



# “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

### Atividade de aprendizagem ativa módulo 5 #1

DOCUMENTO PRODUZIDO POR: RightChallenge



FINANCIATO 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 (ANPCDFP). NEM A UNIÃO EUROPEIA NEM A ANPCDFP PODEM SER RESPONSABILIZADAS PELOS MESMOS.



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

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

## Atividade de aprendizagem ativa #1

Módulo 5	Desenvolvimento de competências de comunicação e socioemocionais para a implementação de atividades teatrais com pessoas idosas
Capítulo	Competências de comunicação verbal
Nome da atividade	<b>O Círculo de Histórias</b>
OBJETIVO(S)	Melhorar as capacidades de escuta, promover a narração criativa de histórias e incentivar uma articulação clara num ambiente de grupo.
MÉTODOS	Narração de histórias, exercício de construção colaborativa, discussão em grupo.
TEMPO ATRIBUÍDO	30 minutos
RECURSOS NECESSÁRIOS	Um círculo de cadeiras para os participantes, um cronómetro e, eventualmente, um quadro branco ou papel para as instruções.
INSTRUÇÕES*	<ul style="list-style-type: none"><li>• Disponha as cadeiras em círculo para que todos os participantes se possam ver uns aos outros.</li><li>• Explique que a atividade consistirá em construir uma história em conjunto, em que cada pessoa contribui com uma linha.</li><li>• Comece com um estímulo (por exemplo, "Era uma vez..." ou "Havia uma personagem que adorava...").</li><li>• Cada participante acrescenta uma frase ou uma palavra à história, continuando a partir da frase da última pessoa.</li><li>• Encoraje os participantes a ouvirem atentamente cada contributo para manterem a história coerente e interligada.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Continuar à volta do círculo até que a história chegue a uma conclusão natural.</li> <li>• Pergunte aos participantes como se sentiram durante a atividade, se foi difícil ouvir e responder, e discuta a importância da escuta e da articulação.</li> </ul>
REFERÊNCIAS	<p>Fonte de vídeo para inspiração:</p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=RnmgMB5yUHK">https://www.youtube.com/watch?v=RnmgMB5yUHK</a></p> 
FOLHETOS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sugestões para imprimir: os <b>cartões de ação</b> da atividade “O Círculo de Histórias”</li> </ul>

\* Instruções completas:

Para implementar o exercício do Círculo de Histórias, o facilitador deve começar por dispor as cadeiras em círculo, de modo a que todos os participantes se possam ver uns aos outros, promovendo a inclusão e a ligação. O facilitador deve introduzir a atividade explicando que o grupo irá construir uma história de forma colaborativa, com cada pessoa a contribuir



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

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

com uma única linha ou uma única palavra (dependendo dos participantes, escolha antes qual a variação mais adequada). Para iniciar a história, pode ser apresentada uma sugestão, como "Era uma vez..." ou "Havia uma personagem que gostava de...". Não hesite em imprimir os folhetos fornecidos com ideias para mostrar aos participantes.

À medida que a história se desenrola, o facilitador deve lembrar aos participantes que devem ouvir atentamente cada adição, assegurando que a história flui naturalmente e faz sentido. Pode pedir aos participantes mais calados que contribuam ou orientar gentilmente aqueles que se desviam demasiado do caminho para manter a coerência da história. Se a história se tornar um desafio, o facilitador pode encorajar pausas para reflexão ou recapitular brevemente o enredo para ajudar os participantes a manterem-se envolvidos.

Ao longo da atividade, é útil que o facilitador motive e encoraje os participantes, criando um espaço seguro onde todos os participantes se sintam à vontade para partilhar. Após a conclusão da história, o facilitador deve orientar uma discussão reflexiva, perguntando aos participantes sobre a sua experiência – se acharam difícil ouvir e responder e como se sentiram durante o processo de colaboração. Sublinhar a importância da escuta, da paciência e da articulação pode reforçar o objetivo do exercício.



## “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 (ANPCDFP). NEM A UNIÃO EUROPEIA NEM A ANPCDFP PODEM SER RESPONSABILIZADAS PELOS MESMOS.