

**Projeto de educação para a saúde e cuidados pessoais**

**SAÚDE, ESTÉTICA e MODA**

**para jovens adolescentes com deficiência**

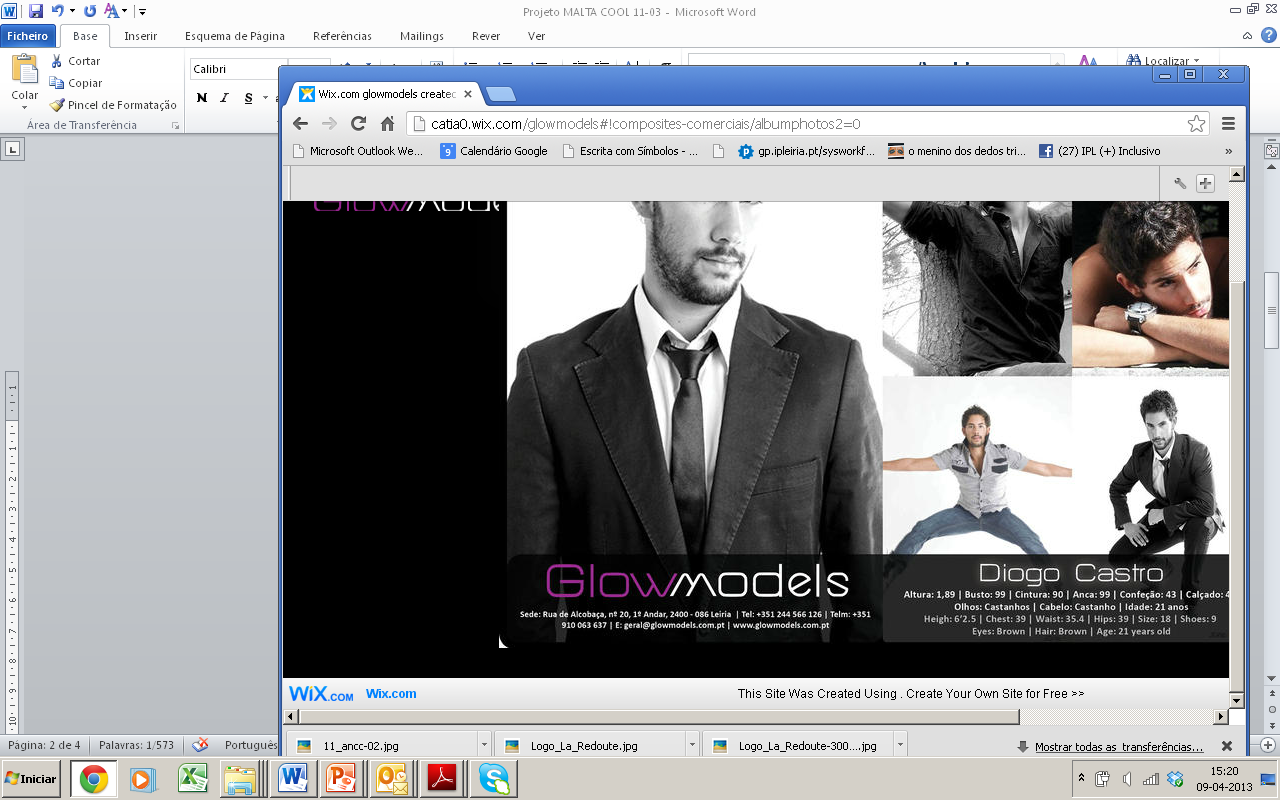
**UMA PARCERIA:**

****

****

****

**C:\Users\Pedro Neves\Desktop\vertbaudet.gif**

****

**Apresentação**

Os adolescentes com deficiência, como qualquer outro adolescente, vivem transformações físicas e emocionais profundas que lhes trazem dificuldades em lidar com o seu próprio corpo. Frequentemente, estes jovens têm pouca autonomia e raramente têm uma palavra a dizer nas escolhas das suas indumentárias ou nos cuidados estéticos e demais pormenores da sua aparência. Essas decisões ficam nas mãos dos seus cuidadores (família e/ou técnicos) que nem sempre têm em conta os gostos ou as características pessoais destes jovens, perpetuando imagens infantilizadas ou optando por soluções práticas mas esteticamente desajustadas.

**Objetivos:**

**Com esta ação propõe-se trabalhar noções de saúde, higiene, estética, beleza e moda com jovens deficientes com vista à promoção da autonomia, do sentido estético e da autoestima.**

**Parceiros promotores:**

IPL(+)INCLUSIVO: Formação de base

Cuidados Corporais e estética: ANCC – Associação Nacional de Cuidados Corporais, Holiclínica

Moda: La Redoute,

Coaching e Fotografia: Glowmodels

**Mentora**: Mafalda Ribeiro (escritora, cronista)

**Destinatários:** Adolescentes/Jovens com deficiência (entre os 13 e os 23 anos)

**EQUIPA (a completar):**

Ana Perdigão (LGP/ESALV) – anaperdigaopires@sapo.pt

Ana Rita Sousa (Oasis/terapeuta ocupacional) - [ana.m.sousa@ipleiria.pt](mailto:ana.m.sousa@ipleiria.pt) - 918651423

