



**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO  
FACULDADE DE SAÚDE PÚBLICA  
DEPARTAMENTO DE PRÁTICA DE SAÚDE PÚBLICA**

**Série Monográfica  
No 10**

***EIXO***

**PROMOÇÃO DE SAÚDE**

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE  
TÉCNICAS EDUCATIVAS EM SAÚDE PÚBLICA**

**São Paulo**

**1998**

## **AUTORES**

**Eris Focesi (coordenadora)**

**Paulo Sérgio Stockler**

**Nayte Vitiello**

**NÚCLEO DE APOIO À CULTURA E EXTENSÃO PARA A PROMOÇÃO E  
EDUCAÇÃO EM SAÚDE ESCOLAR  
( NACE/NUPESE/HSP/FSP/USP )**

**SÃO PAULO  
1998**

**Equipe:**

*Eris Focesi\**  
*Paulo Sérgio Stockler\*\**  
*Nayte Vitiello\*\*\**

**EDUCAÇÃO EM SAÚDE  
Técnicas Educativas em Saúde Pública**

---

\* Coordenadora Científica do NACE-NUPESE/USP, Prof<sup>a</sup>. Dr.<sup>a</sup> da Faculdade de Saúde Pública - USP, Educadora de Saúde Pública e Pedagoga.

\*\*Educador de Saúde Pública, Especialista em Didática do Ensino Superior, Biólogo, Professor de Ciências e Biologia, Pesquisador do NACE-NUPESE/USP.

\*\*\* Educadora de Saúde Pública, Bióloga, Pesquisadora do Instituto Butantan de São Paulo e Pesquisadora do NACE-NUPESE/USP.

## **Apresentação**

Este Manual elaborado por educadores de saúde pública, membros do Núcleo de Apoio à Cultura e Extensão para a Promoção e Educação em Saúde Escolar-NACE-NUPESE/USP, é resultante da intervenção educativa junto à Associação de Apoio à Criança com Câncer - AACC, com o intuito de promover a saúde e melhorar a qualidade de vida das crianças portadoras de câncer, acompanhadas dos respectivos pais ou responsáveis, durante o período em que permaneceram hospedadas para o tratamento médico exigido.

As atividades pedagógicas, ludopedagógicas e de sensibilização utilizadas no processo de Educação em Saúde são valiosas por oferecerem a oportunidade de análise, reflexão e crítica em relação à problemática local vivenciada por eles e representam momentos de ampla descontração ou de concentração, imprescindíveis num processo educativo, participativo e democrático.

Segundo LOPES, M. G. (1996), as técnicas educativas devem ser adaptadas ao conteúdo, à clientela e à disponibilidade tanto da instituição quanto do educador. Desta forma, o educador utilizará sua criatividade para ampliar este material, recriar e apropriar-se dele.

A mesma autora reforça a eficiência dos jogos, no processo de ensino e aprendizagem, em todas as faixas etárias. Explica que o jogo possui componentes do cotidiano e a sua utilização desperta o interesse do aprendiz, que se torna sujeito ativo do processo. Além disso, os trabalhos em grupo atendem algumas necessidades sociais de interrelação, de respeito às regras, cooperação, criatividade, auto-estima, auto-controle e valorização pessoal, mediante o desenvolvimento da capacidade de realização.

Segundo KAMII, C. E VRIES, R. De, (1991), baseados em implicações da Teoria de Piaget, o jogo é uma forma de atividade particularmente poderosa para estimular a vida social e a atividade construtiva da criança.

Cada criança terá que reinventar o conhecimento para torná-lo seu e cada educador precisará construir sua própria maneira de trabalhar as idéias representadas neste Manual, a fim de adequá-las às suas metas educativas.

KISHIMOTO, T. M., (1996), afirma que é possível reunir dentro de uma mesma situação o brincar e o educar. A utilização de jogos potencializa a exploração e a construção do conhecimento, por contar com a motivação interna que é típica do lúdico.

Os educadores que pretenderem aplicar jogos em suas atividades devem conhecê-los e dominá-los muito bem, pois é imprescindível a sua segurança para a introdução dos conteúdos temáticos ou para sua análise, reflexão e sistematização posterior.

Neste sentido, é recomendável que o educador teste ou discuta a técnica que pretende empregar com o grupo de trabalho, cronometre o tempo necessário para sua aplicação, observe os resultados e colha as sugestões e críticas dos participantes para melhor adequá-las aos sujeitos em estudo.

Muitas técnicas foram testadas primeiramente com o corpo de voluntários da AACC, para adequá-las ao objetivo do Projeto, por meio do levantamento de sugestões e críticas e foram englobadas na categoria de “jogos”, sendo criadas ou adaptadas a partir da bibliografia citada no final deste Manual.

A utilização destas estratégias no processo de Educação em Saúde desenvolvido na AACCC, Instituição filantrópica beneficente, resultou na diminuição do estresse, melhoria do relacionamento interpessoal, melhoria da auto-estima e do sentimento de ser útil, além de promover maior entrosamento e cooperação entre os moradores, melhor cumprimento das tarefas domésticas, possibilitando um ambiente físico e emocional mais saudável e a adoção espontânea de práticas que possibilitaram melhorar os cuidados com o paciente neoplásico.

Espera-se que este Manual motive e traga subsídios proveitosos para a facilitar o trabalho do educador.

**Os autores**

## ÍNDICE

|                                                                                                          |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>APRESENTAÇÃO</b>                                                                                      | <b>3</b>  |
| <b>PARTE A - TÉCNICAS EDUCATIVAS EM SAÚDE.</b>                                                           | <b>6</b>  |
| <b>1. Adivinhação de Objetos</b>                                                                         | <b>8</b>  |
| <b>2. Arte com Sucata Direcionado ao Dia das Crianças</b>                                                | <b>9</b>  |
| <b>3. Caça ao Tesouro</b>                                                                                | <b>10</b> |
| <b>4. Caça às Borboletas</b>                                                                             | <b>12</b> |
| <b>5. Confecção de Cartões de Recepção</b>                                                               | <b>13</b> |
| <b>6. Confecção de flores</b>                                                                            | <b>14</b> |
| <b>7. Construção de uma Cidade</b>                                                                       | <b>15</b> |
| <b>8. Criação de uma História</b>                                                                        | <b>16</b> |
| <b>9. Dança da Vassoura</b>                                                                              | <b>17</b> |
| <b>10. Elaboração de um Bolo</b>                                                                         | <b>18</b> |
| <b>11. Feitiço Contra o Feiticeiro</b>                                                                   | <b>19</b> |
| <b>12. Festa Brega</b>                                                                                   | <b>20</b> |
| <b>13. Festa Tropical</b>                                                                                | <b>21</b> |
| <b>14. Grupo Focal Direcionado à Estrutura e Funcionamento da Casa.</b>                                  | <b>22</b> |
| <b>15. História da Dona Margarida incluindo-se a Técnica do Telefone sem Fio e Um Mistério no Final.</b> | <b>24</b> |
| <b>16. Jogo de Perguntas e Respostas</b>                                                                 | <b>26</b> |
| <b>17. Jogo de Mímicas de Músicas</b>                                                                    | <b>27</b> |
| <b>18. Qual é o Meu Carinho?</b>                                                                         | <b>28</b> |
| <b>19. Qualidades e Manias</b>                                                                           | <b>29</b> |
| <b>20. Quem conhece mais sua mãe?</b>                                                                    | <b>30</b> |
| <b>21. Quem é o dono?</b>                                                                                | <b>31</b> |
| <b>22. Maquete do Zoológico</b>                                                                          | <b>32</b> |
| <b>23. Mímica Sobre Nomes de Novelas</b>                                                                 | <b>33</b> |
| <b>24. Origami</b>                                                                                       | <b>34</b> |
| <b>25. Ovo Quente</b>                                                                                    | <b>35</b> |
| <b>26. Painel sobre Saúde</b>                                                                            | <b>36</b> |
| <b>27. Resgate de Brincadeiras de Infância</b>                                                           | <b>37</b> |
| <b>28. Técnica dos Barbantes</b>                                                                         | <b>38</b> |
| <b>29. Técnica dos Bilhetes</b>                                                                          | <b>39</b> |
| <b>30. Técnica da Imagem do Filho</b>                                                                    | <b>41</b> |
| <b>31. Telefone Sem Fio</b>                                                                              | <b>42</b> |

|                                                                  |           |
|------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>PARTE B - ATIVIDADES FÍSICAS PARA O CONTROLE DO ESTRESSE.</b> | <b>43</b> |
| <b>32. Massagem</b>                                              | <b>45</b> |
| <b>33. Auto - massagem</b>                                       | <b>47</b> |
| <b>34. Bioenergética</b>                                         | <b>49</b> |
| <b>35. Expressão Corporal por meio da Dança</b>                  | <b>51</b> |
| <b>36. Relaxamento</b>                                           | <b>52</b> |
| <b>BIBLIOGRAFIA</b>                                              | <b>53</b> |
| <b>AGRADECIMENTOS</b>                                            | <b>54</b> |

## **Técnicas Educativas em Saúde.**

### **Técnicas Educativas em Saúde.**

#### 1. Adivinhação de Objetos

##### Objetivos:

- Diminuir o estresse.
- Estimular a imaginação e a percepção.
- Estimular o sentido do tato.
- Descontrair o grupo.

##### Materiais:

- Objetos de diferentes formas, tamanhos e texturas.
- Um saco plástico não transparente para colocar estes objetos.
- Uma venda para olhos.

##### Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes se sentem e formem um grande círculo.
- Pede para uma pessoa escolher outra.
- Nesta é colocada uma venda nos olhos.
- O participante vendado coloca a mão dentro do saco e escolhe um objeto.
- Por meio do toque com as mãos deve adivinhar que objeto é este.
- Se não conseguir, então os outros participantes devem dar algumas pistas até a sua adivinhação.
- Após acertar, retirar a venda para que o participante possa ver o que estava em suas mãos.
- Em seguida, o participante escolhe aleatoriamente outro elemento do grupo, até que todos passem pela experiência.

##### Sugestões:

- Todos devem participar da brincadeira.
- Escolha objetos engraçados e com formas e texturas bem variadas para aguçar o tato.

## 2. Arte com Sucata Direcionado ao Dia das Crianças

### Objetivos:

- Estimular a imaginação e a criatividade.
- Diminuir estresse e tensões.
- Trabalhar habilidades artísticas.
- Descontrair o grupo.

### Materiais:

- Sucata.
- Cola.

### Procedimentos:

- É colocado no chão toda a sucata e pede-se aos participantes que elaborem algo que simbolize o dia das crianças.
- Em seguida, cada participante mostra e explica o significado de sua montagem.

### Sugestões:

- A sucata deve ser previamente preparada, ser atraente e não pode oferecer perigo como vidros quebrados, latas cortantes e enferrujadas...
- O trabalho fica mais interessante se houver tintas e pincéis disponíveis, barbantes, folhas coloridas, lápis de cor, canetinha e outros materiais de papelaria. O produto final do trabalho deve ser valorizado por todos, mesmo que este não saia tão bonito.

### 3. Caça ao Tesouro

#### Objetivos:

- Estimular a inteligência, o raciocínio lógico e a agilidade.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Valorizar a colaboração e integração.
- Reforçar conceitos e comportamentos de higiene, estimulando a formação de hábitos saudáveis.

#### Materiais:

- Cartolinas, recortes de figuras de revistas, tesoura e lápis colorido.
- Quebra-cabeça com conceitos de higiene por meio de pistas escritas atrás de cada peça. Exemplo: Uma peça trás uma pista, que permitirá encontrar outra peça, como por exemplo:

Antes de nos alimentarmos precisamos fazer uma coisa muito importante: - O que é? ( Esta outra pista é colocada previamente na torneira da pia.)

#### Procedimentos:

- Antes da aplicação da técnica, o coordenador procura uma figura interessante e atraente. Cola em cartolina e depois recorta diversas partes formando as peças. Atrás de cada peça deverá elaborar uma pista que permita localizar onde a outra peça está escondida.
- As peças do quebra-cabeça são escondidas conforme as pistas no verso e devem obedecer uma seqüência lógica.
- A primeira pista é dada aos participantes que devem procurar a primeira peça até encontrá-la.
- O participante que encontrar a primeira peça deverá ler para o grupo em voz alta a pista, que se encontra no verso desta peça. Esta pista será importante para encontrar a segunda peça do quebra-cabeças e assim sucessivamente.
- Depois de encontrar todas as peças, cada participante que a encontrou participa com ela da montagem do quebra-cabeças.
- Discute-se sobre o conteúdo, por exemplo, de saúde de cada pista e da figura resultante da montagem.

#### Sugestões:

- As pistas podem estar relacionadas a noções de higiene diária, cuidados com alimentos, asseio corporal, limpeza, saúde...
- Dependendo do público a que se destina pode-se estabelecer o grau de dificuldade de cada pista.

Instruções: Cole uma figura de sua preferência numa folha de cartolina, escreva no verso as pistas e recorte formando as peças do quebra - cabeça, de forma que cada peça fique com uma pista no verso.

A primeira pista é lida pelo coordenador, o que permitirá aos participantes encontrarem a 1ª peça. No verso desta estará uma pista para encontrar a 2ª peça e assim sucessivamente.

A primeira pista dada pelo coordenador, poderia ser:

1 - Antes de comer alguma fruta devemos lavá-la. Onde isto pode ser feito?

( A peça nº1 poderia ser colocada previamente na pia.)

O participante que encontrar a 1ª peça deverá reunir o grupo e ler a pista nela contida. Todos saem em busca da 2ª peça, que deverá conter a pista seguinte e assim sucessivamente.

(A peça nº2 poderia ser colocada previamente na vassoura, a de nº 3 no chuveiro, a de nº4 num vaso com água, a de nº5 no filtro, a de nº 6 na escova de dentes, a de nº 7 na pia, a de nº 8 na tesoura e a de nº 9 no chinelo).

### **Conteúdo de cada peça:**

Peça 1 - O ambiente onde moramos precisa estar sempre limpo. O que se usa para limpar o chão?

Peça 2 - Para ficarmos com o corpo bem limpinho, o que se precisa fazer?

Peça 3 - Para evitarmos o mosquitinho da dengue, onde é que não se pode deixar água parada?

Peça 4 - Como deve ser a água que se bebe?

Peça 5 - Após as refeições, o que se deve fazer para evitar a cárie?

Peça 6 - Quando vamos nos alimentar, o que se precisa fazer para prevenir doenças?

Peça 7 - Nossas unhas devem estar bem limpinhas e cortadas. O que se usa para cortar unhas?

Peça 8 - Devemos sempre andar calçados para que nossos pés fiquem protegidos. Dentro de casa, o que normalmente se usa?

Peça 9 - Parabéns! Você acabou de encontrar todas as peças e agora pode montar seu quebra-cabeças.

## 4. Caça às Borboletas

### Objetivos:

- Aquecer o grupo para facilitar o andamento do trabalho, diminuindo a tensão inicial deste.
- Propiciar momentos de descontração.
- Facilitar a aproximação e a interação entre os membros do grupo.
- Estimular maior interação e cooperação entre os participantes para o alcance de um objetivo comum.

### Materiais:

- Borboletas de papel coloridas de diferentes tamanhos.
- Aparelho de som.
- Fitas cassetes ou “CD” com músicas animadas.
- Saco de papel.

### Procedimentos:

- O coordenador pode fazer uma atividade preparatória para a aplicação da técnica se ele preferir que os próprios participantes pintem e recortem as

borboletas. Para isso, o coordenador irá precisar de várias fotocópias das borboletas e material para que possam colorir e recortar.

- Atrás de cada borboleta, independente do tamanho, é colocado um número qualquer de 1 a 5, que irá representar a pontuação.
- Em seguida, sem que os participantes vejam, todas as borboletas são escondidas pelo recinto.
- Formam-se então duplas com os participantes. Um elemento da dupla segura o saco enquanto o outro trata de capturar as borboletas e colocar dentro dele.
- São dados 2 minutos para que cada equipe capture o máximo possível de borboletas.
- Enquanto capturam as borboletas o coordenador toca uma música bem agitada.
- Após, recolhem-se os sacos, faz-se a contagem e verifica-se qual dupla fez o maior número de pontos.

Sugestões:

- As duplas podem ser compostas de mães e filhos ou irmãos e amigos.
- Em vez de marcar o tempo, o coordenador pode acertar com o grupo que somente será permitido apanhar as borboletas enquanto a música estiver tocando.

### 5. Confeccção de Cartões de Recepção

Objetivos:

- Melhorar a recepção de um novo membro que chega à Casa, para que se sinta acolhido.
- Estimular a criatividade em artes plásticas.
- Estreitar a relação de cooperação mútua para um objetivo comum.
- Escrever uma mensagem de acolhimento às novas mães, como expressão de carinho.

Materiais:

- Papel - cartão, lápis de cor, tintas coloridas, enfim todo o material necessário à confecção de desenhos, pinturas e frases em papel cartão.

Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes sentem-se ao redor de uma mesa.
- Apresenta todo o material de papelaria e arte.
- Explica aos participantes os objetivos do trabalho.
- Cada um confecciona um cartão de recepção, segundo sua própria vontade.

Sugestões:

- Todos devem participar do processo, mesmo se acharem que não possuem suficiente habilidade artística.
- Todos os trabalhos devem ser elogiados no final.
- Pode-se eleger o cartão mais bonito.
- Pode-se usar a Bíblia como uma fonte rica de mensagens de acolhimento ou permitir que as pessoas se expressem espontaneamente.

## 6. Confeção de Flores

### Objetivos:

- Descontrair e diminuir o estresse entre os participantes.
- Estimular habilidades artísticas e o aprendizado da técnica de confecção de flores.
- Promover a auto-estima e o fortalecimento do grupo.

### Materiais:

- Uma revista ou livro que ensine a fazer flores de papel.
- Todo o material necessário para a confecção de flores: papel crepom, arame fino, arame verde específico para confecção de flores, alicate, tesoura comum, tesoura de picotar, fita crepe verde e cola.

### Procedimentos:

- O coordenador, que já deve dominar a técnica, ensina passo a passo como confeccionar flores, a todos os participantes.
- Repete a orientação quantas vezes for necessária para que todos aprendam.

### Sugestões:

- Quanto mais diversificadas forem as cores dos papéis, mais bonitas e exóticas ficarão as flores.
- Pesquise em revistas e livros que ensinam a confeccionar flores, para escolher as mais fáceis e com resultados atraentes.

## 7. Construção de uma Cidade

### Objetivos:

- Realizar atividades artísticas estimulando a criatividade do indivíduo.
- Valorizar a integração dos participantes.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Refletir junto aos participantes sobre o que uma cidade saudável precisa, tais como: escolas, hospitais, prefeitura, correio, jardins...
- Desenvolver noções de cidadania, no sentido de enfatizar o dever do Estado em proporcionar serviços públicos de boa qualidade à comunidade e o dever de cada um em exigir e preservar os mesmos.
- Estimular a auto-estima e o fortalecimento do grupo.

### Materiais:

- Uma placa grande de isopor; cartolinas; papéis coloridos; copos plásticos; sucatas; cola; tesoura; tinta guache; massa de modelar; pincéis; papel crepon, entre outro materiais de papelaria, conforme a própria criatividade.

