**Candidatura a membro do Grupo Dinamizador da PNAR**

Olá o meu nome é Frederico Abreu.

**O meu percurso como autorrepresentante**

Estive em acontecimentos de colónias para Autorrepresentantes e de mentor de sala,   
estive também dentro de algumas atividades como passeios,   
festas no CECD Pendão,   
outros acontecimentos de atividades como o dia das bruxas.

Já fui jurado de melhor máscara do dia das bruxas.

Estive também no projeto Força onde fui a Bélgica e   
onde estive com outros Autorrepresentantes e   
ouvi e aprendi muitas coisas do país deles e cultura da vida deles.

Estive com professora Carmen lá e era ela que nos traduzia tudo.   
Estive também com a Dra. Diana Carmona na Bélgica.

Durante 2 anos estive na FENACERCI a trabalhar para a PNAR.  
Aqui era o responsável pelas redes sociais e   
atualizava o sítio internet da PNAR.  
Escrevia as notícias para o FACEBOOK e   
partilhava outras que eram importantes.

Também via quem tinha as quotas em dia e quem não tinha.  
Fiz o banco de dados com todos os membros da PNAR e   
os cartões de sócio.

Durante este tempo participei em muitas reuniões e em Seminários.

**Ideias para a PNAR**

Ajudar em tudo o que poder da PNAR.

Estar em projetos novos e organizar eventos juntamente com a Sandra.   
O meu objetivo é ser um bom Dinamizador e estar mais próximo de futuras novas coisas da PNAR e de ajudar em tudo o que puder fazer.