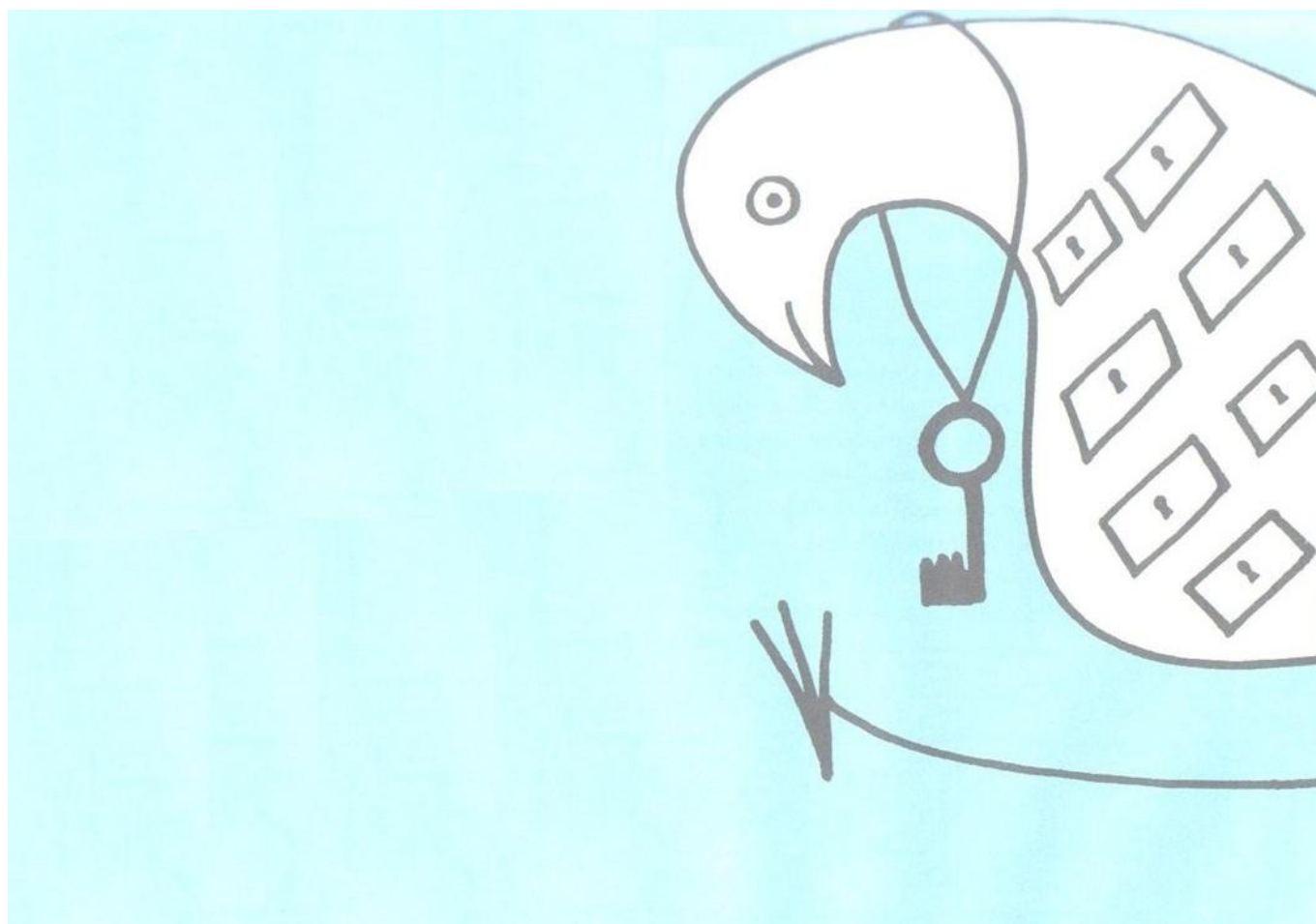




Comunidade Sócio-Terapêutica
CASA JOÃO CIDADE



EU EXISTO!