### Procedimentos:

- O coordenador discute com o grupo sobre o que uma cidade precisa apresentar para que toda a comunidade tenha uma boa qualidade de vida.
- O coordenador solicita aos participantes que tomem assento e formem um grande círculo em volta de uma mesa.
- Coloca-se sobre a mesa todos os materiais necessários à aplicação da técnica.
- Pede a todos que trabalhem em conjunto na confecção da cidade.
- Elogia o produto final, valorizando a contribuição de cada participante.
- O coordenador discute ainda com o grupo, sobre o dever do Estado em garantir serviços públicos de boa qualidade à comunidade e o dever desta em preservá-los.

### Sugestões:

- Todos devem participar da confecção da maquete.
- Quanto mais variado e atraente for o material fornecido, melhor será o produto do trabalho.

## 8. Criação de uma História

### Objetivos:

- Descontrair e diminuir o estresse.
- Estimular a criatividade e a busca de si mesmo.
- Vivenciar uma experiência.
- Identificar os sentimentos do indivíduo no momento de aplicação da técnica.
- Estimular a atenção na seqüência da narração, que deve ser continuada a cada momento da história.

- Conhecer um pouco da história de cada um.
- Perceber um pouco da identidade cultural de cada participante, um pouco de suas raízes.

Materiais:

- Um Gravador.
- Fita cassete virgem.

Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes sentem e formem um grande círculo.
- Liga o gravador.
- Um elemento do grupo começa a contar uma história improvisada naquele momento.
- Assim que completa uma ou duas frases, a pessoa que está à sua direita deve continuar a história, a partir do momento em que ele parou, e assim por diante, até passar por todos os participantes.
- Faz-se uma nova rodada para estender a história.
- Quando alguém apresentar uma conclusão satisfatória, a história pode ser finalizada.

Sugestões:

- Cabe ao coordenador desta atividade estar atento para o seu desfecho, que não poderá ter um final triste, mesmo que seja preciso ressuscitar os personagens.
- Depois, a fita poderá ser encaminhada para o psicólogo da casa, pois é uma fonte rica de dados para o seu trabalho.
- Esta técnica é recomendada principalmente para locais que possuam o apoio de um psicólogo.

## 9. Dança da Vassoura

Objetivos:

- Diminuir a tensão inicial do grupo, descontraindo-o e fazendo-o diminuir o estresse.
- Reduzir os vícios que possam dificultar o andamento do trabalho.
- Trabalhar a expressão corporal por meio da dança, utilizando diversos ritmos de música.
- Facilitar a aproximação e a interação entre participantes.
- Desinibir o grupo e gerar alegria.

Materiais:

- Toca-fitas e fita cassete com músicas de diversos ritmos.
- Uma vassoura

#### Procedimentos:

- O coordenador pede para que os participantes formem duplas, preferencialmente um homem para cada mulher, se o grupo for misto.
- Todos devem ficar de pé e aos pares.
- Uma pessoa deverá sobrar e segurar a vassoura.
- Ao iniciar a música, todos deverão dançar.
- O participante que está segurando a vassoura deverá entregar para uma pessoa, de qualquer das duplas, substituindo-a na dança.
- Quem recebeu a vassoura deverá procurar uma nova pessoa para entregá-la e assim por diante...
- Quando a música terminar, aquele que sobrou com a vassoura perde a brincadeira e deve pagar uma “prenda”, à qual deverá ser paga na frente de todos.

#### Sugestões:

- Quanto mais variados forem os ritmos de música, mais engraçada será o desenvolvimento da técnica.
- Na hora das “prendas”, deve-se propor coisas simples, fáceis de serem feitas e engraçadas, tais como dançar uma música divertida na frente de todos, imitar algum animal, fazer uma declaração de amor...
- Jamais utilize “prendas” que ridicularizem ou envergonhem o seu executor.

#### Nota:

- Estaremos chamando de “prenda”, tanto os prêmios como os castigos (pelo engano ou erro nas respostas), em razão de que, para a criança, a palavra castigo tem uma conotação deveras negativa.

### 10. Elaboração de um Bolo

#### Objetivos:

- Valorizar a auto-estima da criança e o sentimento de ser útil.
- Estimular o trabalho em equipe e facilitar a interação e a aproximação, especialmente, entre mães e filhos.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Vivenciar a comunicação intergrupar.
- Estimular a criatividade e o poder de escolha.

#### Materiais:

- Todo material necessário para elaboração de bolos: massas prontas para facilitar o trabalho e diferentes tipos de ingredientes para fazer os recheios e coberturas.
- Formas.
- Batedeira.
- Forno.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes se posicionem ao redor de uma grande mesa.

- São apresentados às crianças os ingredientes e os aparelhos que ajudam no preparo do bolo.
- Pergunta-se-lhes como querem o bolo.
- São ouvidas as sugestões do grupo, conduzindo-o a uma discussão que chegue a um senso comum, de como será o bolo.
- Permanecem na mesa apenas os ingredientes selecionados.
- Em seguida, as mães devem ensinar às crianças como preparar o bolo, passo a passo, enquanto as voluntárias dão o apoio e incentivo para a elaboração das tarefas, reexplicando-as se necessário e observando o seu desenvolvimento.

#### Sugestões:

- Cabe às mães ou aos responsáveis pelas atividades dar todas as orientações para as crianças em relação ao preparo do bolo.
- São as crianças que o preparam, segundo a orientação recebida.
- Para agilizar o preparo do bolo, seria recomendável o uso de massas prontas, deixando a criatividade para o recheio e cobertura.
- Depois de pronto, os adultos devem valorizar o prato.

### 11. Feitiço Contra o Feiticeiro

#### Objetivos:

- Diminuir a tensão inicial do grupo, descontraindo e controlando o estresse.
- Possibilitar aos participantes a reflexão à respeito do conceito popular que diz:  
- “A gente não deve fazer aos outros aquilo que não quer para si próprio”.
- Facilitar a aproximação e a interação entre o grupo.

#### Materiais:

- Nenhum

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita a todos os participantes que se sentem e formem um grande círculo.
- É pedido a cada participante que proponha uma “prenda” para a pessoa que estiver do lado direito.
- Depois que todos propuserem a “prenda”, cada participante deverá fazer aquilo que havia passado à outra pessoa, ou seja, quem a propôs, deverá realizá-la.

#### Sugestões:

- As “prendas” devem ser simples, fáceis de cumprir e divertidas, tais como imitar um animal, fazer uma declaração de amor, dançar uma música engraçada, nunca ofensivas ou que envergonhem quem vai realizá-la.

## 12. Festa “Brega”

### Objetivos:

- Integrar todas as pessoas da casa.
- Divertir e animar o grupo.
- Promover a auto-estima dos participantes.
- Descontrair e diminuir o estresse.

### Materiais:

- Todos os participantes devem vir a caracter: “Brega”.
- Materiais específicos para brincadeiras.
- Aparelho de som.
- Fitas cassetes ou “Cds” com músicas consideradas “Bregas”.
- Comes e bebes.

### Procedimentos:

- O coordenador deve fazer um planejamento conjunto da festa com os participantes, para estabelecer o que será preciso para realizá-la.
- Deverá estabelecer os comes e bebes, a decoração, as atividades a serem desenvolvidas e as responsabilidades de cada um, a fim de não sobrecarregar ninguém.
- No dia da Festa, alguns participantes devem vir mais cedo para ajudar na montagem.
- Quando a maioria dos participantes chegar, podem ser iniciadas as atividades de animação.
- Para iniciar, é interessante que o coordenador faça uma abertura oficial da festa e agradeça a todos.
- Pode-se iniciar com jogos de aquecimento, tais como: dança da cadeira, batata quente, entre outros.
- Em seguida, pode-se fazer um concurso do mais “Brega”, incluindo desfile ou um concurso de música “Brega”.
- Nos jogos e competições, os ganhadores podem receber brindes bregas como chinelos coloridos, vassoura...
- Pode-se encerrar as atividades com uma valsa “Brega” ou um baile envolvendo todos os participantes.
- Após a aplicação destes jogos, competições e concursos podem ser servidos os comes e bebes.

### Sugestões:

- Deve ser feita uma programação antecipada de todas as atividades a serem desenvolvidas durante a festa, determinando os materiais necessários e o tempo que leva cada atividade.

### Nota:

“Brega” é uma expressão de gíria, que significa caipira, descombinado, desengonçado; cores e roupas descombinadas; cafona.

### 13. Festa Tropical

#### Objetivos:

- Integrar todas as pessoas da casa, divertir e animar o grupo.
- Promover a auto-estima dos participantes.
- Descontrair e diminuir o estresse.

#### Materiais:

- Todos os participantes devem vir a caracter para a Festa Tropical.
- Materiais específicos para algumas brincadeiras.
- Flores confeccionadas pelos participantes.
- Frutos oferecidos pela própria casa, pelos participantes ou por doadores.

#### Procedimentos:

- O coordenador deve fazer um planejamento conjunto da festa com os participantes, determinando o que será preciso para realizá-la.
- Deverá estabelecer os comes e bebes, a decoração, as atividades a serem desenvolvidas e as responsabilidades de cada um, a fim de não sobrecarregar ninguém.
- No dia da Festa, alguns participantes deverão vir mais cedo para ajudar na montagem.
- Quando a maioria dos participantes chegar, podem ser iniciadas as atividades de animação da festa.
- Para iniciar, é interessante que o coordenador faça a abertura oficial agradecendo pela participação de todos.
- Pode-se iniciar com jogos de aquecimento.
- Nas competições, os ganhadores podem receber brindes.
- Após estas atividades, podem ser servidos os comes e bebes.

