



# Arte e Vida no Bosquete

## ÍNDICE

Enquadramento.....	pág. 1
Ateliers Principais.....	pág. 2
Calendarização Semanal.....	pág. 4
Calendarização dos Ateliers.....	pág. 5
Atelier de Verão.....	pág. 6
Colónia de Férias.....	pág. 6
Idas à Praia.....	pág. 6
Panóplia de Expressões.....	pág. 8
Psicomotricidade.....	pág. 10
Ateliers Complementares.....	pág.11
Comemoração de Datas Festivas.....	pág. 15
Organização da Equipa Técnica do CAO.....	pág. 16

## ENQUADRAMENTO

“Todas as artes contribuem para a maior de todas as artes, a arte de viver”

Bertold Brecht

Estando a finalizar o projecto anterior onde a avaliação tem sido bastante positiva, pois notou-se claramente o envolvimento com a natureza, o recurso e utilização de elementos naturais nos diferentes ateliers e respectivas criações. O grupo esteve interessado e motivado em todos os processos e técnicas, reflectindo-se assim no trabalho final.

Neste projecto, a temática da natureza continuará a ser explorada mas a abordagem será feita de forma diferente. A Comunidade Sócio Terapêutica Casa João Cidade encontra-se inserida no sítio de Monfurado, local com características muito próprias e de grande importância do ponto de vista natural e ambiental, nomeadamente pela flora e fauna, pertencendo à Rede Natura 2000 pela importância que apresenta para a conservação de habitats e espécies selvagens raras, ameaçadas ou vulneráveis na União Europeia. Em 2007 e no âmbito do Projecto GAPS - Gestão Activa e Participada do Sítio de Monfurado foi plantado um bosque de Carvalho - negral (*Quercus Pyrenaica*), com o apoio da Câmara Municipal e do Programa Life-Natureza, no terreno da Casa João Cidade.

O objectivo principal deste projecto será dar primazia a este espaço já existente, dinamizando-o de forma criativa, com esculturas ou representações dos animais característicos e criando também condições para que estes aqui se mantenham e permaneçam, nomeadamente com a construção de infra-estruturas como caixas de ninho, bebedouros e comedouros, apostando assim num local sustentável dentro dos terrenos da Instituição.

Pretende-se igualmente que este espaço se torne atractivo para receber futuramente a comunidade envolvente, dando a conhecer a Instituição e o trabalho dos nossos clientes. Porém, ainda nos deparamos com alguma dificuldade de acessibilidade ao espaço em questão, devido às características do terreno, o que impossibilita alguns elementos do grupo, com mobilidade mais reduzida, de usufruir plenamente do local.

## ATELIERS PRINCIPAIS

“A natureza está constantemente a misturar-se com a arte”

Ralph Waldo Emerson

Os ateliers principais serão neste projecto dois, trabalhando-se em cada um deles, após votação pelo grupo de clientes, Aves, Mamíferos ou Répteis. Cada atelier não terá o nome da técnica a utilizar, mas da classe animal que se pretende trabalhar a cada momento.

Com base numa sessão dinamizada pela MARCA, dispomos de uma lista de animais predominantes no bosque. Foi feita uma pré-selecção de seis animais por classe. Cada grupo trabalhará dois animais de cada classe, fazendo inicialmente uma pesquisa das suas características, construindo assim o seu B.I. Após esta pesquisa, o grupo optará por trabalhar artisticamente um deles.

O objectivo principal será trabalhar para o produto final, a peça a expor no terreno, não havendo limites criativos a nível de recursos, materiais e técnicas a utilizar. As criações dos clientes serão expostas no nosso bosque, de forma permanente, com o intuito de o tornar apelativo. Por conseguinte, os materiais a utilizar terão que ser minimamente resistentes ao exterior. Temos como objectivo a reutilização de materiais como pneus, latas, cds, caricas, tampas e embalagens entre outros, iremos recorrer também a outros materiais resistentes como arame, rede, corda, tintas acrílicas e madeiras.

Pretendemos promover a criatividade dos nossos clientes e ao mesmo tempo, fomentar o gosto pelo nosso espaço envolvente e que sintam orgulho em mostrá-lo à comunidade.

