

Chamada para Facilitadores



Sobre o Projeto

O Projeto Cuida-te +: A Par e Passo pretende promover estilos de vida mais saudáveis por parte dos e das jovens que participarão no projeto, conduzindo assim a um aumento de ocorrência de comportamentos promotores de saúde.

O projeto visa desenvolver ações com jovens com idades compreendidas entre os 14 e os 18 anos, através da educação não formal e entre pares, utilizando a atividade física e o desporto como ferramentas para o desenvolvimento de competências pessoais e sociais.

As sessões de capacitação dos e das jovens participantes estão divididas em 4 ações que pretendem o desenvolvimento de uma competência-chave para a diminuição de comportamentos de risco associados a um tema específico:

Ação	Competência	Tema
Ação 1	Autoestima	Alimentação Saudável
Ação 2	Comunicação Assertiva	Consumos
Ação 3	Gestão de Emoções	Sexualidade
Ação 4	Empatia	Relações interpessoais mais saudáveis

Para Quem?

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

Procuramos 16 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 jovens

Nota: Na composição desta bolsa serão considerados os estilos de vida ativos.

Remuneração

O valor da remuneração é de 80€ por sessão por facilitador.

Os custos de deslocação para a formação e implementação das sessões serão cobertas até ao valor de transportes públicos.

Onde?

A formação de facilitadores realizar-se-á nos dias 24 e 25 de outubro, em local a definir. O horário da formação é das 10h00 às 17h00, tendo uma duração total de 12 horas.

Seleção

Para completares a tua inscrição deverás preencher a ficha de inscrição, que se encontra [aqui](#) até ao dia **5 de Outubro**.

A decisão de seleção dos facilitadores será comunicada no dia **9 de Outubro** através do endereço de e-mail.

Se tiveres questões sobre o Cuida-te +: A Par e Passo, contacta-nos através do e-mail: filipa.castro@par.org.pt

Para ficares a saber mais sobre a Par – Respostas Sociais e os projetos que desenvolvemos, visita o nosso site em <http://par.org.pt/> e fica atento às nossas redes: <https://www.facebook.com/AssociacaoParRespostasSociais>

https://www.instagram.com/par_respostas_sociais/

Contamos contigo!