#### Sugestões:

- Deve ser feita uma programação antecipada de todas as atividades a serem desenvolvidas na festa, determinando os materiais e o tempo necessário para cada atividade.
- Pode-se convidar algum grupo de fora para fazer a animação.
- Os comes e bebes devem estar adequados à Festa, tais como: coquetéis não alcóolicos de frutas, frutas, bolos caseiros, sanduíches naturais com legumes, frutas e verduras.
- A decoração deve ser bem colorida e exótica (flores e frutos).
- Os enfeites podem ser preparados pelos próprios participantes em atividades preparatórias para a festa.
- Pode-se pedir receitas de sucos ou coquetéis de frutas à nutricionista.

#### 14. Grupo Focal Direcionado à Estrutura e Funcionamento da Casa.

##### Objetivos:

- Conhecer a estrutura e funcionamento da casa, através da elaboração conjunta de um Organograma.
- Solicitar algumas sugestões de como melhorar a estrutura e funcionamento da casa.
- Identificar os problemas na casa e a forma de interferir neles.
- Discutir os encaminhamentos dos problemas levantados.

##### Materiais:

- Papel manilha para fazer anotações.
- Cartões.
- Pincéis atômicos.
- Fita crepe e barbante.

##### Procedimentos:

- O coordenador solicita que os participantes anotem em cada cartão as estruturas administrativas da casa e os setores.
- Feito isso, o coordenador faz uma cadeia no chão esclarecendo toda a hierarquia administrativa da instituição, relacionando-a aos respectivos responsáveis de cada setor.
- Ao mesmo tempo discute-se o funcionamento da casa.
- Divide-se o grupo em sub-grupos de aproximadamente 6 pessoas, os quais deverão elencar no papel manilha o que poderia ser melhorado.
- Cada sub-grupo apresenta o que escreveu.
- Cada sub-grupo se reúne e desta vez discute e registra quais seriam as sugestões para a resolução dos problemas.
- Cada sub-grupo elege uma pessoa para apresentar estes dados aos outros.
- Dissolvem-se os sub-grupos em um único grupo, onde discute-se os encaminhamentos que devem ser feitos para a solução de tais problemas, estabelecendo a responsabilidade de cada um.

##### Nota:

“Grupo Focal” é uma reunião de trabalho em que os participantes interessados em desenvolver processos de auto-educação, reúnem-se para concentrar sua atenção em um tema gerador ou desencadeante de um auto-diagnóstico situacional de sua realidade. Desta análise extraem-se as conclusões e decisões em torno da solução do problema focalizado (IPEA, Brasília, 1990).

##### Sugestões:

- Todos devem participar de todo o processo.
- O orientador deve deixar que o próprio grupo encontre sugestões. Tudo deve partir do grupo. O coordenador deve observar e conduzi-lo.

- Não cabe ao coordenador fazer julgamentos ou dar palpites. Deve falar pouco e ouvir bastante, apenas resumindo o que foi colocado, para verificação de que tudo foi bem compreendido.
- Apresentar o Organograma resultante do processo.

O organograma resultante desta técnica elucidou a estrutura e funcionamento da AACCC.

### 15. História da Dona Margarida incluindo-se a Técnica do Telefone sem Fio e Um Mistério no Final.

#### Objetivos:

- Estimular a memória, a atenção, o raciocínio e a criatividade.
- Promover a aproximação e a interação entre o grupo.
- Reforçar comportamentos e conceitos de higiene.
- Estimular a formação de hábitos, pois a história está associada à higiene dos alimentos.
- Estimular a curiosidade e a investigação.

#### Materiais:

- História da Dona Margarida:
    1. Dona Margarida levantou da cama e foi lavar o rosto.
    2. Fez o café da manhã para Pedro e seus dois filhos, João e Tiago.
    3. Antes de começar a comer, ela lavou as mãos na pia de mármore.
    4. Comeu apenas um pãozinho recheado.
    5. Todos após o café escovaram os dentes no banheiro da frente.
    6. O marido foi para o trabalho e as crianças para a escola.
    7. Como a casa estava suja, Dona Margarida varreu com a vassoura que sua avó, agora adoentada, ganhou no bingo .
    8. Foi preparar o almoço, mas percebeu que faltava a mistura.
    9. Foi comprar peixe na peixaria do Senhor Bartolomeu.
    10. Ao ver o peixe, percebeu que estava mole e com os olhos fundos e com as guelras escuras.
    11. Então resolveu não levar.
    12. Daí, se lembrou que podia matar uma galinha do seu galinheiro.
    13. Matou a galinha e a cortou em pedaços na tábua de madeira.
    14. Cozinhou a moela e cortou na mesma tábua.
    15. Fez frango ao molho e da moela, farofa.
    16. Todos adoraram a comida.
    17. No dia seguinte, todos foram ao hospital da região.
- Qual é o mistério: O que foram fazer no hospital?

**Resolução:** A farofa estava contaminada. Isto aconteceu porque Dona Margarida cortou as vísceras do frango, já cozidas, na tábua onde havia cortado o frango que estava contaminado. O frango foi ao fogo e por isso foram destruídas as bactérias. Já a farofa ficou contaminada com os miúdos de frango, que sofreram recontaminação, pois foram picados na tábua ainda suja.

#### Procedimentos:

- 1ª etapa: Teste da capacidade de memorização da história.
- O coordenador solicita que todos os participantes sentem e formem um grande círculo.
- O coordenador fala a primeira frase da história e cada participante da roda deve repetir o que foi dito, em voz alta, para que todos ouçam, respeitando-se uma sequência horária.

- Quem erra sai fora da brincadeira.
- Depois, quando volta a vez do coordenador, ele acrescenta a segunda frase e todos devem repetir a primeira e a segunda frase. Assim sucessivamente...
- Quando a capacidade de memorização esgotar, ou seja, quando sobrar apenas uma pessoa, parte-se para a segunda etapa.
- 2ª etapa: Telefone sem fio.
- O resto da história é então passado para a primeira pessoa do lado direito do círculo. Ninguém poderá ouvir o que foi passado para ela.
- Esta após ouvir a narrativa atentamente, deverá passar o que conseguiu entender para a pessoa ao seu lado da mesma forma como lhe foi passada, e assim por diante.
- O último a quem se contou a história, deverá narrá-la em voz alta para todos, o penúltimo também e assim por diante, como cada um entendeu a história.
- Finalmente, discute-se sobre o que aconteceu com a informação e como ela se perdeu ao longo do processo.
- 3ª etapa: O mistério.
- O coordenador lê a história completa para os participantes e pergunta ao grupo qual é o mistério?
- À medida que cada participante responde, o coordenador diz se está certo ou não. Caso ninguém encontre a resposta, então o coordenador conta o mistério.
- Em seguida, discute com o grupo o cuidado que se deve ter no preparo dos alimentos, especialmente em se tratando de comida para doentes.

#### Sugestões:

- O coordenador pode inventar uma outra história, com outro mistério. Pode adaptar e fazer algo parecido. A história deve ser rica em detalhes.

## 16. Jogo de Perguntas e Respostas

### Objetivos:

- Descontrair e diminuir o estresse do grupo.
- Valorizar a integração dos participantes.
- Estimular a auto-estima.

### Materiais:

- 1 saco plástico com cerca de 20 perguntas.
- 1 saco plástico com cerca de 20 respostas, para aquelas perguntas.

### Procedimentos:

- O coordenador divide os participantes em dois grupos: um de entrevistados e outro de entrevistadores.
- O coordenador escolhe um elemento do grupo de entrevistadores para escolher alguém do grupo de entrevistados, para fazer uma pergunta.
- O entrevistador sorteia uma pergunta do saco e a faz para o entrevistado.
- Para responder, o entrevistado também deverá sortear uma resposta de dentro do saco.
- Depois de respondê-la, o coordenador escolhe outra pessoa do grupo de entrevistados e repete o processo.
- Quando todos os participantes do grupo de entrevistadores já tiverem feito suas perguntas, o coordenador inverte: O grupo de entrevistadores passa a ser o de entrevistados e vice-versa.

### Sugestões:

- As perguntas devem ser criativas, curiosas e engraçadas.
- Cada pergunta colocada dentro do saco tem sua respectiva resposta no outro. Após o sorteio de perguntas e respostas, notar-se-á que algumas se complementarão, mesmo que fiquem malucas, tais como os exemplos abaixo:

♥Onde você costuma ir aos sábados?

♣No telhado.

♣Onde está o meu gato?

♥No cinema.

### 17. Jogo de Mímicas de Músicas

#### Objetivos:

- Estimular a comunicação através da mímica
- Descontrair o Grupo e diminuir o estresse.
- Melhorar a auto-estima e o humor do grupo.
- Estimular a aproximação e a interação entre o grupo.
- Promover o lazer e a alegria.

#### Materiais:

- Papel, caneta, lápis e borracha.
- Um saco com diversos nomes de músicas bem conhecidas.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita que os participantes formem grupos mistos de mães, filhos e voluntários.
- Os grupos são ordenados numericamente, para facilitar o jogo.
- Um elemento do primeiro grupo sorteia um papelzinho de dentro do saco, lê e por meio de mímica deve representar o nome da música contida no papel, ao seu grupo, que deve adivinhá-la.
- Dá-se dois minutos para o grupo responder.
- Se por acaso este grupo não souber, o grupo seguinte respondendo certo, marca ponto.
- Após algumas rodadas completas, verifica-se qual foi o grupo que fez o maior número de pontos, pois este é o vencedor.

#### Sugestões:

- Os nomes das músicas devem ser fáceis de representar por meio da mímica, principalmente se o grupo não tiver experiência na técnica.
- Devem ser escolhidos somente nomes de músicas famosas.
- Pode-se utilizar a mímica com nomes de filmes, novelas ou pessoas conhecidas por todos.