Projeto 2015/2016

Índice

EU EXISTO	2
Objetivos Gerais.....	3
Ateliers Principais	4
TEATRO	4
ATIVIDADES.....	6
Objetivos Específicos	7
GRAFISMO	8
ATIVIDADES.....	9
Objetivos Específicos	10
IMAGEM	11
ATIVIDADES.....	11
Objetivos Específicos:	12
Ateliers Complementares.....	13
Calendarização Ateliers.....	14
Calendário Semanal	15
Calendário – Outras Atividades	16
Avaliação	17

EU EXISTO

"Imponha-me uma tarefa na qual eu possa colocar algo do meu mais íntimo ser, e isso não será mais uma obrigação; isso é alegria, isso é arte."

Bliss Carman

Todos nós possuímos um conjunto de experiências e saberes que se foram acumulando ao longo da nossa vida, no contacto com o meio que nos rodeia. Cabe a nós, Comunidade, valorizar, reforçar e ampliar estas mesmas, de modo a permitir a realização de aprendizagens posteriores mais complexas.

‘Eu Existo’ é o projeto do Centro de Atividades ocupacionais da Comunidade Socio Terapêutica Casa João Cidade, que surge da avaliação das necessidades dos clientes, a nível do domínio do bem-estar emocional. Verificaram-se várias lacunas nos diferentes indicadores, essencialmente no conceito de si próprio, aceitação da deficiência e incapacidade. Pretende-se assim, estimular em cada um a capacidade de estruturarem o conhecimento de si próprios, desenvolvendo ao mesmo tempo, atitudes de auto-estima e auto-confiança, de valorização da sua identidade e das suas raízes.

Este projeto pretende igualmente inculcar o respeito pelas diferenças individuais e pelo ritmo de aprendizagem de cada um, a valorização de experiências, a consideração pelos interesses e necessidades individuais, o estímulo às interações e às trocas de experiências e saberes, a promoção da iniciativa individual e de participação.

Será desenvolvido dentro de três ateliês principais – Grafismo, Imagem e Teatro, obedecendo a uma ordem cronológica – Passado, Presente e Futuro, nos quais irão ser desenvolvidas atividades (diversificadas, integradoras e socializadoras).

Objetivos Gerais

Neste projeto temos vários objetivos, transversais aos diferentes ateliers, os quais constituem a nossa finalidade perante as atividades a desenvolver.

- 1) Estruturar o conhecimento de si próprio, desenvolvendo atitudes de auto-estima e auto-confiança e valorizando a sua identidade e raízes;
- 2) Reconhecer a importância do EU;
- 3) Identificar características e qualidades pessoais;
- 4) Promover o auto-domínio para uma maior inteligência intrapessoal;
- 5) Compreender as diferentes funções das emoções e os diferentes tipos de atitudes emocionais;
- 6) Promover o auto-conhecimento de modo a potenciar o equilíbrio afetivo;
- 7) Conseguir exteriorizar as suas memórias e emoções através da comunicação verbal e não-verbal;
- 8) Estimular a criatividade e sensibilizar para a arte.

Ateliers Principais

TEATRO

“O verdadeiro conhecimento vem de dentro.”

Sócrates

As atividades de exploração do corpo, da voz, do espaço, e objetos, são momentos de enriquecimento. A exploração de situações imaginárias dará a oportunidade a que os clientes, pela vivência de diferentes papéis, se reconheça melhor e entenda melhor o outro.

Numa fase inicial e através do diálogo com os clientes, pretende-se que os mesmos reflitam sobre as diferenças que cada individuo possui, interpretem as dicotomias dos vários sentimentos e que constatem que, apesar de diferentes, podemos conter sentimentos semelhantes.

“O Pássaro da Alma” é um livro de Michal Snunit que fala de nós, das nossas emoções, através da metáfora de um pássaro. De forma poética e única somos convidados a “voar” dentro do nosso mais íntimo e profundo sentir para perceber aquilo que sentimos, como o sentimos e porque o sentimos.

