



NEWSLETTER

2 | March 2023

Bem-vindo ao segundo número da nossa newsletter onde poderá encontrar as últimas atualizações sobre o nosso trabalho no projeto Erasmus+ SINCALA.

UM MANUAL PARA IMPLEMENTAR SESSÕES COM BASE EM NARRATIVAS PARA CUIDADORES INFORMAIS

Este manual é o segundo resultado do projeto SINCALA. É um recurso prático que pretende proporcionar aos profissionais dos sectores da saúde e social uma metodologia para implementar sessões de apoio aos cuidadores com base na leitura de estímulos (tais como poemas, contos ou extratos de textos mais longos), a troca de sentimentos suscitados por esta atividade e a sua cristalização através de técnicas de escrita expressiva e espontânea.

O manual fornece informação de base, orientações passo a passo para a implementação das sessões, bem como uma seleção de estímulos disponíveis nas diferentes línguas parceiras para serem utilizados durante os workshops, com o objetivo final de permitir que cada vez mais profissionais explorem as lições aprendidas através do projeto SINCALA.

O manual pode ser descarregado em inglês, estónio, grego, russo, italiano, português e esloveno a partir deste link:
<https://sincala.eu/documents-2/>

SAIBA MAIS SOBRE OS CUIDADORES INFORMAIS COM O NOSSO MOOC!

A Universidade de Tartu, parceiro da Estónia, lançou um recurso muito interessante para profissionais dos setores da saúde e social que trabalham com pessoas mais velhas e os seus cuidadores informais. Trata-se de um MOOC gratuito desenvolvido no âmbito do projeto SINCALA, cujo objetivo é ajudar os profissionais a identificar e abordar questões relacionadas com a violência nas relações informais de prestação de cuidados.

O curso começa a 6 de Março e termina a 2 de Abril, com a duração total de 4 semanas. O curso tem 4 módulos, que pressupõem a autoaprendizagem, para que os participantes no curso possam completá-los assim que quiserem. Após a conclusão com sucesso, os participantes receberão um certificado de 1 ECTS assinado digitalmente pela Universidade de Tartu.

O PROJETO

O projeto S.IN.CA.L.A vai de encontro a uma necessidade transversal a todos os países da UE:

abordar o desafio de providenciar cuidados e apoio a uma população envelhecida, em particular aos muito idosos (80+). Em todos os países, haverá a necessidade de aumentar o número de famílias prestadoras de cuidados.

De um ponto de vista de família-resiliência, as famílias são consideradas como uma unidade com capacidades e recursos intrínsecos, e potencial de crescimento, sendo os laços relacionais positivos e as ligações entre os membros da família parte integrante da manutenção da sua capacidade de resistir às adversidades. Contudo, deve ser considerado que as capacidades de resistência não são inatas, mas podem e devem ser aprendidas e cultivadas através de métodos pedagógicos.

O S.IN.CA.L.A providenciará um programa de intervenção com base na narrativa terapêutica que poderá ser utilizado por profissionais que trabalhem com familiares cuidadores de forma a ajudá-los a desenvolver a sua resiliência e manter a capacidade de cuidar.

O curso é realizado inteiramente em inglês. É possível inscrever-se aqui antes de 6 de Março.

[Join the ecourse](#)

O QUE SE SEGUE?

A parceria SINCALA está agora a trabalhar no desenvolvimento do quarto e último resultado do projeto, uma plataforma educativa multilingue destinada a cuidadores informais para os apoiar no seu papel de cuidadores.

Para ser atualizado sobre os nossos progressos, visite:

<https://sincala.eu/>

A PARCERIA

- Women's Support and Information Centre (Estónia)
- The University of Tartu (Estónia)
- Union of Women Associations of Heraklion Grécia)
- Alzheimer Hellas (Grécia)
- Anziani e non solo (Itália)
- CASO50+ Centro de Atendimento e Serviços 50+, Associação (Portugal)
- Spominčica - Alzheimer Slovenija (Eslovénia).



www.sincala.eu | [#sincalaproject](https://twitter.com/sincalaproject)