## 18. Qual é o Meu Carinho

### Objetivos:

- Descontrair o grupo e diminuir o estresse.
- Externar os sentimentos dos participantes e aproximar as pessoas.
- Verificar os comportamentos afetivos.
- Estreitar a relação entre as pessoas.
- Analisar a linguagem não verbal, feita por meio do toque.

### Materiais:

- Uma boneca de brinquedo.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes se sentem e formem um grande círculo.
- Em seguida, mostra a boneca e faz um carinho nela na frente de todos.
- Entrega para a pessoa da direita e pede para que esta também faça qualquer carinho na boneca.
- Passa a boneca para a pessoa que está ao seu lado direito e esta deverá fazer seu carinho e assim por diante.
- Após todos fazerem o carinho, cada um deverá repetir o mesmo carinho com a pessoa ao lado, começando pelo coordenador com a pessoa da direita.
- Discutir como cada um se sentiu ao receber carinho.

### Sugestões:

- Esta técnica permite expressar o sentimento de uma forma lúdica, facilitando a demonstração de afeto com o outro.
- As pessoas do grupo já devem se conhecer há algum tempo para facilitar a aceitação do carinho.

### 19. Qualidades e Manias

#### Objetivos:

- Conhecer algumas características pessoais dos participantes.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Permitir que o grupo se conheça melhor.
- Estreitar o relacionamento entre todos.

#### Materiais:

- Papel e caneta

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita a cada participante que escreva num papel, uma qualidade e uma mania sua.
- Esses papéis são colocados num saco e embaralhados.
- Em seguida, um elemento do grupo sorteia um papel e tenta por meio da mímica representar a qualidade e a mania que estavam escritas no papel.
- O autor do papel se perceber que se trata de sua própria característica deve permanecer em silêncio ou despistar.
- O grupo tenta adivinhar quem tem tal qualidade e tal mania.
- Outra pessoa faz o sorteio e repete o processo e assim sucessivamente, até que todos participem.

#### Sugestões:

- Se o participante que irá fazer a mímica sortear o próprio papel, este deverá ser trocado.
- O autor do papel não poderá falar sua qualidade ou mania quando o outro participante fizer a mímica.

## 20. Quem conhece mais sua mãe?

### Objetivos:

- Aproximar mães e crianças.
- Verificar qual delas conhece mais sua mãe em relação aos seus gostos e preferências.
- Descontrair o grupo e diminuir o estresse.
- Melhorar a auto-estima e o humor do grupo.
- Estimular a aproximação e a interação entre os participantes.
- Promover o lazer.

### Materiais:

- Material para anotações: papel, caneta, lápis, etc.
- Um brinde.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita que cada mãe responda um questionário de 20 perguntas sobre seus gostos e preferências.
- Pede-se às crianças que se sentem em círculo e então lê em voz alta a primeira pergunta que havia sido feita às mães. Cada criança deverá adivinhar o que cada mãe respondeu.
- Marca ponto o filho que acertar o que a mãe respondeu.
- Quem fizer o maior número de pontos receberá um brinde.

### Sugestões:

- Ao invés da criança ter que adivinhar o que a mãe respondeu, pode-se apresentar todas as respostas das mães e ela escolher uma das alternativas.
- Respostas parecidas devem ser consideradas corretas.

## 21. Quem é o dono?

### Objetivos:

- Verificar o quanto o grupo já se conhece em relação às suas preferências.
- Estimular a imaginação e a percepção.
- Descontrair e diminuir as tensões iniciais do grupo.

### Materiais:

- Um saco grande e não transparente para colocar objetos.

### Procedimentos:

- A cada participante é solicitado que coloque secretamente dentro do saco, um objeto de uso pessoal.
- Em seguida, reúne-se o grupo e esclarece-se a todos, que cada participante colocou um objeto de uso pessoal dentro do saco.
- O coordenador pede a cada participante que escolha um objeto, que não o seu.
- Após todos escolherem, pede-se para que tentem adivinhar quem é o dono de tal objeto e porque a pessoa chegou a esta conclusão.

### Sugestões:

- Esta técnica deve ser desenvolvida com grupos que já se conhecem.

## 22. Maquete do Zoológico

### Objetivos:

- Trabalhar habilidades artísticas relacionadas a modelagem e a pintura.
- Estimular a criatividade do indivíduo.
- Descontrair o grupo.
- Resgatar os conhecimentos quanto à morfologia dos animais observados no Jardim Zoológico.

### Materiais:

- Massa de modelar.
- Tintas para massa de modelar.
- Pincéis.
- Uma placa grande quadrada de isopor.
- Materiais de papelaria: cola, tesoura, barbantes, folhas coloridas.
- Sucata.

### Procedimentos:

- 1ª etapa: Primeiramente, o coordenador fornece massa de modelar e tinta para que os participantes façam animais e os pintem.
- São mostrados como modelos animais de plásticos para facilitar a montagem.
- 2ª etapa: Posteriormente, quando os animais já estiverem secos e duros, é montada a maquete sobre a placa de isopor utilizando todo o restante do material.
- 3ª etapa: São discutidas as características de cada animal modelado.

### Sugestões:

- Todos devem participar da montagem da maquete.
- Você pode utilizar facas sem corte, garfos e colheres para ajudar a modelar.
- Pode-se apresentar livros ou figuras sobre a vida animal.

### 23. Mímica Sobre Nomes de Novelas

#### Objetivos:

- Estimular a comunicação através de mímica.
- Descontrair o grupo e diminuir o estresse.
- Melhorar a auto-estima e o humor do grupo.
- Estimular a aproximação e a interação entre o grupo.
- Promover o lazer.

#### Materiais:

- Papel, caneta, lápis e borracha.
- Sacos plásticos não transparentes.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita que os participantes formem grupos de seis pessoas.
- Os grupos são ordenados numericamente para facilitar a aplicação da técnica.
- Cada grupo deve escrever secretamente quatro nomes de novelas em papéis separados e colocá-los dentro de um saco, que deve ficar com o grupo.
- Em seguida, sorteia-se um grupo para fazer a mímica. Uma pessoa do grupo sorteado deverá pegar um papelzinho do outro grupo.
- Após ler este papel, deverá representar por meio de mímica, para seu próprio grupo, que deverá adivinhar em 2 minutos a que novela se refere.
- Se o grupo não souber e o outro souber, este poderá responder.
- Quem acertar o que estava escrito no papel marca ponto.
- No final, são contados todos os pontos das equipes e verifica-se a equipe vencedora.

#### Sugestões:

- Utilizar a técnica várias vezes, a fim de desenvolver a rapidez de raciocínio e a capacidade de concentração do grupo.
- Os grupos tendem com aplicações repetitivas da técnica a escolher nomes cada vez mais difíceis de se representar por meio da mímica, o que indica que o grupo já está bem treinado.

## 24. Origami

### Objetivos:

- Descontrair o grupo e diminuir o estresse.
- Desenvolver habilidades artística e motora relacionadas à confecção de Origami.
- Estimular a criatividade do indivíduo.
- Estimular a integração e a sociabilidade.

### Materiais:

- Papel espelho colorido geometricamente cortado.
- Cola, canetas e tesouras.
- Livro ou Revista que ensine a fazer Origami. ( na página seguinte encontram-se alguns exemplos de modelos de Origami selecionados pelo grupo).

### Procedimentos:

- O coordenador deverá anteriormente procurar bibliografias específicas de Origami, escolher aquelas que julgar mais fáceis e interessantes, estudá-las e testá-las para a aplicação com o grupo.
- O coordenador solicita a todos os participantes que se sentem em cadeiras e formem um grande círculo.
- Posiciona-se, então, na frente dos participantes e ensina detalhadamente os modelos de Origami, repetindo-os quando necessário.
- Conforme o interesse dos participantes, pode-se ensinar dobraduras de maior complexidade.

### Sugestões:

- O Origami pode estar relacionado a algum tema, como por exemplo o ar. Anteriormente, pode-se trabalhar este tema e em seguida fazer dobraduras de aviões, helicópteros, animais que voam...

## 25. Ovo Quente

### Objetivos:

- Aquecer o grupo para facilitar o andamento do trabalho.
- Diminuir a tensão inicial , reduzindo o estresse.
- Diminuir os vieses que poderiam dificultar o relacionamento entre os participantes.
- Propiciar momentos de descontração.
- Facilitar a interação e aproximação entre os membros do grupo.
- Analisar a reação das pessoas frente ao desconhecido e discuti-la.

### Materiais:

- Toca fita.
- Fita cassete com música.
- Presente embrulhado.
- 1 ovo de plástico

### Procedimentos:

- O coordenador solicita a todos que fiquem em pé, formando um círculo.
- Mostra para os participantes um presente muito bem embrulhado e um ovo de plástico.
- Passa as seguintes instruções:
  - Enquanto a música tocar, o ovo deve passar de mão em mão e quando a música parar, a pessoa que ficou com o ovo nas mãos deverá sair do jogo e assim consecutivamente. As duas últimas vão revezando a troca do ovo até a música parar.
- Quem não ficou com o ovo ganha o prêmio.

### Sugestões:

- Escolha uma música bem agitada. Se não tiver um ovo de plástico você pode usar outro objeto engraçado como um pedaço de bucha, um desentupidor, um ovo cozido, um animal de plástico, uma batata envolvida em celofane...

## 26. Painei sobre Saúde

### Objetivos:

- Discutir sobre a abrangência do tema saúde e os fatores que a influenciam.
- Entender que Saúde não pode ser encarada simplesmente como a ausência de doença.
- Trabalhar habilidades artísticas relacionadas à colagem.
- Estimular a percepção.
- Descontrair o grupo.