Neste projecto são propostos vários objectivos, de carácter transversal.

Objectivos gerais:

- Conhecer a fauna e flora do meio envolvente;

- Reconhecer que os animais são seres vivos respeitando, valorizando e protegendo-os;
- Levar os clientes e a comunidade envolvente a reflectir sobre o risco de extinção dos animais;
- Estimular a criatividade e sensibilizar para a arte;
- Explorar diferentes técnicas de expressão artística;

Objectivos específicos:

- Preservar activamente a fauna e a flora do bosquete;
- Conhecer diversas espécies de animais do meio envolvente, nomeadamente no bosquete;
- Reconhecer a classe a que pertencem (mamíferos, répteis e aves);
- Conhecer as diversidades das espécies: habitat, alimentação, características físicas, etc. ;
- Criar infra-estruturas atractivas e que ajudem à sua permanência;
- Explorar técnicas mistas, utilizando vários recursos e materiais.

## CALENDARIZAÇÃO SEMANAL

Por uma questão de logística pensamos que será melhor voltar a dinamizar o projecto, em atelier, às segundas e terças-feiras. Desta forma, a nova calendarização semanal será a seguinte:

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
8h30m	Transporte				
9h30m	Transporte /Projecto	Transporte /Projecto /Futebol	Transporte /Psicomotricidade (Ginásio)	Transporte /Psicomotricidade e (CAO)	Transporte /Piscina
12h30m	Tarefas antes do almoço				
13h00m	Almoço				
14h00m	Tarefas após almoço/Higiene				
14h30m	Espaço de Convívio				
15h00m	Projecto	Projecto /Natação	Reunião de equipa /Espaço lúdico e recreativo	Expressões /Natação	Reunião de Auto-representantes
16h15m	Higiene/ Medicação				
16h30m - 18h00m	Transporte				

## CALENDARIZAÇÃO DOS ATELIERS

O grupo, neste projecto, será dividido por dois ateliers, com uma média de nove Clientes por atelier, com rotatividade feita de três em três meses, tanto dos Clientes como das Monitoras. Devido ao aumento das necessidades dos Clientes, apenas duas Monitoras, de cada vez, realizarão ateliers, ficando a terceira Monitora e a Auxiliar de Saúde responsáveis por os apoiar, durante o decorrer dos mesmos, em situações de higiene, transporte para as diversas actividades e consultas médicas fora do CAO.

A calendarização dos ateliers e a rotatividade encontra-se apresentada na tabela seguinte:

	Monitora A	Monitora B	Monitora C	
Janeiro	Atelier Grupo 1	Apoio	Atelier Grupo 2	<b>Monitora A</b> - Maria José Batista <b>Monitora B</b> - Paula Valério <b>Monitora C</b> - Isabel Carriço
Fevereiro	Atelier Grupo 1	Apoio	Atelier Grupo 2	
Março	Atelier Grupo 1	Apoio	Atelier Grupo 2	
Abril	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	Apoio	
Mai	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	Apoio	
Junho	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	Apoio	
Julho	Atelier de Verão	Atelier de Verão	Atelier de Verão	
Agosto	Atelier de Verão	Atelier de Verão	Atelier de Verão	
Setembro	Atelier de Verão	Atelier de Verão	Atelier de Verão	
Outubro	Apoio	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	
Novembro	Apoio	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	
Dezembro	Apoio	Atelier Grupo 2	Atelier Grupo 1	

Legenda:

Grupo 1 - Filomena, Custódio, Maria, David, Carlos, Duarte, Zézinha, Rita, André

Grupo 2 - Mária, Pedro, Amélia, José, Esperança, Vítor, Armando, Ana C., Inês

\*-Os clientes André e Inês passarão a vir duas vezes por semana ao CAO. Durante as pausas lectivas, ambos os clientes frequentarão o Centro em horário completo.

## ATELIER DE VERÃO

Durante o terceiro trimestre do ano e visto este ser o período maior de férias por parte da Equipa, irá realizar-se, no mesmo horário, um projecto exclusivamente de Verão, onde estarão contempladas as idas à praia e à piscina, um maior número de saídas e actividades no exterior do centro, a realização de alguns trabalhos para a feira de Setembro, nos períodos sem actividades, e também a organização do centro e arrumações nos ateliers.

