

PROCESSO CONTINUADO EM EDUCOMUNICAÇÃO AMBIENTAL - GE

Informações e fotos: <https://www.facebook.com/grupoecociente> www.grupoecociente.blogspot.com.br

Coordenadores Educadores: Luciana Munhoz Desajacomo e João Pedro Paich da Cunha

PERÍODO: MAIO 2021

	dia/mês	dia/semana	Local	Coordenação	Etapa	Atividades do Curso de Educomunicação
maio	5	4ªf.	remoto	Isabela	Encontro 11*	Saúde e bem-estar
	12	4ªf.	remoto	Lu e JP	Encontro 12	Finalizações nível Eco e Dourado
	19	4ªf.	divulgação	JP	semana	postagens Nível Dourado e nível Eco
	26	4ªf.	remoto	Lu e JP	Encontro 13	RSJ e Tik Tok

***Obs.:** a partir do mês de abril, toda primeira quarta-feira de cada mês será dedicada a uma aula/encontro especial com uma psicóloga com o objetivo de auxiliar nossos jovens no enfrentamento das questões referentes à pandemia pertinentes à idade/fase deles, com o intuito de ajudá-los psicologicamente.

*Encontro 11: Saúde, bem-estar e felicidade

Remoto

Data: 05/05/2021 - quarta-feira

Coordenação: Lu e JP

Convidada: Isabela Pavão - psicóloga

Descrição da atividade:

- ➔ Objetivo: Apresentar aos alunos os conceitos de saúde e bem-estar e depois trazer reflexões de como estamos vivenciando nossa vida e o que é felicidade, afinal. Além disso, ensinar algumas técnicas para os alunos de como estar presente, trazer seu corpo e mente para o momento presente.
- ➔ Estratégia: Através da apresentação de slides, foi mostrado aos alunos os conceitos de saúde e bem-estar, no qual diferente do que muita gente pensa, saúde não é somente ausência de doenças físicas, mas segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social. Para o conceito de bem-estar, foi informado que o conceito possui dois parâmetros, o parâmetro objetivo que se refere aos aspectos sociais, econômicos e o parâmetro subjetivo que engloba as particularidades e a experiência de vida de cada indivíduo. E com isso refletimos de como às vezes confundimos o ter ou possuir as coisas com o sentimento de estar feliz, ou de como colocamos nossa felicidade dependendo de fatores externos. Foi utilizada uma metáfora "Ser feliz e fazer xixi" para despertar nos alunos a consciência de como colocar nossa felicidade nas "mãos" de outra pessoa não faz sentido e também mostrar aos alunos de que cada ser humano constrói a sua história e só ele mesmo pode ser o construtor. As outras pessoas podem auxiliar, mas de forma coadjuvante. Foi exemplificado ao grupo que a felicidade não é um fim a ser alcançado, mas uma constante a ser vivida. E para isso, precisamos estar conscientes, estar presente no momento atual, no hoje. Também foi passado ao grupo na aula o vídeo: Soul e o Sentido da Vida | Canal Nerdologia - Youtube.
- ➔ Finalização: foram apresentadas ao grupo técnicas para auxiliá-los a voltarem-se ao presente (Técnica de respiração, técnica STOP - parada de pensamentos e técnica de relaxamento muscular).

Encontro 12: Finalização das ações para o aniversário de Dourado e do Eco

Remoto

Data: 12/05/2021 - quarta-feira

Coordenação: Lu e JP

Descrição da atividade:

- ➔ Neste encontro foram finalizadas e revisadas as informações, depoimentos e postagens que iriam ao ar na semana do aniversário de Dourado e do Ecociente

Divulgação: Aniversário Ecociente (18) e Dourado (19)

Remoto

Data: semana

Coordenação: JP

Descrição da atividade:

- As mensagens comemorativas com vídeos, depoimentos e informações pertinentes às duas comemorações, dia 18 niver ECO e dia 19 niver Dourado, foram feitas através das postagens nos respectivos dias da semana (vide relatório mídias).
-

Encontro 13: Recicla São João e Tik Tok

Remoto

Data: 26/05/2021 - quarta-feira

Coordenação: Lu e JP

Descrição da atividade:

- Neste encontro, fizemos o feedback da repercussão das postagens e do vídeo lançados na semana anterior em comemoração aos aniversários do Eco e de Dourado.
- Também conversamos sobre o projeto Recicla São João, que será trabalhado a partir de junho.
- E, por fim, discutimos a questão de o projeto ter um Tik Tok, pois é uma mídia bem ativa no momento e as alunas já haviam manifestado anteriormente o desejo de inserir o Eco nesse aplicativo.