### Materiais:

- Cartolinas.
- Cola.
- Pincéis atômicos coloridos.
- Revistas.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes sentem em volta de uma mesa e apresenta todos os materiais.
- Pede para que procurem e recortem em revistas, figuras relacionadas à Saúde.
- Em seguida, pede para que montem um painel sobre Saúde intitulado: Saúde é?
- Depois, todos discutem e refletem sobre o que é Saúde e os fatores que a influenciam.

### Sugestões:

- As revistas devem ser variadas e bem ilustradas.
- O grupo deve apresentar o painel.

### Nota:

(Saúde é resultante do atendimento às necessidades básicas do homem, tais como trabalho, lazer, educação, moradia, transporte... e não apenas a ausência de doença.)

## 27. Resgate de Brincadeiras de Infância

### Objetivos:

- Resgatar as brincadeiras de infância das mães e relacioná-las com as brincadeiras infantis atuais.
- Descontrair e diminuir o estresse do grupo.
- Vivenciar as brincadeiras de que mais gostaram quando crianças.
- Valorizar a auto-estima dos participantes.

### Materiais:

- Nenhum.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita a todos os participantes que se sentem em cadeiras e formem um grande círculo.
- Pede para que todos recordem as brincadeiras de sua infância.
- Pergunta a cada um quais eram, como eram as suas brincadeiras e o que mais gostavam de fazer.
- Se houver crianças presentes, também se lhes pergunta quais são as brincadeiras que mais gostam.
- Dá-se ênfase às variações regionais das brincadeiras, que às vezes são muito parecidas.
- Correlaciona-se as brincadeiras atuais com as antigas e faz-se uma relação entre as variações regionais de uma mesma brincadeira.
- Cada um deve apresentar pelo menos uma brincadeira das quais mais gostava.
- Em seguida, o coordenador dá ordem para que todos os participantes façam de conta que voltaram a ser criança e assim vivenciem novamente suas brincadeiras.
- Escolhe-se inicialmente dentre estas, uma em que todos possam participar.
- De acordo com a disposição física do grupo, pode-se escolher outras brincadeiras e repetir o processo.

### Sugestões:

- Todos devem se imaginar como crianças durante as brincadeiras.
- Todos devem ser ouvidos atentamente em seus relatos e valorizados, pois suas brincadeiras fazem parte da sua história de vida. Ao valorizá-las, estar-se-á estimulando sua auto-estima.

## 28. Técnica dos Barbantes

### Objetivos:

- Valorizar o trabalho em grupo e a importância de cada elemento para o grupo.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Desenvolver valores éticos nos participantes em relação ao trabalho em grupo.
- Melhorar o relacionamento entre todos.

### Materiais:

- Um rolo de barbante.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita que todos os participantes fiquem de pé e distantes entre si formando um grande círculo.
- Um elemento do círculo segura a ponta do fio do rolo de barbante e lança o rolo para qualquer outra pessoa do círculo.
- Ao lançar, fala em voz alta uma das qualidades, que um grupo precisa ter, para que o trabalho em equipe obtenha resultados favoráveis.
- O participante que recebeu o rolo deve dar uma volta com o fio na mão e lançá-lo para outro participante repetindo o processo.
- Forma-se então uma teia de barbantes entre as pessoas.
- Após, pede-se para que uma pessoa saia do grupo, depois duas, pedindo ainda, para que todos observem o que acontece com a teia.
- Em seguida, pede-se para que as pessoas que saíram tentem entrar onde exatamente estavam.
- Pergunta-se aos participantes que conclusões eles podem tirar desta técnica.
- Discute-se o seu significado e como os participantes se sentiram durante seu desenvolvimento.

### Sugestões:

- Todos devem receber o rolo, dar uma volta com o fio na mão e lançá-lo para outro participante.
- Exemplos de conclusões que poderão ser tiradas:
  - O trabalho em grupo precisa da cooperação e participação de cada elemento.
  - Cada elemento, por ser diferente, contribuirá segundo suas aptidões.
  - Todos devem seguir no grupo um objetivo comum...

## 29. Técnica dos Bilhetes

### Objetivos:

- Descontrair o grupo e diminuir o estresse.
- Reconhecer ruídos de comunicação.
- Identificar fatores, tais como, interpretações subjetivas e estereótipos, que influenciam no processo de comunicação.
- Identificar diferentes modalidades de comunicação.
- Valorizar o indivíduo e suas peculiaridades dentro do grupo.

### Materiais:

- Folhas de papel com os bilhetes escritos.
- Fita crepe.
- Pincel atômico.

### Procedimentos:

- O coordenador solicita a todos que formem um grande círculo.
- Todos devem ser colocados lado a lado, com as costas voltadas para fora do círculo.
- O coordenador prende nas costas de cada participante um bilhete.
- Cada pessoa terá um bilhete diferente em suas costas.
- Colocados todos os bilhetes, o coordenador solicita a cada elemento do grupo que ande aleatoriamente pela sala e de repente pare atrás do outro participante, leia os bilhetes e atenda o que se pede.
- Não poderá ler em voz alta o bilhete, apenas atender o pedido.
- Se por exemplo, estiver escrito:  
- Cante uma canção para mim! ele deve cantar para esta pessoa.
- Depois de um tempo, o coordenador solicita que se forme novamente a roda e pede para que cada um adivinhe o que estava escrito em seu bilhete.
- Caso o grupo tenha dificuldade, pode se dar mais um tempo para que todos atendam o pedido daquele participante, que não conseguiu imaginar o que estava escrito.
- Em seguida, forma-se novamente o círculo.
- Pergunta-se para os participantes se conseguiram adivinhar a mensagem do bilhete. Caso não, o coordenador pede para que ele retire o bilhete de suas costas e o leia.

### Sugestões:

- Na página seguinte estão algumas sugestões de bilhetes.

### Sugestões de bilhetes

Como eu faço para fritar um ovo?  
Votei no Color para presidente, o que você acha?  
O que você acha do meu nariz?  
Como eu faço para ir ao Centro da Cidade?

Veja se estou com febre?  
Sorria para mim!  
Ganhei na loto. O que faço com o dinheiro?  
O que eu deveria fazer para ficar mais bonita (o)?  
Cante para mim!  
Leia minha sorte!  
Com que animal eu me pareço?  
O que você acha que eu odeio fazer?  
O que você acha que eu adoro fazer?  
Com que artista eu me pareço?  
Fale alto! Não escuto direito!  
Dobre minha manga, por favor!  
Veja se eu pisei no coco do cachorro!  
Como eu faço para ir daqui até a padaria mais próxima?  
Qual é a minha idade?  
Como eu faço batatas fritas?  
Estou com muita gripe. O que devo fazer?  
Briguei com meu namorado, (marido)! O que devo fazer?  
Pisei num chiclete, como eu faço para que ele se desgrude-o de meu sapato?  
Como eu faço para falar Japonês?  
Como eu soleiro a palavra Champagne?  
Estou com soluço. O que faço?  
Engasguei, me ajude!

- Os bilhetes não podem ser ofensivos ou depreciativos.

### 30. Técnica da Imagem do Filho

#### Objetivos:

- Perceber como a mãe vê o filho doente.
- Aprender a valorizar as virtudes do filho.
- Eliminar a tendência da mãe em enfatizar a doença.
- Discutir sobre as boas qualidades do filho.
- Encarar a criança doente como igual às outras, apenas portadora de um problema.

#### Materiais:

- Cartolinas.
- Pincéis atômicos coloridos.
- Fitas cassetes ou “CDs” com músicas de relaxamento.
- Aparelho de som.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita a todos os participantes que se sentem ao redor de uma grande mesa.
- Apresenta os materiais e solicita-lhes que desenhem seu filho e suas características.
- Enquanto desenhavam, coloca-se uma música de relaxamento para aumentar a concentração.
- Então, o coordenador pergunta em voz baixa e repetidas vezes:  
- Qual é a imagem do seu filho? Como ele é? Descreva-o.
- Em seguida o coordenador pede para que cada mãe indique no desenho a parte do corpo da criança afetada pela doença.
- Pede para que todos coloquem o nome do filho na cartolina e o apresente ao restante do grupo.
- Em seguida, a equipe encerra os trabalhos, reforçando os aspectos saudáveis da criança, enfatizando a vida.

#### Sugestões:

- Esta técnica necessita o acompanhamento de um psicólogo, porque causa muito impacto nas mães, mobilizando muitos sentimentos, pois é triste para elas encarar a doença do filho.
- Deve-se respeitar, quando ocorrer, a dificuldade da mãe em representar seu filho.

### 31. Telefone sem Fio

#### Objetivos:

- Estimular a aproximação e a interação do grupo.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Vivenciar a comunicação intergrupal.
- Analisar as variáveis que interferem no processo de comunicação.
- Discutir a importância da comunicação no processo pedagógico.

#### Materiais:

- Um exemplar da história escolhida.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita que um dos participantes saia da sala.
- Então, conta a história para este participante somente uma vez e pede para que faça o mesmo com outra pessoa.
- A segunda pessoa irá transmitir a mensagem para a terceira e assim por diante.
- Depois de todos terem ouvido as versões da história, reúne-se o grupo novamente e pede-se para que a última pessoa que escutou a história a relate para todos.
- Em seguida, o penúltimo faz a mesma coisa e assim sucessivamente.
- Discute-se com o grupo o que ocorreu com a mensagem e os fatores que causaram tal deturpação.