Os jogos dramáticos permitirão que os clientes desenvolvam progressivamente as possibilidades expressivas do corpo – unindo a intencionalidade do gesto e/ou palavra, à expressão, de um sentimento, ideia ou emoção. Aqui é possível desenvolver ações ligadas à história ou a uma personagem, colocando-os perante problemas a resolver: problemas de observação, de equilíbrio, de controlo emocional, de afirmação individual, de integração no grupo, de desenvolvimento de uma ideia. Pretende-se, fundamentalmente, que os clientes experimentem, através de diferentes meios, expressar a sua sensibilidade e desenvolver o seu imaginário.

Em teatro, procura-se ir fundo nas emoções, nas ideias e nos sentidos. Ao despertar os nossos sentidos, ficamos mais atentos e permeáveis ao outro, ao espaço que nos envolve e conhecemo-nos também, melhor a nós e ao nosso corpo.

OBJETIVOS/PROGRAMA:

- 1) Estimular a desinibição corporal;
- 2) Desenvolver a consciência e a confiança de grupo;
- 3) Voz: Respiração, dicção e projeção;
- 4) Escrita criativa e leitura expressiva em voz alta;
- 5) Técnicas de palco e jogos teatrais;
- 6) Improvisação e construção de personagem;
- 7) Processo criativo e montagem teatral;
- 8) Espetáculo final de palco.

ATIVIDADES

PASSADO	FASE DE CONCEPÇÃO Atividades Aquecimento e relaxamento Jogos de Exploração - Corpo, Voz, Espaço, Objetos Jogos Dramáticos, Improvisação, Caracterização de Personagens; Encenação (atores) + Produção (Luz e Som, Dramaturgia, Figurinos e Adereços, Cenografia)	RECURSOS: Música, Lenços, Cordas, Bolas, Arcos, Colchão, Pinos, Folhas de Papel, Lápis, Instrumentos musicais, Cadeiras, Cronómetro, mantas, espelho Material necessário ao espetáculo
PRESENTE	FASE DE EXECUÇÃO Continuação de atividades e jogos de expressão; Ensaios: de leitura, de marcação, de repetição de apuro, corridos, técnicos, gerais	Música, Lenços, Cordas, Bolas, Arcos, Colchão, Pinos, Folhas de Papel, Lápis, Instrumentos musicais, Cadeiras, Cronómetro, mantas Material necessário ao espetáculo
FUTURO	FASE DE EXIBIÇÃO Festival de Expressões: Espetáculos finais + Continuação de atividades e ensaios	Música, Lenços, Cordas, Bolas, Arcos, Colchão, Pinos, Folhas de Papel, Lápis, Instrumentos musicais, Cadeiras, Cronómetro, mantas Material necessário ao espetáculo

Objetivos Específicos

- 1) Desenvolver, de forma pessoal, as possibilidades expressivas de cada um, utilizando o corpo, a voz, o espaço e os objetos;
- 2) Vivenciar diferentes formas e atitudes corporais;
- 3) Desenvolver movimentos;
- 4) Experimentar maneiras diferentes de produzir sons;
- 5) Explorar diferentes maneiras de dizer vocábulos;
- 6) Aliar ao som gestos e movimentos;
- 7) Adquirir, progressivamente, o domínio do espaço;
- 8) Explorar diferentes maneiras de se deslocar e utilizar o espaço circundante;
- 9) Utilizar a imaginação como estímulo à capacidade de recriar ou inventar personagens e de desenvolver situações;
- 10) Improvisar, a partir de histórias ou situações;
- 11) Criar personagens a partir da escrita criativa;
- 12) Participar num processo criativo e montagem teatral;
- 13) Participar num espetáculo final de palco.

GRAFISMO

No atelier do Grafismo pretendemos desenvolver uma proposta diferenciada de trabalho proporcionando aos clientes maior auto-conhecimento de si mesmos, pela valorização de vivências, conhecimentos, referências e interesses. Cada um traz, em seu corpo, uma memória de vida, uma história, um contexto familiar.

