

## Testemunhos de Vida

“Aprendi a **Ser Mãe**, Aprendi a **Dar Carinhos** aos meus filhos. Hoje passeio com os meus filhos, festejamos aniversários. Aprendi a **Brincar** Quando bebia só queria dormir.” (Luísa-2005)

“A vinda a esta casa, embora não pareça, **fez-me pensar em primeiro lugar em Mim** e, depois em quem me rodeia.

Pára e pensa nas minhas palavras.  
(Maria-2006)

“Consegui **Criar uma Rede de Alegria** que não teria se não me tivesse tratado. É uma rede de alegria que está à minha volta. Os meus filhos são felizes agora. Fico feliz com o meu filho porque tem confiança em mim”. (Lúcia-2006)

“Foi uma Luz de Deus que me trouxe até aqui. Se não viesse já não estaria viva. Com a ajuda desta casa consegui ultrapassar os meus obstáculos.” (Filomena-2007)



CISE  
Esposende  
Solidário

## Comunidade de Inserção Social de Esposende

### Equipa Técnica

- 1 Psicóloga
- 1 Assistente Social
- 3 Ajudantes de Ação Direta
- 1 Administrativa

### Comunidade de Inserção Social de Esposende

Rua da Seara, n.º 66 | 4740 – 183 União  
das Freguesias de Palmeira de Faro e  
Curvos – Esposende  
Tel. 253 964 332

Email:

comunidadeinsercao@esposendesolidario.pt

Informação ao  
Utilizador

## Atividades

Criada em 2005 no sentido de proporcionar uma Nova Resposta, assente numa perspetiva Biopsicossocial

Psicoterapêuticas	Terapia de grupo Terapia Individual Sociodrama Grupo de auto-ajuda (AA)
Psicoeducacionais	Sessões Psicoeducacionais para as famílias Práticas educativas parentais Atividades Mães & Filhos Educação para a saúde
Lúdico-pedagógicas	Atelier de Criatividade Noite Lúdica Comemoração de Dias Festivos
Reinserção Socioprofissional	Grupo de competências profissionais/mini-estágios Grupo de higienização e organização doméstica Horticultura terapêutica RVCC
Mente & Corpo	Hidroginástica Yoga Zumba Karaté Caminhadas

## Direitos e Deveres

### Direitos dos Utentes

- Pedir e ter sempre ajuda
- Usufruir de todos os Serviços da Comunidade
- Receber informação sobre todos os assuntos relacionados com a pessoa
- Ser respeitado na sua privacidade pessoal, individualidade e diferença
- Manter contatos e receber visitas

### Deveres dos Utentes

- Respeitar as regras de funcionamento
- Respeitar as outras utentes
- Cumprir os horários e objetivos
- Manter a confidencialidade e privacidade de todas as informações partilhadas pelas colegas.

O alcoolismo é considerado uma doença pela OMS, sendo que o principal sintoma é o desejo incontrolável de beber.

Quem se torna um alcoólico **jamais deixará** de o ser. O simples facto de se abster do álcool durante meses ou mesmo anos **nunca** deu a um alcoólico capacidade para voltar a beber “normalmente” ou em sociedade.

O uso abusivo de álcool gera na vida do ser humano uma série de problemas físicos, emocionais, comportamentais e espirituais, levando-o a **uma vida de extremo sofrimento** para ele, para a sua família e pessoas à sua volta.

**Não** existe uma **cura** para o alcoolismo. Contudo é possível o doente se recuperar.

Na CISE a **nossa preocupação** é tratar além do aspecto físico, também a mente, através da consciencialização sobre a necessidade de desenvolver uma nova forma de viver, implicando um processo de reformulação dos seus pensamentos, hábitos e comportamentos, no qual o consumo de álcool não mais terá razão de existir.