#### Sugestões:

- Sugestão de história:

Desesperado com o Miserê que enfrentava e sem perspectiva de melhora, João Gonçalves, maranhense que vive há vinte anos em Brasília, resolveu o problema de moradia de modo original. Abandonou a casinha na qual morava em Taguatinga, prestes a ser penhorada em virtude de atraso no pagamento de impostos, instalando-se numa tumba vazia do Cemitério de São Francisco de Assis, que se transformou no seu lar, “doce lar”. O negócio correu bem até o início do outro mês, quando João, ao deixar a sua “sepultura conjugada”, foi surpreendido pelo administrador do cemitério, que chamou a polícia para prender o intruso. Na polícia, João contou que, além de morar de graça, passara a alimentar-se muito melhor e regularmente, também de graça, recolhendo a comida dos despachos feitos naquele cemitério. Dava-se até ao luxo de fumar uns charutinhos após o jantar, já que os despachos caprichados não os dispensavam. Algumas vezes, bebia até vodca soviética ou polonesa, que substituíam a tradicional cachaça no ritual macumbeiro de “luxo”.

## Atividades Físicas para o Controle do Estresse.

### Atividades Físicas para o Controle do Estresse.

O objetivo deste item é valorizar a prática de atividades físicas para o controle do estresse, tais como o relaxamento, a dança, a bioenergética e a expressão corporal. Observou-se no desenvolvimento do trabalho que tais práticas funcionavam como instrumento de promoção de saúde, capaz de controlar o estresse e melhorar a qualidade de vida das pessoas.

As atividades físicas são importantes para a diminuição do estresse e eliminação da ansiedade, tensão muscular exagerada e problemas de coluna. Este fato foi comprovado por inúmeros especialistas desta área, que incentivam a praticar atividades que geram relaxamento; ou de determinados exercícios físicos, bastante eficazes no controle do estresse.

Segundo entrevista da Dra. Juliana Verdi Haddad, da Clínica de Controle de Stress e Biofeedback, obtida na Internet\*, qualquer tratamento contra o estresse deve ser feito de tal forma que os participantes gostem das atividades físicas desenvolvidas e tenham prazer com as mesmas. Desta forma, a escolha da atividade física para o controle do estresse deve ser muito bem selecionada. Ela considera que: “não adianta nada um paciente praticar um esporte ou algum exercício físico que faça bem para o seu corpo, mas não sinta prazer na atividade. Por isso, no tratamento contra o estresse é muito importante o paciente gostar dessa atividade física, mesmo que existam outras mais completas para o seu corpo.”

As atividades físicas selecionadas para a diminuição das tensões que caracterizaram o ambiente da casa no momento da intervenção foram:

- Massagem;
- Auto - massagem;
- Bioenergética;
- Expressão corporal por meio da dança;
- Relaxamento.

Estas atividades foram dirigidas pelos Educadores de Saúde, credenciados por meio de cursos especializados, que compõem a equipe de pesquisa. Estas foram acompanhadas e assessoradas por psicólogos voluntários da Casa e envolveram crianças neoplásicas, acompanhadas de suas mães ou responsáveis.

Cada atividade acima citada, encontra-se descrita detalhadamente a seguir, para que o Educador possa empregá-la no trabalho que pretende realizar.

Nota: Internet\* ([www.mandic.com.br/primeiramão/entrev/entrev.11.htm](http://www.mandic.com.br/primeiramão/entrev/entrev.11.htm)). Entrevista obtida via Internet feita por Karen Gimenez com A Dra. Juliana Verdi Haddad, da Clínica de Controle de Stress e Biofeedback.

### 32. Massagem

#### Objetivos:

- Relaxar a musculatura que se pretende massagear.
- Relaxar as tensões físicas e mentais.
- Estimular o contato físico e percepção do corpo.
- Descontrair e diminuir o estresse.

#### Materiais:

- Colchonetes.
- Aparelho de Som
- Fitas cassetes ou “CDs” com músicas de relaxamento.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita aos participantes que se organizem em duplas.
- Pede para que um elemento de cada dupla deite de costas sobre o colchonete, com os braços estendidos e relaxados, enquanto o outro fica sentado ao lado, numa posição confortável.
- Solicita aos participantes que respirem profundamente para que aproveitem bem a atividade. Enquanto isso, toca-se uma música de relaxamento, previamente selecionada pelo educador.
- O coordenador deve fazer dupla com algum participante para demonstrar, passo a passo, como a massagem deve ser feita.
- Os elementos que permaneceram sentados em cada dupla, deverão seguir atentamente todos os procedimentos do coordenador.
- Em voz suave, o coordenador solicita então, que os massageadores esfreguem uma mão na outra, para que se aqueçam, antes de iniciar a massagem.
- Primeiramente, após aquecidas, as mãos deverão massagear a região cervical, explicando que se trata de uma região de muita tensão. Solicita aos participantes para que usem as mãos espalmadas durante a massagem, nunca usando as pontas dos dedos e unhas para não machucar ou espremer a pele, como se estivessem fazendo uma massa de pão.
- Após massagear a região cervical, devem descer as mãos para as costas, braços, mãos, sempre sem tirar a mão do corpo que está recebendo a massagem.
- Toda a região dorsal do corpo deverá ser massageada: costas, nádegas, coxas, pernas e pés.
- Nas mãos e nos pés, os movimentos devem ser mais suaves. O massageador vai realizar movimentos circulares nos dedos das mãos e dos pés do massageado.
- Terminada a massagem de todo o corpo, o coordenador pede para os massageadores darem pequenos tapas, com as mãos em forma de concha, ao longo do corpo da pessoa massageada, conforme a sequência das regiões do corpo orientada e demonstrada pelo coordenador.
- Em seguida, o coordenador pede para que deslizem as mãos pelo corpo suavemente.

- Depois, devem deslizar ao longo do corpo, com as pontas dos dedos, por meio de movimentos cada vez mais suaves, como se estivessem se despedindo daquele corpo massageado.
- Encerrada a massagem, as pessoas que a receberam permanecem deitadas mais alguns instantes.
- O coordenador manda que se espreguicem, virem de lado e se levantem vagarosamente. A última parte do corpo a ser erguida, para que dê tempo de equilibrar as pressões e o suprimento do sangue, deverá ser a cabeça.
- Então, invertem-se os papéis, quem foi massageado, agora deverá massagear.

#### Recomendações:

- O coordenador deve ter passado por Curso de Massagem credenciado para que esteja preparado para o desenvolvimento da atividade.
- No caso dos massageados sentirem cócegas, solicita-se aos massageadores, que utilizem as mãos espalmadas, fazendo movimentos mais contínuos e evitem utilizar as pontas dos dedos.
- A massagem pode ser feita em regiões específicas do corpo, como, por exemplo, na cabeça. Cada vez que o coordenador quiser fazer uso da massagem, ele deve variar as regiões do corpo a serem massageadas.
- A massagem é bastante recomendável para finalizar as atividades desenvolvidas pelo educador naquele dia.

### 33. Auto - massagem

#### Objetivos:

- Relaxar a musculatura que se pretende massagear.
- Mostrar que é possível fazer massagem, mesmo que individualmente.
- Descontrair e diminuir o estresse.
- Relaxar as tensões físicas e mentais.
- Estimular o contato físico e percepção do próprio corpo.

#### Materiais:

- Aparelho de Som
- Fitas cassetes ou “CDs” com músicas de relaxamento.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita aos participantes para que se sentem em círculo e reproduzam seqüencialmente todos os movimentos e orientações realizados durante sua demonstração.
- Explica ao grupo qual a região que será massageada. No caso, podem ser os pés, uma das regiões mais esquecidas do corpo e que tem uma função muito importante, que é sustentá-lo em posição vertical, funcionando como base de apoio.
- Pede-se aos participantes que respirem profundamente para que aproveitem bem a atividade. Enquanto isso, toca-se música de relaxamento.
- Em voz suave, o coordenador manda que os massageadores esfreguem uma mão na outra, para aquecê-las.
- O coordenador começa então, massageando um dos seus pés. Cada indivíduo deverá reproduzir imediatamente todos os movimentos realizados por ele.
- Para isso, o coordenador deverá dar todas as instruções necessárias aos participantes, que atentamente observarão os movimentos demonstrados pelo coordenador.
- Este, em seguida irá trabalhar cada parte do pé, os dedos, a região dorsal, a planta dos pés e o calcanhar.
- Os dedos podem ser massageados com movimentos giratórios, o que proporciona muito relaxamento. O dorso dos pés deve ser massageado mais vigorosamente que a sua planta. Não se deve apertar as unhas, pois elas são mais sensíveis. Pode ser feito o movimento circular do pé inteiro, trabalhando as articulações do tornozelo. O calcanhar deve ser apalpado e massageado com a mão inteira, (dedos e palma).
- Depois de massageado um pé, parte-se para o outro, repetindo-se o mesmo procedimento.
- O coordenador orienta os participantes sobre a importância da massagem em situações de cansaço, após um dia de trabalho ou por ter andado muito.

#### Sugestões:

- O coordenador deve aprender como fazer a massagem para que esteja melhor preparado para o desenvolvimento desta atividade.
- No caso dos massageados sentirem cócegas, solicita-se aos massageadores que utilizem as mãos espalmadas e movimentos mais contínuos, sem utilizar as pontas dos dedos.
- Outras partes tensas do corpo podem ser auto - massageadas.

### 34. Bioenergética

#### Objetivos:

- Trabalhar o equilíbrio energético do corpo, ou seja, permitir que regiões mais tensas do corpo liberem mais energia e voltem ao seu tônus muscular normal.
- Possibilitar a descontração através da movimentação física, afastando o desânimo.
- Controlar e diminuir o estresse.
- Relaxar as tensões físicas e mentais.
- Estimular a percepção do próprio corpo.
- Aproximar os participantes.
- Explorar a expressão corporal através da dança.

#### Materiais:

- Aparelho de Som.
- Fitas cassetes ou “CDs” com músicas de relaxamento.

#### Procedimentos:

- O coordenador orienta as diversas etapas da bioenergética, que incluem exercícios de relaxamento, descontração, desinibição, e equilíbrio energético, tal como a seqüência de atividades abaixo citadas.

