

Equipa do CAJ:

Equipa Multidisciplinar:

- Equipa de Enfermagem
- Médico
- Nutricionista
- Técnica de Serviço Social
- Entre outros...

Missão do CAJ:

* Apoiar os jovens nas vertentes biopsi- cossocial e cultural com o intuito de:

- Promover estilos de vida saudáveis através de metodologias de:

- * Sensibilização.
- * Informação/ esclarecimento.
- * Orientação.
- * Educação.
- * Prevenção de comportamentos de Risco.
- * Promoção de estilos de vida saudáveis.

Já tens certezas?

Unidade de Cuidados da Comunidade Mirandela

Tel: 278201110

Fax: 278201119

Email: ucc@cmirandela.min-saude.pt

APOIO:



Data de Elaboração: 18/06/2014

Data de Revisão: 18/06/2017



UNIDADE LOCAL DE SAÚDE DO NORDESTE EPE

UNIDADE DE CUIDADOS NA COMUNIDADE
DE MIRANDELA

**CENTRO DE ATENDIMENTO
A JOVENS**

(dos 12 aos 28 anos)

CENTRO CIVICO DE MIRANDELA
3ª, 4ª e 5ª DAS 14h30 às 17h00



CAJ

Os Serviços de Saúde disponibilizam um atendimento específico, aberto aos jovens para que estes possam fazer escolhas saudáveis.

O Centro de Atendimento aos Jovens (CAJ) foi criado para:

- * Esclarecimento dos jovens do concelho de Mirandela, livre de preconceitos e otimizando os recursos pessoais;
- * Envolvimento dos jovens na sua saúde, responsabilizando-os pelas suas escolhas, articulando com áreas específicas como a (s): sexualidade (s), planeamento familiar, apoio psicológico, social, nutricional, entre outros...

NA PROCURA DE GANHOS EM SAÚDE
OU
LIMITAÇÃO DE RISCOS



ATIVIDADES DO CAJ

No Centro de Atendimento aos Jovens (CAJ), são desenvolvidas as seguintes atividades:

- * Desenvolvimento de dinâmicas de grupo, através de colóquios e sessões com temáticas como:
 - * cidadania,
 - * direitos e deveres,
 - * relacionamento interpessoais (família, escola, amigos)
 - * Projetos de vida (sonhos, autoestima)
 - * Participação juvenil e voluntariado (promotores de saúde)
 - * Sexualidade(s) e afetos
 - * Saúde reprodutiva
 - * Doenças sexualmente transmissíveis

- * Relações de género
- * Crescimento e desenvolvimento: corpo, autocuidado e autoconhecimento
- * Uso de álcool, tabaco e outras drogas lícitas e ilícitas
- * Educação Ambiental: educação alimentar e distúrbios alimentares
- * Saúde Oral
- * Violência social e doméstica: cultura de paz
- * Distribuição de material contraceptivo.
- * Divulgação e orientação para outros serviços e instituições