Nos dias de projecto, 2ª e 3ª feiras, as actividades em atelier, com os Clientes presentes, serão mantidas. Será proposta nestes dias uma actividade de construção de caixas de ninho, bebedouros e comedouros, estendendo este convite aos alunos de ATL de Montemor, para a realização de pequenas actividades conjuntas, quer de construção quer de instalação das peças produzidas no terreno da Instituição. Os trabalhos realizados nestes ateliers, que irão ser colocados nos terrenos da Casa João Cidade, procurarão reforçar a instalação e permanência das espécies locais.

## COLÓNIA DE FÉRIAS

Iremos realizar uma candidatura ao INR, de forma a proporcionar aos Clientes do CAO, consoante a atribuição de apoio, uma Colónia de Férias, no período de Verão. Esta actividade permitirá que Clientes que normalmente não têm a possibilidade de fazer férias nem de frequentar em períodos alargados a praia possam aproveitar essa oportunidade. Prevemos a realização da Colónia de Férias no final do Mês de Maio ou no início do mês de Junho, com a duração de quatro noites (de Segunda a Sexta-feira) e com o envolvimento dos Clientes que assim o desejem e de parte da Equipa consoante disponibilidade.

## IDAS À PRAIA

A ida à praia com os Clientes será também uma actividade a manter, dada a grande expectativa, adesão e consenso que tem gerado entre os Clientes. Iremos solicitar o apoio para transporte à Camara Municipal nas seguintes datas:



- 29 de Junho (sexta-feira)
- 13 de Julho (sexta-feira)
- 27 de Julho (sexta-feira)
- 10 de Agosto (sexta-feira)
- 24 de Agosto (sexta-feira)
- 7 de Setembro (sexta-feira)

## PANÓPLIA DE EXPRESSÕES

Nos projectos anteriores, e tendo em conta o grupo de clientes existente, este atelier tem sido uma prática recorrente. Os resultados são bastante positivos, embora não sejam imediatos. Tem sido um processo lento mas que tem trazido benefícios ao grupo, nomeadamente ao nível da sua auto-estima. Consideramos, como tal, pertinente a continuação deste atelier.

A Expressão dramática não é propriamente teatro, utiliza a dramatização, jogos dramáticos, expressão corporal e outros para fantasiar, desenvolvendo a expressividade de uma forma lúdica e divertida. Esta prática favorece o desenvolvimento global, a nível cognitivo, afectivo, sensorial, motor e até mesmo estético. Permite também explorar outras expressões como a expressão musical e a motricidade.

A expressão corporal é muito importante neste processo porque é a manifestação de sentimentos ou de sensações internas, tanto quanto de conteúdos mentais, por meio de movimentos representativos ou simbólicos do corpo. A linguagem do nosso corpo é a comunicação não-verbal, pois utilizamos gestos, posturas e movimentos. Os instrumentos mais comuns da expressão corporal são: o corpo, a voz, o som, o ritmo, o gesto, a postura, o movimento, o espaço, o tempo.

Tendo em conta o tema dos ateliers principais, o intuito será fazer uma ligação entre ambas as partes, para que haja continuidade. Para tal, a equipa pretende explorar este tema nas expressões, explorando corporalmente características de algumas espécies, recorrendo também à poesia, às lengalengas, aos vídeos, aos contos, aos sons, à música, entre muitos outros meios e técnicas.

Objectivos:

- Prevenção e manutenção da condição física;
- Aquisição de algumas aprendizagens;
- Conhecimento das possibilidades de movimento do próprio corpo;
- Desenvolvimento da linguagem corporal;
- Domínio do próprio corpo;

- Melhoria da espontaneidade e da criatividade;
- Melhoria da memória, capacidade de atenção e observação;
- Melhoria da disponibilidade (participação);
- Melhoria das relações no grupo e da comunicação;
- Libertação das tensões internas mediante o movimento criativo;
- Melhoria do desenvolvimento sensorial ao nível da emoção, dos sentimentos e inquietações.

## PSICOMOTRICIDADE

A Psicomotricidade é uma terapia que dirige a sua acção de diagnóstico, prevenção e tratamento à criança, ao jovem, ao adulto e ao sénior, analisando-os através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo.

