



Namorar é uma forma bonita de viver o

Só sei que meu coração

Vive imenso na emoção

De te querer com ardor...

Assim, que entendas, espero, o meu apelo
sincero,

Ao declarar-te este amor ...

Vivo no mundo da lua, lá é mais fácil pensar em você.

Se eu tiver que escolher entre você e o sorriso, escolho você, pois sem você
nunca irei sorrir.

A felicidade não esta nas pessoas onde muitos procuram... e sim no coração
onde muitos a não encontram.

O preservativo é o único método que protege
das doenças sexualmente te transmissíveis

A melhor decisão é àquela que tem o autógrafo
da tua cabeça e do teu coração

Nunca é demais **gostar** de **nós**,
previne-te !



Stª. Casa da Misericórdia de Almada/ Unidade Saúde Familiar M. Caparica



BEM-ME-QUER



CENTRO COMUNITÁRIO DO PIA II

RUA DO MOINHO N°S 7, 9 E 11—2825-016 MONTE DE CAPARICA

TEL.: 21 294 69 40/ 21 294 69 51

UNIDADE SAÚDE FAMILIAR MONTE DE CAPARICA

RUA SÃO LOURENÇO POENTE— 2825-023 MONTE DE CAPARICA

TEL.: 212945891



Idade primavera,

as emoções afloram a mil.

O coração está sempre em festa,
mas o adolescente, às vezes, contesta.

É espinha no rosto.

É atracção pelo sexo oposto.

É a voz se alterando.

É a paixão iniciando.

Ganha mais atenção a aparência.

Viver tem mais urgência.

Não é adulto, não é criança,
mas é evidente a mudança.

É a necessidade de responsabilidade.

É a busca da felicidade.

É a ciência da consciência.

É efervescência, é adolescência.

Josete



POPULAÇÃO ALVO

Pré adolescentes e adolescentes dos 12 aos 16 anos de idade.

OBJECTIVOS DO PROJECTO

- Estimular as adolescentes a tomar decisões responsáveis no que respeita às relações que têm com os outros.
-
- Apoiar as adolescentes no desenvolvimento positivo de si próprias (assertividade, expressão de ideias, sentimentos próprios e respeito pelos outros).
-
- Fomentar a compreensão do seu próprio desenvolvimento físico, emocional e social.
-
- Possibilitar às adolescentes a partilha de experiências em grupo de forma a desenvolver capacidades pessoais e sociais
-
- Promover o conhecimento sobre os diversos métodos de contracepção e doenças sexualmente transmissíveis.

