PROPOSTA DE PROJETO

Oficinas de Contação de Histórias para Idosos

"Despertando Memórias, Mitos e Encantamentos na Terceira Idade"

Apresentado por: Andrea Mendes

1. APRESENTAÇÃO PROFISSIONAL

Sou **Andrea Mendes**, profissional com uma trajetória multidisciplinar como Psicóloga, Contadora de Histórias e Mitos. Com uma sólida experiência em consultório particular e em instituições de renome, como clínicas psiquiátricas, desenvolvi e coordenei projetos terapêuticos que integram a narrativa oral e o universo simbólico como ferramentas de transformação, acolhimento e bem-estar. Minha atuação se estende também ao ambiente educacional, onde ministrei cursos de Pós-graduação focados na Pedagogia e no impacto das histórias, contos e mitos no desenvolvimento humano.

2. OBJETIVO DO PROJETO

O objetivo deste projeto é oferecer aos residentes do lar uma série de oficinas terapêuticas de Contação de Histórias, utilizando os mitos e os contos como veículos para promover a saúde mental, o estímulo cognitivo e a socialização. Buscamos criar um espaço seguro e acolhedor onde cada idoso possa escutar, resgatar memórias afetivas, compartilhar narrativas e redescobrir o prazer e o encantamento pela vida, independentemente de suas condições físicas ou cognitivas.

3. METODOLOGIA E ABORDAGEM TERAPÊUTICA

Meu trabalho se baseia na premissa de que a palavra oral e as narrativas são caminhos poderosos para acessar vias alternativas de comunicação e escuta. Quando um canal, como a memória recente, está comprometido ou menos ativo, outros podem ser despertados pela imaginação e pela escuta afetiva dos contos.

- **Comunicação e Escuta Terapêutica:** Utilizaremos os contos e os mitos para estabelecer pontes de comunicação, acolhimento e escuta ativa, especialmente com idosos que apresentam comprometimentos cognitivos (demência, Alzheimer, perda de memória), Transtorno do Espectro Autista (TEA), baixa audição ou visão.
- **Participação Inclusiva:** As sessões não exigem nenhum tipo de habilidade prévia ou esforço físico. São desenvolvidas para serem plenamente inclusivas, acolhendo desde os residentes mais comunicativos até aqueles com maior limitação de movimentos ou de fala, focando na conexão e na presença.
- **Estímulo e Encantamento:** As sessões são planejadas para despertar a curiosidade, o interesse, a imaginação e a alegria. Os mitos e as histórias têm o poder de iluminar memórias e sentimentos que podem estar adormecidos, respeitando sempre o tempo e o ritmo de cada participante.

4. PÚBLICO-ALVO

As oficinas são direcionadas a todos os idosos residentes da instituição, sendo especialmente adaptadas para incluir:

- Idosos com diferentes graus de autonomia.
- Pacientes com diagnósticos de Demência, Alzheimer e outras formas de declínio cognitivo.
- Idosos com limitações motoras, auditivas ou visuais.
- Residentes em busca de atividades de socialização, integração e bem-estar emocional.

5. BENEFÍCIOS PARA OS RESIDENTES

- **Estimulação Cognitiva:** Ativação da memória afetiva, da atenção, da concentração e da imaginação.
- **Bem-estar Emocional:** Redução de sintomas de ansiedade, solidão e depressão, promovendo a autoestima e o resgate da identidade através das narrativas.
- **Inclusão e Socialização:** Fortalecimento de vínculos sociais e comunitários em um ambiente de grupo positivo, leve e acolhedor.
- **Estímulo à Linguagem e Expressão:** Incentivo à verbalização, ao resgate de vocabulário e ao compartilhamento de lembranças e experiências de vida.
- **Conexão Afetiva:** Proporciona momentos de pausa, reflexão e pertencimento por meio do poder humanizador dos contos e mitos.

6. EXEMPLO DE ATIVIDADE: "RODA DE MITOS E MEMÓRIAS VIVENCIADAS"

✦ Dinâmica Narrativa Terapêutica

Para ilustrar a natureza do trabalho, apresento uma de nossas atividades narrativas. Nela, a mediação de uma lenda ou mito clássico é utilizada como ponto de partida para disparar dinâmicas de escuta, lembranças de infância e trocas de experiências afetivas, gerando um encontro rico em significado e sem exigências técnicas ou rígidas.

**Disponível vídeo demonstrativo da atividade mediante solicitação.*

7. CONTATO E DISPONIBILIDADE

Agradeço a oportunidade de apresentar esta proposta e coloco-me à inteira disposição para uma conversa detalhada sobre como podemos adaptar este projeto de contação de histórias às necessidades específicas da vossa instituição e dos vossos residentes.

ATENCIOSAMENTE

ANDREA MENDES