Considera-se essencial que se mobilizem situações de diálogo, de cooperação, de confronto de opiniões; se fomente a curiosidade de aprender; se descubra e desenvolva, nas dimensões cultural, lúdica e estética da Língua, o gosto de falar, de ler e de escrever.

No sentido de desenvolver competências mais específicas, é necessário experimentar e dar continuidade a percursos individuais, nomeadamente aquisição de vocabulário personalizado para responder às necessidades pessoais.

Os órgãos dos sentidos têm o papel de “situar-nos” perante o mundo. Assim como a linguagem que está baseada nas imagens, é através da visão que construímos a opinião sobre o mundo. Para a pessoa com deficiência visual, e em particular no caso da Mária, a percepção de si e do mundo à sua volta é alterada devido às informações que recebe serem reduzidas e as suas representatividades, pobres. Pretendemos alterar esta condição através de atividades específicas e da escrita em Braille, sistema de escrita que permite uma maior comunicação, sendo um importante fator de integração social, assim como instrumento de trabalho e elemento de consciencialização.

Dentro do grupo que temos, encontramos ainda alguns elementos com uma maior dificuldade para expressar emoções, necessidades e pensamentos e/ou trocar informações com outras pessoas. Desta forma, e como meio de comunicação temporário, pretendemos explorar a linguagem MAKATON – linguagem que utiliza a fala e os gestos, a expressão facial, o contacto ocular e a linguagem corporal. É um programa que tem por base uma lista seletiva de palavras relacionadas com as vivências do dia-a-dia, utilizando a fala simultaneamente com gestos e/ou símbolos.

A afirmação da individualidade e o desenvolvimento de uma identidade positiva dependem fortemente da conquista do próprio espaço, contribuindo significativamente para uma vida plena.

ATIVIDADES

<p>PASSADO</p>	<p>HISTÓRIAS DE VIDA Construção biografias (recordações e memórias)</p> <p>Trabalhar o próprio nome (reconhecer letras, origem nome, acróstico, escrever o próprio nome através de diferentes técnicas)</p> <p>Construção de uma plataforma com linguagem Makaton</p>	<p>RECURSOS: Folhas de papel, canetas, lápis, computadores, máquina/computador de braille, papel crepe, massa Dás, revistas, tesouras, colas, linhas, lãs, tecidos, cartolinas, impressora, câmara de filmar.</p>
<p>PRESENTE</p>	<p>AUTO-RETRATO Auto-retrato descritivo (como me vejo e como os outros me veem)</p> <p>Desenho + construção de Marionetas (reconhecimento do próprio corpo e suas características físicas)</p>	<p>Folhas de papel de máquina, computadores, canetas, lápis, máquina/computador de braille, folhas de papel cavalinho, lápis de cor, lápis de cera, jornais, fita cola crepe- tesa, fio, tintas acrílicas, pincéis.</p>
<p>FUTURO</p>	<p>CRIAÇÃO PROJETO Elaboração de um projeto por grupo, partindo de linhas orientadoras (tema, atividades, objetivos, recursos, cronograma/organização, avaliação)</p>	<p>Folhas de papel de máquina, computadores, canetas, lápis, máquina/computador de braille, livros, internet.</p>
<p>Trabalho Final: Álbum Biográfico Escrito e Ilustrado</p>		

Objetivos Específicos

- 1) Descrever lugares, atividades e momentos passados com amigos, com familiares, nos seus tempos livres, etc;
- 2) Identificar características familiares;
- 3) Reconhecer datas e fatos;
- 4) Construção de histórias vivas, tornando-se conscientes de si mesmos e das suas emoções;
- 5) Possibilitar que a escrita exerça uma função social (a escrita como memória) e uma função expressiva, sendo a escrita a demonstração de expressões de sentimentos, emoções e visão de si mesmos;
- 6) Estimular de forma criativa a prática de produção de textos;
- 7) Tomar consciência do poder da palavra;
- 8) Valorizar a imagem e a ilustração como linguagem;
- 9) Estimular o desenvolvimento da comunicação através da linguagem Makaton, sendo esta uma estratégia em termos de organização cognitiva;
- 10) Expressar-se oralmente, com progressiva autonomia e clareza;
- 11) Dispor dum meio que facilite ou aumente o desenvolvimento da fala propriamente dita;
- 12) Praticar e melhorar a leitura e escrita em Braille;
- 13) Explorar os programas no computador de Braille;
- 14) Adquirir capacidade para interagir e explorar o ambiente.