Dotado de métodos e técnicas específicas para cada problemática, o Psicomotricista exerce a sua acção terapêutica facultando experiências corporais que possibilitam o desenvolvimento de capacidades de desempenho psicológico e motor em diversas situações, nomeadamente perturbações do desenvolvimento; imaturidade neuromotora (alterações do tónus e da postura, dificuldades na lateralização, integração do esquema corporal, estruturação espaço-temporal, praxia global, praxia fina); dificuldades de leitura e escrita (discalculia, disgrafia, dislexia, disortografia); perturbações do comportamento e da aprendizagem; défice de atenção e hiperactividade (PHDA); Perturbações do espectro do autismo; tiques, mutismo, gaguez; psicose; dispraxias; ansiedade; stress; alterações da imagem corporal (perturbações do comportamento alimentar); alzheimer, parkinson, AVC, entre outros.

A duração de uma sessão de Psicomotricidade varia entre 40 a 50 minutos. O psicomotricista começa por fazer uma observação, através de um conjunto de testes standardizados e procedimentos de avaliação.

A intervenção pode ser individual ou em pequeno grupo, de acordo com a especificidade e o nível de cada quadro clínico. É realizada numa sala própria com variados materiais (cognitivo, motor, sensorial, relacional...) e através da utilização de modelos de intervenção e de técnicas específicas para cada caso clínico, por ex.: Actividades de expressão plástica; Rítmica e sonora; Actividade dramática; Jogo; "play therapy", Actividades de pré-simbolização e de simbolização; Grafomotricidade; Relaxação terapêutica, entre outras.

## DINAMIZAÇÃO DAS SESSÕES DE PSICOMOTRICIDADE

No âmbito da Psicomotricidade serão mantidas as sessões individuais assim como as de grupo. No entanto surgiram algumas alterações no plano semanal. Desta forma, a proposta deste ano será a integração de Clientes

que necessitam de cuidados especiais em atelier e consequentemente no projecto a decorrer. Mais precisamente, irá ser prestado um apoio mais

próximo aos clientes André Arsénio, Inês Pacheco, Ana Carolina Martins e Mária Silva. Os restantes clientes irão beneficiar de uma sessão individual rotativamente.

Também será promovido junto dos Clientes a ida ao ginásio local, com um grupo composto pelos clientes Maria Fialho, Mária Silva, Armando Ramalho, Rita Bernardo, Vítor Torrinha, Duarte Passarinho, Filomena Batalha e David Silva. Foi seleccionado este grupo de Clientes com o objectivo de corrigir posturas, realizar treino de marcha, treino de equilíbrio e treino de coordenação motora.

Este ano foi também sugerido o acompanhamento do cliente André Arsénio em meio aquático, juntamente com a continuidade do trabalho já realizado com a cliente Inês Pacheco, assim irão ser realizadas sessões neste âmbito com ambos os Clientes. Para uma melhor organização da semana segue em seguida o horário proposto:

Horas	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
9h00/10h30	<i>Preparação das actividades diárias</i>	<i>Preparação das actividades diárias</i>	<i>Preparação das actividades diárias</i>	<i>Preparação das actividades diárias</i>	Piscina - Inês - Piscina - André - Natação com o Grupo
10h30/11h30	Atelier - Inês	Atelier - André	Ginásio	Psicomotricidade em Grupo	
11h30/12h30		Sessão Individual - André			
12h30/14h30	<i>Tarefas diárias e Almoço</i>	<i>Tarefas diárias e Almoço</i>	<i>Tarefas diárias e Almoço</i>	<i>Tarefas diárias e Almoço</i>	<i>Tarefas diárias e Almoço</i>
14h30/15h30	Sessão Individual com Inês	Atelier Mária - Braille	Reunião de Equipa/Espaço lúdico e criativo	Sessão Individual - Ana Carolina	Preparação das actividades da próxima semana
15h30/16h20	Sessão Individual com cliente X			Sessão Individual com cliente X	
16h30/17h00	<i>Reorganização da sala e do material</i>	<i>Reorganização da sala e do material</i>	<i>Reorganização da sala e do material</i>	<i>Reorganização da sala e do material</i>	<i>Reorganização da sala e do material</i>

## ATELIERS COMPLEMENTARES

### PROJECTO RAÍZES

O projecto Raízes tem origem no 1º Bootcamp em Empreendedorismo Social - Laboratório para Apoio a Novas Ideias Sociais, promovido pela Fundação Eugénio de Almeida e orientado pelo Instituto de Empreendedorismo Social, foi seleccionado como vencedor e recolheu o apoio financeiro para instalação de um projecto-piloto.

