



“No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável”

NÚMERO DO PROJETO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

WP3 - Programa de formação conjunta para os setores social, cultural e da saúde

Plano do Módulo 3

DOCUMENTO PRODUZIDO POR: UNIWA



FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA. OS PONTOS DE VISTA E OPINIÕES EXPRESSOS SÃO DA EXCLUSIVA RESPONSABILIDADE DO(S) AUTOR(ES) E NÃO REFLETEM NECESSARIAMENTE OS PONTOS DE VISTA E OPINIÕES DA UNIÃO EUROPEIA OU DA AGÊNCIA NACIONAL PARA OS PROGRAMAS COMUNITÁRIOS NO DOMÍNIO DA EDUCAÇÃO E DA FORMAÇÃO PROFISSIONAL (ANPCDEF). NEM A UNIÃO EUROPEIA NEM A ANPCDEF PODEM SER RESPONSABILIZADAS PELOS MESMOS.



“No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável”

NÚMERO DO PROJETO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Plano do módulo 3

Nome do módulo: O teatro e as atividades teatrais como ferramenta de prevenção e promoção da saúde mental dos idosos

Sessão	Tempo (Total: 4 horas)	Atividades / tarefas	Recursos necessários
Abordagens teóricas e conceitos-chave	35min.	Parte 1: Abordagens teóricas e conceitos-chave	Apresentação PPT, recursos informáticos
Atividade de aprendizagem 1	35 min.	"CHARADAS DE EMOÇÕES". O objetivo desta atividade é envolver os adultos mais velhos num jogo de expressão corporal divertido e interativo que melhora as suas capacidades de comunicação não-verbal, promove a interação social e incentiva o movimento físico. Atividade individual	Espaço para o movimento Papel, canetas, cesto para guardar papéis Cartões de emoções (cartões com diferentes emoções escritas) Temporizador Plataformas de webinar (por exemplo, Microsoft teams, zoom, google meet) Opcional: Leitor de música para música de fundo
Utilização do teatro no domínio do envelhecimento:	35 min.	Parte 2: Utilização do teatro no domínio do envelhecimento: Impacto,	Apresentação PPT, recursos informáticos





“No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável”

NÚMERO DO PROJETO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

Impacto, benefícios e princípios éticos		benefícios e princípios éticos.	
Atividade de aprendizagem 2	40 min.	"HISTÓRIAS DE VIDA". O objetivo desta atividade de improvisação é melhorar o bem-estar mental dos adultos mais velhos, promovendo a interação social, a criatividade e a expressão emocional. Trabalho em pequenos grupos	Espaço aberto para o movimento Cadeiras dispostas em círculo Adereços opcionais (chapéus, cachecóis, etc.) para estimular a criatividade Plataformas de webinar (por exemplo, Microsoft teams, zoom, google meet)
Tipos de teatro e atividades teatrais para prevenir problemas de saúde mental na terceira idade	30 min.	Parte 3: Tipos de teatro e atividades teatrais para a prevenção de problemas de saúde mental na terceira idade.	Apresentação PPT, recursos informáticos
Atividade de aprendizagem 3	40 min.	"UMA VISITA". O principal objetivo desta atividade é envolver os adultos mais velhos num exercício de improvisação que promove a sensibilização para a saúde mental, incentiva a interação social e reduz o estigma associado às	Assentos confortáveis Adereços para improvisação (chapéus, lenços, etc.)



“No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável”

NÚMERO DO PROJETO: 2023-1-RO01-KA220-ADU-000160973

		<p>perturbações da saúde mental.</p> <p>Trabalho em pequenos grupos</p>	<p>Quadro branco e marcadores</p> <p>Recolha adereços que possam ser utilizados durante as atividades de improvisação.</p> <p>Webinars com salas de discussão (por exemplo, Microsoft teams, zoom, google meet)</p>
Atividade multimédia	10 min.	Método Veder por <i>Theater Veder</i> – Versão longa. O vídeo descreve os benefícios do Método Veder para as pessoas com deficiências cognitivas, com especial ênfase na melhoria da comunicação e das ligações emocionais entre os prestadores de cuidados e os doentes. O método beneficia tanto os doentes como os prestadores de cuidados	Recursos informáticos
Questionário	15 min.	Responder a perguntas do Quiz	Recursos informáticos



“ON STAGE IN THE GOLDEN AGE: THEATRE FOR HEALTHY AGEING”

PROJECT NUMBER: 2023 - 1 - R001 - KA220 - ADU - 000160973

SITE: <https://age-thea.eu/>

FACEBOOK: [No Palco na Era Dourada: Teatro para um Envelhecimento Saudável](#)

INSTAGRAM: [age.thea2023](#)



FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA. OS PONTOS DE VISTA E OPINIÕES EXPRESSOS SÃO DA EXCLUSIVA RESPONSABILIDADE DO(S) AUTOR(ES) E NÃO REFLETEM NECESSARIAMENTE OS PONTOS DE VISTA E OPINIÕES DA UNIÃO EUROPEIA OU DA AGÊNCIA NACIONAL PARA OS PROGRAMAS COMUNITÁRIOS NO DOMÍNIO DA EDUCAÇÃO E DA FORMAÇÃO PROFISSIONAL (ANPCDEF). NEM A UNIÃO EUROPEIA NEM A ANPCDEF PODEM SER RESPONSABILIZADAS PELOS MESMOS.