IMAGEM

A imagem acompanha-nos em todos os momentos da vida humana, registando todos os acontecimentos importantes. O ser humano é um recetor constante da comunicação visual, sendo esta cada vez mais importante na sociedade. No atelier de Imagem pretendemos então trabalhar memórias do passado, transformando-as para o presente com outro olhar. Damos grande importância à realização pessoal através de atividades que envolvam a expressão artística, apelando para a imaginação, a espontaneidade e a expressão de sentimentos.

Através da imagem, nomeadamente a fotografia, é possível exteriorizar aquilo que pensamos e sentimos; é uma forma de expressão. Mesmo no caso da deficiência visual é possível fotografar através de diversos ambientes e retirar as suas perceções - neste último caso poderemos apoiar no momento de captar a imagem e, posteriormente, trabalhá-la, dando-lhe relevo com diferentes materiais.

ATIVIDADES

PASSADO	MEMÓRIA Trabalhar memórias a partir de um brinquedo e de um objeto (Desenho do brinquedo e sua construção + Desenho do objeto e fotografia) Construção de uma máquina fotográfica artesanal – Máquina PINHOLE	RECURSOS: Objeto e brinquedo que trazem de casa, folhas de papel cavalinho, lápis de carvão, lápis de cor, lápis de cera, canetas de feltro, material de picotagem, tintas diversas, tecidos, lãs, linhas, botões, agulhas, cartão, barro, madeira, material de reciclagem, latas com tampa, cartolinas pretas, pregos, martelo, latas de alumínio, fita adesiva preta, fita cola dupla, papel fotográfico, 4 tinas, líquido revelador, líquido interruptor, líquido fixador, água, pinça, luz vermelha
PRESENTE	EMOÇÕES Auto-retrato com diferentes expressões faciais/emoções (alegria, tristeza, apaixonado, zangado, surpresa e medo) –	Fotografias, folhas de papel cavalinho, lápis de carvão, borrachas, pinceis, grafite, revistas, tesouras, colas,

	diferentes técnicas, consoante cada uma das emoções	aguarelas, ligadura de gesso, água, café, copos plásticos, lápis de cera, tinta da china, material de picotagem, massa Dás, barro, pasta de papel, goma Eva, cartolinas.
FUTURO	CONSCIENCIALIZAÇÃO Realização de um filme – campanha para a consciencialização da comunidade/inclusão ('Eu Existo...' – tendo em conta gostos, forças, perspetivas para o futuro)	Câmara de filmar, computadores, musica, Dvd
Trabalho Final: Álbum Biográfico Escrito e Ilustrado		

Objetivos Específicos:

- 1) Trabalhar as noções de leitura de uma imagem;
- 2) Desenvolver a comunicação visual;
- 3) Identificar, em imagens, diferentes emoções, tais como: medo, alegria, tristeza, zanga, etc.;
- 4) Tomar consciência da sua imagem;
- 5) Exercitar a capacidade do uso da linguagem para fins de representação;
- 6) Relacionar elementos da fotografia com o desenho e vice-versa;
- 7) Trabalhar novas formas de abordar a pintura, a partir da fotografia;
- 8) Conhecer novas estratégias de comunicação;
- 9) Desenvolver a imaginação e a criatividade.

Ateliers Complementares

A Casa João Cidade encontra-se a implementar o projeto “Raizes”, em parceria com diversas entidades. Este projeto procura rentabilizar recursos já existentes na instituição, tornando-os assim em ativos. Introduzirá também o cultivo acessível a pessoas com deficiência motora e dificuldades de deslocação, sendo assim um projeto inclusivo e abrangente. Para tal, a participação dos clientes do CAO e da equipa é fundamental.

