

DISPOSITIVO 2.2
«EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE»

DESPORTO

**CHAMADA PARA
FACILITADORES**

INFOPACK
3ª EDIÇÃO



Financiado por:



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.

Implementado por:



SOBRE O PROGRAMA

Cuida-te+: A Par e Passo é um projeto que pretende **promover estilos de vida mais saudáveis, conduzindo ao aumento de comportamentos promotores de saúde juvenil.**

À semelhança das edições anteriores, este programa propõe-se a desenvolver **30 ações com jovens entre os 14 e os 18 anos**, apostando na educação não-formal e entre pares, e utilizando a atividade física e o desporto como ferramentas para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

As sessões de capacitação serão desenvolvidas em grupo e orientadas por, pelo menos, dois facilitadores por sessão (área do desporto e experiência em facilitação em treino de competências pessoais e sociais).

As sessões estão divididas em 4 áreas de intervenção:

SAÚDE MENTAL

ALIMENTAÇÃO E ATIVIDADE FÍSICA E DESPORTIVA

SAÚDE SEXUAL E REPRODUTIVA

COMPORTAMENTOS ADITIVOS E DEPENDÊNCIAS

30 ações



Jovens entre os 14 e os 18 anos

PARA QUEM?

Se queres integrar a nossa Bolsa de Facilitadores e inspirar outros e outras jovens a desenvolver as suas competências pessoais e sociais e a adotar estilos de vida mais saudáveis, esta formação é para ti!

Procuramos facilitadores ou facilitadoras de todo o país para integrar a nossa Bolsa; ter formação no programa das sessões do projeto e, posteriormente, facilitar e implementar as ações de capacitação do Cuida-te +: A Par e Passo.

Para poderes ser facilitador ou facilitadora deves ter:

- Entre 18 e 30 anos de idade;
- Interesse e experiência nas áreas social e desportiva;
- Disponibilidade para viajar e realizar ações pelo país;
- Vontade de desenvolver as tuas competências pessoais e sociais e servir de modelo inspirador a outros e outras jovens;
- Disponibilidade para estar presente na formação inicial de facilitadores.

REMUNERAÇÃO

O valor da remuneração por sessão é de **60€ por facilitador/a.**

Serão também reembolsados os custos de deslocação e alimentação associados à facilitação de sessões, mediante apresentação de fatura com número de contribuinte da Par.

FORMAÇÃO INICIAL

Para poderes integrar a Bolsa de Facilitadores do Programa Cuida-te+, terás de estar presente na nossa formação inicial (*requisito obrigatório*).

A formação inicial de facilitadores realizar-se-á nos dias **4 e 5 de Março 2023**, em Lisboa, em local a definir.

O horário da formação será das **10h às 17h**, tendo uma duração de total de 14 horas e será certificada pela Associação Par - Respostas Sociais.

A formação é totalmente gratuita, com refeições incluídas; no entanto, as despesas de deslocação para a formação não estão asseguradas pelo projeto, pelo que terão de ficar ao encargo do/a participante. No entanto, **para quem não for residente em Lisboa e necessite de alojamento durante estes dias**, estas despesas, sim, serão cobertas pelo projeto, pelo que o/a participante não terá qualquer encargo financeiro neste sentido.

SELEÇÃO

Para completares a tua inscrição, deverás preencher o formulário, que se encontra [AQUI](#), **até ao dia 25 de fevereiro**.

A decisão de seleção dos facilitadores será comunicada até **dia 28 de fevereiro** através do endereço de e-mail que colocares no formulário de inscrição.

Caso tenhas alguma dúvida em relação ao Programa Cuida-te+: a Par e Passo, não hesites em contactar-nos: ines.coelho@par.org.pt.

Para ficares a saber mais sobre a Associação Par - Respostas Sociais e os projetos que temos vindo a desenvolver, convidamos-te a visitar o nosso site e a ficar atento às nossas redes sociais.



[@AssociaçãoParRespostasSociais](#)



[@par_respostas_sociais](#)



**CONTAMOS
CONTIGO?**



Financiado por:



INSTITUTO PORTUGUÊS DO
DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.

Implementado por:



cuida **te**

