.pt
T 218 854 730

Em Lisboa:
Instituto P. António Vieira (IPAV)
Tv. das Pedras Negras, n.º 1, 4.º Andar
1100-404 Lisboa

No Porto:
Instituto P. António Vieira (IPAV)
CIDEB – UCP / Campus de Asprela
R. Dr. António Bernardino Almeida
4200-072 Porto

Os **GEPE** são grupos de pessoas desempregadas que se encontram regularmente para reunir esforços na procura activa de emprego. Aumentam assim as suas redes de contactos e a probabilidade de encontrarem trabalho.

Os **GEPE** estão em várias instituições no País e a participação é gratuita.

Os **GEPE** não têm emprego para dar, nem têm subsídios para distribuir. Mas podem ser uma óptima ajuda para vencer o combate contra o desemprego.

Ajudar e ser ajudado faz toda a diferença.

uma iniciativa:  Instituto P. António Vieira

patrocínio:  Montepio
Valores que crescem contigo.

Na instituição anfitriã:

A minha passagem pelo GEPE foi curta. Mas foi uma experiência pela qual estou muito grata, pois significou um ponto de viragem na situação de desemprego em que estava há quatro meses. Na altura, sentia-me já um bocado perdida e desmoralizada, sem saber como abordar o mercado de trabalho neste contexto de crise, e tinha dificuldade em falar abertamente sobre o assunto, tanto em família como entre amigos.

Foi quando soube dos GEPE, que estavam na altura a arrancar. Demorei a decidir se queria realmente expor-me, mas avancei. E encontrei o apoio de que precisava.

Primeiro, foi importante saber que existiam mais situações como a minha do que eu poderia imaginar. Segundo, foi fundamental discutir abertamente o assunto, partilhar experiências e procurar soluções e instrumentos de procura de trabalho com pessoas que sabiam do que eu estava a falar. Terceiro, foi reconfortante ver-me rodeada e incentivada por pessoas com garra, espírito e determinadas a mudar a sua vida, podendo ajudar ao mesmo tempo que era ajudada nesse processo. E quarto, foi transformador tomar contacto com o IPAV, a sua missão e a sua equipa formidável de gestores, formadores e animadores, que com uma enorme generosidade nos acompanharam, sempre de igual para igual, com uma postura construtiva e motivadora.

A verdade é que eu saía sempre das reuniões com as baterias carregadas, com ideias para por em prática, com a sensação de estar activa e determinada a atingir o meu objetivo de encontrar um novo trabalho. Entretanto, fiz também o curso "História do Futuro", outra iniciativa do IPAV, de onde saí com duas mensagens bem gravadas: temos que nos autoconhecer, reposicionar, definir aquilo que queremos da vida e procurá-lo com foco; temos que nos saber valorizar, apresentar e diferenciar no mercado de trabalho, sendo a dinamização da rede de contactos um aspeto fundamental.

Arregacei as mangas e a verdade é que, cerca de três meses depois, precisamente através da minha rede de contactos, e é verdade que também com um pouco de sorte à mistura, recomecei a trabalhar, na área que procurava!

Foi uma conquista e sem dúvida um passo em frente muito importante. Mas tratou-se, acima de tudo, de um novo começo, porque a nossa caminhada em busca "desse lugar que acerte bem conosco" na realidade nunca acaba. Continuo a acompanhar os GEPE, ainda que à distância, e espero conseguir de alguma forma retribuir o ânimo e o apoio que neles recebi.

Ana Bandeira