Neste âmbito serão dinamizados periodicamente ateliers de intervenção no exterior, de culinária e de reciclagem. Estes ateliers, para além de envolver os clientes do CAO nas atividades agrícolas acessíveis, procurarão rentabilizar alguns dos produtos cultivados no terreno. Serão também utilizados outros produtos, oferecidos à instituição, nomeadamente excedentes de produtores parceiros, transformando-os no decorrer de atividades temáticas de culinária.

Realizar-se-á ainda a reciclagem, para obtenção de fertilizante a partir do conteúdo de capsulas de café usadas, provenientes de outro projeto parceiro, sendo esta atividade desenvolvida em espaços que contarão com o envolvimento de todos.

Calendarização Ateliers

Os ateliers principais (imagem, grafismo e teatro) irão realizar-se às segundas, terças e quintas-feiras, durante todo o dia. O atelier de imagem e grafismo decorrerão em simultâneo, divididos em dois grupos (AB e CD). O atelier de teatro será desenvolvido com todo o grupo, sendo que posteriormente serão formados grupos mais específicos (atores e equipa de produção).

	Imagem	Grafismo	Teatro
Passado De 04/05/2015 a 12/06/2015	Grupo A e B	Grupo C e D	Grupo Completo
De 15/06/2015 a 31/07/2015	Grupo C e D	Grupo A e B	
De 03/08/2015 a 28/08/2015	Pausa: Elaboração de trabalhos para a Feira da Luz		
Presente De 31/08/2015 a 16/10/2015	Grupo A e B	Grupo C e D	Grupo Completo
De 19/10/2015 a 04/12/2015	Grupo C e D	Grupo A e B	
De 07/12/2015 a 01/01/2016	Pausa: Elaboração de trabalhos para o Natal		
Futuro De 04/01/2016 a 19/02/2016	Grupo A e B	¹ Grupo C Grupo D	Grupo Completo
De 22/02/2016 a 08/04/2016	Grupo C e D	Grupo A Grupo B	

Grupo A: Ana Rosa, Custódio, Esperança, José dos Santos, Vítor – Monitora Isabel

Grupo B: Ana Carolina, Filomena, Maria e Pedro – Monitora Maria José

Grupo C: David, Duarte, Helena, Mária, Rita – Monitora Ana Cláudia

Grupo D: Armando, Carlos, Maria José, Marco – Monitora Paula

¹ No atelier do grafismo, no FUTURO, cada monitora trabalhará individualmente com o seu grupo

Calendário Semanal

2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
<p>PROJETO</p> <p>Imagem / Grafismo</p>	<p>PROJETO</p> <p>Imagem / Grafismo</p>	<p>ATELIERS Complementares</p>	<p>PROJETO</p> <p>Teatro</p>	<p>DESPORTO: Piscina</p>
<p>PROJETO</p> <p>Imagem / Grafismo</p>	<p>PROJETO</p> <p>Imagem / Grafismo</p>	<p>ATELIERS Complementares</p>	<p>PROJETO</p> <p>Teatro</p>	<p>Reunião Grupo - Grupo de Auto-Representantes</p>

Calendário – Outras Atividades

12 Maio de 2015 – Apresentação do espetáculo ‘A Cigarra e a Formiga’ em Mora;

15 Maio de 2015 – Dia Internacional da Família, convite aos familiares para participarem/assistirem nas atividades da piscina + Almoço;

27 Maio de 2015 – Visita ao Oceanário;

28 Maio de 2015 – 1ª Sessão com CIMAC (14:30);

12 Junho de 2015 – Santos Populares, arraial com as famílias;

18 Junho de 2015 - 2ª Sessão com CIMAC (14:30);

3 Julho de 2015 – Feira Medieval Colégio Jardim dos Sentidos;

8 Julho de 2015 - 3ª Sessão com CIMAC (10:30);

29 Julho de 2015 - 4ª Sessão com CIMAC (10:30);

19 Agosto de 2015 - 5ª Sessão com CIMAC (10:30);

Dia Mundial da Fotografia, fotografar no exterior;