Internamente, pretende-se aproveitar os activos não explorados da associação (i.e. terreno de cultivo) de um modo inovador, o cultivo acessível a todos, feito em plataformas acessíveis e inovadoras, em regime de agricultura biológica. O futuro escoamento dos hortícolas produzidos será realizado através da rede local de parceiros já estabelecida. Esta rentabilização do terreno anexo à sede da Instituição será feita através da construção projectada de um percurso acessível a cadeiras de rodas e ladeado pelas plataformas de cultivo.

Todos os dividendos recolhidos no âmbito deste projecto visam o reinvestimento, em projectos futuros, de sustentabilidade da Associação e bem-estar dos seus Clientes. Externamente pretende-se reforçar a rede local de parcerias e a criação de conhecimento de modo a garantir a replicabilidade deste projecto em outras Associações similares.

A integração do Projecto Raízes no Projecto Ocupacional - ARTE E VIDA NO BOSQUETE, procura reforçar a relação que tem vindo a ser estabelecida entre os Clientes do CAO e a área exterior envolvente, com actividades de intervenção periódicas, com o eventual envolvimento de Voluntários externos, visando o aproveitamento dos espaços já construídos e a exploração dos potenciais do terreno de cultivo, ao nível da capacidade produtiva e da diversidade de espécimes a cultivar futuramente de forma mais intensa.

### ATELIER DE CULINÁRIA

Este é um atelier que tem suscitado interesse por parte dos nossos clientes e que consideramos ser um meio para que estes possam exercitar tarefas da

vida diária (preparar refeições, lavar loiças e aprender fundamentos básicos de culinária).

Com a necessidade de confeccionar refeições para saídas programadas com os Clientes do CAO, para o assinalar de datas festivas e para colmatar os dias em que a Cantina Escolar se encontra encerrada, este atelier será pois reservado para estes dias, permitindo assim uma melhor gestão dos custos envolvidos com a aquisição de matérias-primas.

## CONSERVAÇÃO DO BOSQUETE DE CARVALHO NEGRAL

Esta é uma acção realizada no âmbito do Projecto GAPS - Gestão Activa e Participada do Sítio de Monfurado em parceria com a Casa João Cidade. A manutenção do bosquete seria assegurada pela instituição, após a sua instalação da respectiva propriedade.

Em 2012, em conjunto com a Casa João Cidade, estimou-se uma taxa de sobrevivência dos carvalhos de aproximadamente 47%. Foi nesse ano então iniciado um plano de trabalho (definido anualmente) que visa apoiar a Casa João Cidade na manutenção do bosquete. O bosquete ainda é jovem, mas os resultados têm sido positivos, uma vez que conseguimos elevar o grau de sobrevivência dos carvalhos e assegurar a manutenção do espaço.

Acredita-se que esta parceria contribui para fomentar um habitat com interesse a nível local e europeu, promovendo e potenciando acções futuras de educação ambiental relacionadas com a divulgação e melhor conhecimento da espécie.

A proposta de trabalhos para 2018 visa uma intervenção mais autónoma por parte da Instituição, devido à indisponibilidade das Técnicas do Gabinete de Ambiente, Ordenamento do Território e Urbanismo, com actividades próprias de manutenção do espaço e duas actividades, mais intensas, de manutenção, essas sim programadas em conjunto com a Câmara Municipal de Montemor-o-Novo, com recurso a equipamentos mais pesados.

