



Centro Social, Cultural e Recreativo  
de Messegães, Valadares e Sá

### **Nesta edição:**

- Nota de Boas-vindas
- Programa Orientar.Equilíbrio
- Dia Internacional da Mulher

### **Contactos:**

#### **Equipa de RSI**

**CENSO** - Centro Social, Cultural e Recreativo de Messegães, Valadares e Sá

Lugar da Vila, Valadares,  
4950 Monção

Tlf.: 251 531 797

[www.censo.pt](http://www.censo.pt)

[censo.rsi@gmail.com](mailto:censo.rsi@gmail.com)

# BOLETIM INFORMATIVO

## *Equipa de Rendimento Social de Inserção de Monção*

Edição Trimestral I

Janeiro 2011

### **Nota de Boas-Vindas**

A equipa de RSI de Monção/ CENSO lança este mês a primeira edição do seu Boletim Informativo.

Com este boletim trimestral pretendemos estabelecer um contacto regular com os nossos parceiros, assim como, com a comunidade em geral,

partilhando informação de forma eficaz e, simultaneamente, oferecendo um meio de suporte à divulgação alargada de notícias, eventos e actividades dinamizadas, quer por esta equipa, quer no terceiro sector em geral. Toda a participação no desenvolvimento dos con-

teúdos e formatos será bem-vinda e fundamental para que este documento se transforme num veículo de ligação entre todos os parceiros, privilegiando sempre a envolvimento comunitária.

A todos um grande bem hajam!

### **Programa Orientar.Equilíbrio**

Tendo em conta as problemáticas com as quais esta equipa se depara diariamente no terreno aquando da intervenção junto das famílias beneficiárias, foi desenhado e está a ser implementado o programa Orientar.Equilíbrio. Este programa de intervenção comunitária pretende assessorar e orientar

as famílias nas tarefas do quotidiano, contribuindo para a aquisição de novas aprendizagens e competências pessoais, estando organizado em três grandes eixos: organização doméstica; hábitos de vida saudáveis e desenvolvimento pessoal e social. O primeiro módulo decorreu em 2010,

notando-se grande envolvimento dos participantes. O segundo módulo, dedicado aos hábitos de vida saudáveis, terá início dia 3 de Fevereiro nas instalações da Casa do Curro e conta, mais uma vez, com a colaboração das entidades parceiras de Núcleo Local de Inserção de Monção.

### **Dia Internacional da Mulher**

Como forma de assinalar o Dia Internacional da Mulher, esta equipa irá promover uma caminhada pela Ecopista Monçanense, no dia 10 de Março, que contará com a presença das mulheres em acompanhamento. Esta iniciativa será também o culminar das sessões dedicadas aos hábitos de vida saudá-

veis, pelo que se procurará sensibilizar para a importância de adopção dos mesmos. Pretende-se que seja um dia pautado pela alegria e boa disposição, onde haverá também um lanche convívio e jogos de provérbios e lendas. Por fim, será promovida uma breve reflexão acerca do Dia Interna-

cional da Mulher, data que visa lembrar as conquistas sociais, políticas e económicas das mulheres a partir do início do século XX, bem como repudiar as discriminações e violência a que muitas ainda estão sujeitas nas sociedades actuais.