#### Seqüência de Atividades

- O coordenador solicita aos participantes que andem pela sala livremente e evitem andar em círculo.
- Pede para que cada participante, enquanto estiver caminhando, olhe para os olhos da pessoa que passar mais próximo e a atraia com um olhar.
- Ainda em movimento, é pedido para que se espreguice e respire profundamente.
- Ao soltar o ar, os participantes devem deixar os ombros caírem lentamente para a frente.
- Solicita-se que continuem andando, agora prestando atenção nos pés, para sentir e avaliar como eles estão.
- Em seguida, mandar que realizem movimentos circulares para trás com os ombros, como se fossem abrir o peito. Neste momento, explica que estes movimentos permitirão que se liberem de angústias e preocupações.
- Com a ponta dos dedos da mão direita, deverão massagear um ponto no centro do seu osso Esterno, onde estaria a glândula Timo. O coordenador diz que este movimento trará alívio às tensões, melhora o humor e diminui a angústia.
- Em pé, faz-se circular a parte superior do corpo para que o mesmo fique aquecido. Em seguida, faz-se o mesmo movimento circular com os quadris, sempre respirando profundamente.
- O coordenador pede para que movimentem de forma circular as pernas, uma de cada vez, depois os pés e depois balancem cada perna como se fosse um pêndulo.
- Em seguida, coloca uma música bem animada e solicita que os participantes dancem da forma mais esquisita que puderem até que a música termine.

- Então, devem continuar a andar livremente pela sala e finalmente formar duplas.
- Cada elemento da dupla deverá ficar de costas, um contra o outro. Ao ouvir a música de relaxamento, deverá massagear com as costas as costas da outra pessoa.
- Pede-se para que continuem andando pela sala e desta vez se imaginem numa floresta, da qual todos fazem parte.
- Cada participante deverá imaginar-se como um animal, devendo emitir o som deste.
- Terminada essa parte, pede-se aos participantes que se posicionem em círculo. Cada um deverá olhar fixamente para os olhos da pessoa que estiver em sua direção e esta outra pessoa também deverá fixar seu olhar, para que não haja dispersão da atenção. Com as pernas semi-flexionadas e o peso do corpo na parte da frente dos pés, solicita-se que inclinem o corpo lentamente para baixo, deixando a cabeça e os braços caírem para frente. Neste momento, poderá ocorrer a vibração do corpo, que representa na Bioenergética o alcance do Equilíbrio Energético. O coordenador explica aos participantes, que estes podem emitir sons contínuos, o que permitirá acentuar estas vibrações.

#### Sugestões:

- O coordenador deve ter passado por um curso de Bioenergética para que esteja melhor preparado para o desenvolvimento da atividade.
- Durante as atividades, os participantes podem achar muito engraçado e começar a dar muitas risadas. O coordenador, então, explica ao grupo, que eles não devem segurar emoções, devem ficar à vontade, rir ou até mesmo chorar se o desejarem.
- A Bioenergética é uma terapia alternativa que inclui várias atividades corporais, às quais podem ser melhor explicadas por meio de bibliografia específica.
- A Bioenergética é recomendável para iniciar uma atividade educativa mais exaustiva, como a elaboração de um cronograma, planejamento, discussão de uma problemática vivenciada...

### 35. Expressão Corporal por meio da Dança

#### Objetivos:

- Estimular expressão corporal por meio da dança.
- Trabalhar a percepção do próprio corpo, coordenação, sincronia...
- Aproximar os participantes.
- Possibilitar a descontração através da movimentação física, afastando o desânimo.
- Diminuir o estresse do grupo.
- Relaxar as tensões físicas e mentais.
- Aprender ou aprimorar um tipo de dança.

#### Materiais:

- Aparelho de Som
- CD com músicas do ritmo que se pretende ensinar.

#### Procedimentos:

- O coordenador, antes de ensinar o ritmo específico de música que pretende desenvolver durante a atividade, deve fazer alguns exercícios de relaxamento e alongamento físico, permitindo um aquecimento do grupo.
- Para isso, solicita que os participantes se posicionem atrás dele e acompanhem os movimentos que ele ordenar, como por exemplo, esticar braços e pernas, alongar a coluna, ficar na ponta dos pés, respirar profundamente...
- Em seguida, o coordenador pede aos participantes que repitam os movimentos do corpo, específicos para aquela dança, passo a passo, repetindo várias vezes se necessário.
- Quando todos aprenderem o passo, coloca-se a música e eles dançam conforme aprenderam, seguindo as orientações do coordenador, que se deverá posicionar de costas na frente de todos. Desta forma, os participantes podem vê-lo e reproduzir seus movimentos com mais facilidade.

#### Sugestões:

- É aconselhável que o coordenador faça um curso de Dança de Salão ou já saiba dançar, para que esteja melhor preparado para o desenvolvimento da atividade.
- Pode-se variar os ritmos de dança ao longo das atividades.
- Pode ser colocado um grande espelho na parede para que todos possam ver melhor os movimentos de quem ensina o passo de dança.

### 36. Relaxamento

#### Objetivos:

- Relaxar as tensões físicas e mentais.
- Descontrair e diminuir o estresse do grupo.

#### Materiais:

- Colchonetes.
- Aparelho de Som.
- Fitas cassetes ou “CDs” com músicas de relaxamento.

#### Procedimentos:

- O coordenador solicita aos participantes que deitem sobre os colchonetes, da forma que acharem mais confortável.
- Pede aos participantes que respirem profundamente para que aproveitem bem a atividade. Enquanto isso, toca-se música de relaxamento.
- O coordenador pede para que os participantes sintam cada parte do seu corpo: coração, pés e outras partes.
- Narra uma situação e pede para que imaginem uma praia; suas ondas; a areia; o vento.
- Pede, em voz suave, que respirem lentamente e relaxem todo o corpo, aliviando as tensões...
- No final, o coordenador solicita aos participantes que se espreguicem e vagarosamente se sentem por alguns segundos e só depois, levantem. A cabeça deve ser a última parte do corpo a ser erguida para que dê tempo de equilibrar as pressões e o suprimento de sangue na cabeça.

#### Sugestões:

- É aconselhável que o coordenador já tenha participado de um curso de relaxamento para que esteja melhor preparado para o desenvolvimento da atividade.
- O relaxamento é bastante recomendável para finalizar as atividades desenvolvidas pelo educador naquele dia.

## Bibliografia

1. IPEA- Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada - Subsídios Metodológicos para a Prática da Educação e Participação em Saneamento Rural, 1990, 2ªed. Série Saneamento Rural 5. Brasília.
2. KAMII, C. & De Vries, R. Jogos em Grupo na Educação Infantil. 1991. Editora Trajetória Cultural, São Paulo.
3. KIRBY, A. 150 Jogos de Treinamento, 1995, T&D Editora, São Paulo.
4. KISHIMOTO, T. M. (org.) Jogo, Brinquedo, Brincadeira e a Educação, 1996, Editora Cortez, São Paulo.
5. LOPES, M. G. Jogos na Educação: Confecção - Modelos - Objetivos - Regras, 1996, Editora Hemus, São Paulo.
6. MACEDO, L. ; Petty, A. L. S.; Passos, N. C. Quatro Côres, Senha e Dominó: Oficinas de Jogos em uma Perspectiva Construtivista e Psicopedagógica, 1997, Editora Casa do Psicólogo, São Paulo.
7. MARCELLINO, N. C. Lazer e Educação, 1995, 3ª edição, Editora Papirus, Campinas.
8. MIRANDA, S. Oficina de Dinâmica de Grupos para Empresas, Escolas e Grupos Comunitários, 2ª edição, 1997, Editora Papirus, Campinas.
9. RIZZO, G. Jogos Inteligentes: A Construção do Raciocínio na Escola Natural, 1996, BCD União Editoras S. A., Rio de Janeiro.
10. SECRETARIA DO ESTADO DA SAÚDE, CENTRO DE APOIO AO DESENVOLVIMENTO DE ASSISTÊNCIA INTEGRAL À SAÚDE - CADAIS, NÚCLEO DE EDUCAÇÃO - FEFISA. Educação em Saúde - Coletânea de Técnicas, 1993, São Paulo.
11. SILVA, E. N. Recreação na Sala de Aula de 5ª a 8ª série, 1996, Editora Sprint Ltda, Rio de Janeiro.
12. VOCE, S. Brincando Com Objetos Voadores em Papel, 1994, 2ª ed. São Paulo: Global - (Coleção Brincando com; v. 17).

## Agradecimentos

A equipe de educadores de saúde, que executou o Projeto “Educação em Saúde em Instituição que Abriga Crianças com Câncer”, sente-se grata pela ajuda e cooperação de todos no desenvolvimento do trabalho, tanto pelas críticas e sugestões, imprescindíveis para se alcançar os objetivos propostos no trabalho, quanto pela colaboração nas atividades desenvolvidas.

Agradece ainda, à Associação de Apoio à Criança com Câncer, (AACC), nas pessoas de sua Presidente Sr.a Wanir Rotta e da Sr.a Coordenadora Geral de voluntários Vera Pain, que acreditaram e apoiaram este trabalho, permitindo nossa intervenção educativa, bem como à cooperação das crianças portadoras de câncer.

Aos voluntários, que participaram do Projeto, ajudando na sua realização, em especial àqueles que deram continuidade às atividades educativas previstas, o nosso muito obrigado.

Graças às mães, pais ou responsáveis e às crianças portadoras de câncer, o desenvolvimento deste trabalho se tornou possível.

Agradecida  
Equipe de Educadores de Saúde Pública

Nota: Sugestões e críticas sobre este material serão valiosas e importantes para que se possa aprimorá-lo.

A equipe se coloca à disposição para esclarecer quaisquer dúvidas pelo e-mail: [nayte@sol.com.br](mailto:nayte@sol.com.br)