## PROJECTO DE PLANTAÇÃO DE AGROFLORESTA ALIMENTAR E SEBES BIODIVERSAS

Com o término das actividades de sensibilização, conservação e intervenção no terreno da Comunidade Sócio Terapêutica Casa João Cidade, realizado no ano de 2017 em parceria com o técnico disponibilizado pela Marca ADL, foram produzidas as bases para a implementação de uma Agrofloresta Alimentar juntamente com Sebes Biodiversas, que permitirão a diversos prazos rentabilizar os terrenos que envolvem a Instituição.

Este projecto, que se prevê estar instalado a médio prazo terá, já no decorrer do ano de 2018, a sua implementação inicial no terreno, com actividades exclusivamente de preparação do terreno e de plantação dos espécimes seleccionados e com actividades pontuais que visam o envolvimento, desde os seus estádios mais iniciais, dos Clientes do CAO. Em anexo segue o projecto na íntegra.



## COMEMORAÇÃO DE DATAS FESTIVAS

De forma a assinalar a passagem do tempo, valorizar as tradições locais e participar nas actividades da Comunidade Local, são propostas as seguintes actividades, durante o ano de 2018:

Carnaval - (ida à matiné de Carnaval em dia a confirmar);

8 de Março - Aniversário da Casa João Cidade - Peddy-papper na Pintada (em data a combinar);

21 de Março - Comemoração de três dias: o Dia Mundial da Árvore, o Dia Mundial da Poesia e o Dia Europeu da Criatividade Artística - Visita aos jardins e galerias da Gulbenkian;

Páscoa - Piquenique no Castelo de Montemor com famílias (em data a combinar);

21 de Junho - Dia mundial do Yoga e Dia Europeu da Música - Sessão de Yoga (Cooperativa MINGA) ou sessão de música (ENSEMBLE de Montemor) em a combinar;

28 de Julho - Dia Mundial da Conservação da Natureza, parceria com ATL para construção de ninhos, comedouros e bebedouros (actividade a realizar na semana seguinte);

31 de Agosto - Jantar/convívio na Feira da Luz;

Outubro/Novembro - Apanha da azeitona no CAO;

5 de Novembro - Dia Mundial do Cinema - ida ao Évora Plaza para ver um filme;

9 de Novembro - Magusto com as famílias;

3 de Dezembro a 9 de Dezembro - semana comemorativa da pessoa com deficiência (actividade com a comunidade a combinar);

21 de Dezembro - Solstício de Inverno - montagem de caixas de ninho com as crianças do ATL e almoço de NATAL no CAO.

## ORGANIZAÇÃO DA EQUIPA TÉCNICA DO CAO

Além das actividades presentes na calendarização semanal coexistem outras, que necessitam de tempo e participação por parte da equipa, nomeadamente na organização de transporte diário para a deslocação dos Clientes às actividades desportivas, bem como o acompanhamento às mesmas, sempre que necessário. Reflectindo-se este facto na produção de trabalho, a nível de actividades em atelier e de presença de toda a Equipa no CAO. Em situações recorrentes contabilizam-se igualmente deslocações diárias a tratamentos e terapias realizados fora do CAO (Fisioterapia, Terapia da Fala, Consultas com Médico de Família e Exames). Actualmente o seguinte grupo de Clientes realiza actividades durante o horário de funcionamento dos ateliers:

Futebol - Custódio Alves, Duarte Passarinho e Pedro Saiote;

Boccia - Armando Ramalho, Duarte Passarinho, José dos Santos, Maria Fialho e Rita Bernardo;

Natação - David Silva, Custódio Alves e Pedro Saiote;

Ginásio - Armando Ramalho, David Silva, Duarte Passarinho, Filomena Batalha, Maria Fialho, Mária Silva, Rita Bernardo e Vítor Torrinha;

Hidroginástica - Filomena Batalha;

Acompanhamento na Natação - Mária Silva;

Fisioterapia - Rita Bernardo e Armando Ramalho;

Terapia da Fala - David Silva.

Todas estas actividades exigem actualmente um horário diário extremamente cuidado e diversificado, organizado entre toda a Equipa, bem como a necessidade de efectuar diversos transportes diários. Deste modo é fundamental o planeamento e a calendarização de todas as actividades semanais, bem como constantes ajustes e alterações das mesmas. Em anexo apresenta-se, a previsão possível de toda a organização do CAO para 2018, bem como os horários de transporte a realizar pela Equipa.