9 Setembro de 2015 - 6ª Sessão com CIMAC (10:30);

7 Outubro de 2015 – Dia Nacional dos Castelos, Visita ao castelo de Marvão;

14 Outubro de 2015 – Visita á Santa Casa de Reguengos, Workshop de Origami;

16 Outubro de 2015 – Dia Mundial da Alimentação, Conversa com nutricionista;

11 Novembro de 2015 – Dia São Martinho, convívio com famílias;

18 Novembro de 2015 – Visita ao Centro Residencial de Borba;

03 Dezembro de 2015 – Dia Internacional da Pessoa com Deficiência, participação nas atividades comemorativas;

13 Janeiro de 2016 – Dia da Rádio, visita à Radio Nova Antena;

09 Fevereiro de 2016 – Carnaval, participação na matiné da Cercimor no Musicafé;

21 Março de 2016 – Dia Mundial da Poesia, participação num concurso de poesia;

7 Abril de 2016 – Dia Mundial da Saúde, Participação na Marcha da Saúde;

14 Abril de 2016 – Dia Internacional do Café, visita ao museu do café em Campo Maior.

Idas à PRAIA:

Junho: 12 e 26

Julho: 10 e 24

Agosto: 7 e 21

Setembro: 11 e 25

Avaliação

“A avaliação deve construir pontes e não levantar muros.”

Autor Desconhecido

A avaliação do desempenho pode ser definida como uma interação entre o monitor e o cliente, em que o trabalho desenvolvido ao longo do ano é analisado e discutido por ambas as partes a fim de identificar os aspectos positivos e negativos do desempenho e encontrar oportunidades de desenvolvimento e melhoria, proporcionando ao cliente a possibilidade de saber sempre o que se espera do seu desempenho.

A avaliação será uma forma de ajudar cada um dos clientes a crescer, a compreender o mundo e atuar como sujeito de sua história. Neste caso, será utilizada como procedimento de preparação do cliente para a conquista de sua autonomia, de forma a que cada um se assuma cidadão consciente dos seus direitos, deveres e dos seus compromissos.

Avaliação – Atelier de Teatro

Objetivos Específicos	Nomes				
Explora diferentes possibilidades expressivas					
Movimenta-se de forma livre e pessoal					
Explora a respiração torácica e abdominal					
Explora o movimento global do seu corpo					
Experimenta maneiras diferentes de produzir sons					
Explora a emissão sonora					
Explora o espaço circundante					
Adapta a diferentes espaços os movimentos e voz					
Desloca-se em coordenação					
Alia ao som, gestos e movimentos					
Explora qualidades físicas dos objetos					
Utiliza a imaginação para recriar u inventar personagens e desenvolver situações					
Improvisa a partir de uma história ou situação					
Participa no processo criativo					
Participa no espetáculo final de palco					

Avaliação – Atelier de Grafismo

Objetivos Específicos	Nomes				
Descreve lugares, atividades e momentos passados					
Identifica características familiares					
Reconhece datas e fatos					
Constrói histórias					
Expressa sentimentos e emoções através da escrita					
Tem consciência do poder da palavra					
Demonstra criatividade					
Valoriza a imagem e a ilustração como linguagem					
Explora a linguagem Makaton					
Exprime-se oralmente					
Pratica a leitura e a escrita em Braille					
Mostra evolução na tecnologias de Braille					

Avaliação – Atelier de Imagem

Objetivos Específicos	Nomes				
Interpreta imagens					
Identifica emoções e sentimentos através da imagem					
Tem consciência da sua imagem					
Relaciona elementos da fotografia com desenhos e vice-versa					
Trabalha diferentes técnicas de expressão plástica a partir de fotografias					
Explora qualidades físicas dos objetos					
Reconhece novas estratégias de comunicação					
Apresenta imaginação e criatividade					