Cátia Domingues (Glowmodels) - [catia@grupomediaglam.com](mailto:catia@grupomediaglam.com)

Cláudia Pinheiro (ANCC/estética)

Daniela Nogueira (Oásis/Terapeuta ocupacional) - daniela.nogueira@ipleiria.pt

Guida Ribeiro (ANCC/Holiclínica) - holiclinica@oninet.pt

Jaime Ribeiro (ESSLei/Terapeuta ocupacional) - jaime.ribeiro@ipleiria.pt

Joana Sousa (LGP/IPL(+)INCLUSIVO) - sjoana\_rita@hotmail.com

José Domingues (La Redoute/ sistemas informáticos) - [jdomingues@redoute.pt](mailto:jdomingues@redoute.pt)

José Grilo (Glowmodels / fotógrafo) - [josegrilo1@hotmail.com](mailto:josegrilo1@hotmail.com)

Josélia Neves (IPL(+)INCLUSIVO) - joselia.neves@ipleiria.pt

Mafalda Ribeiro (mentora) - ribeiromafalda@gmail.com

Nadine Gomes (La Redoute/moda) - ngomes@redoute.pt

Sofia Santos (ANCC/estética)

Teresa Vinhas (ANCC/estética) - teresa@ancc.pt

Tiago Bernardes (La Redoute / web?) - [tbernardes@redoute.pt](mailto:tbernardes@redoute.pt)

Vasco Santos (ANCC/cabeleireiro)

**Descrição da Ação:**

1. Convite a jovens/cuidadores/instituições para a seleção de jovens com necessidades especiais dispostos a desenvolver competências e autonomia nos seus cuidados pessoais (higiene e estética).
2. Sessões de avaliação/conhecimento do contexto pessoal de cada jovem – sessão de avaliação/conhecimento com jovem, cuidador e/ou consultores.
3. Elaboração de um plano de intervenção.
4. Workshops – sessão de estética (rosto, corpo, mãos, pés, cabelo,…) / sessão de moda / sessão de coaching (cuidados pessoais, postura, …) / sessão fotográfica.
5. Exposição fotográfica.

Calendarização:

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Março | Abril | Maio | Junho | Julho |
| Contactos preliminares com adolescentes e famílias |  |  |  |  |  |
| Trabalho gráfico (apresentação projeto) |  |  |  |  |  |
| Formação de equipa (reunião c/ especialistas) |  |  | 7  20.30h |  |  |
| Reunião com técnicos, pais, cuidadores e jovens |  |  | 14 14h |  |  |
| Elaboração de plano de intervenção |  |  | 14  20h |  |  |
| Cuidados de Saúde e Estética |  |  | 21 |  |  |
| Cuidados de beleza (cabelo / moda) |  |  | 30 |  |  |
| Sessão Fotográfica |  |  |  | 6\* |  |
| Produção de exposição |  |  |  |  |  |
| Exposição fotografia |  |  |  |  | 5-6 |

9:00 Isequiel (S) Lídia (S) Alexandra (S) + OASIS

14:00 Paulo (S) Liliana (o) João Carlos (O) + OASIS + Ana Rita

**Jovens:**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Jovens | Data de Nascimento | Características | Origem  (contacto) |
| **Paulo Lopes Gameiro** | 1-11-92  Surdo  20 | Palavras que o caracterizam: “não quero saber”; ”tanto faz”; ”não me importo”; “fico sozinho, melhor...”; Muito Inocente; Inseguro; Não gosta de participar em nada; É bom rapaz | ES Afonso Lopes Vieira?  implantado |
| **Ezequiel Alexandre Faria Cardeira** | 18-02-1997  Surdo  15 | Introvertido; Inseguro; Comunica pouco;  Não colabora quando é contrariado;  Simpático; Gosta de sapatilhas (muito)  É do Benfica; É bom rapaz | ES Afonso Lopes Vieira?  Implantado |
| **Lídia dos Anjos Sousa Campos** | 5-06-93  19 | Insegura; Colaborante; Gosta de atenção; Pouca vivência; Simpática | ES Afonso Lopes Vieira?  Saiu da escola  Ourém  Gestualisa |
| **Alexandra Maria Duarte dos Santos Antunes** | 30-05-96  16 | Atitude positiva; Gosta de estar com as pessoas  Amiga; Extrovertida; Adora automóveis “VOLVO”  Pouco trabalhadora; É do Benfica | ES Afonso Lopes Vieira?  Aparelho  A aprender a ler  Precisa de brilhar e mostrar o que vale  Poucas expetativas dos pais |
| Tiago Rodrigues | 06-07-1994  18  (18) Trissomia 21 | (galinhas/ música) | OASIS (há pouco tempo)  Slow motion  Homem sem medo  Boa autoestima |
| Carina Jorge Ruivo | 24-02-1992  (21)  Atraso global do desenvolvimento | despachada, música, borboleta, esvoaçada, top “móvel” | OASIS  Hiperativa  Precisa de ser muito orientada  Nada de mudar a rotina |
| Sofia Domingues | (18) Neurofibromatose | (menininha, doce, peluches, crianças) | OASIS  Capaz a nível cognitivo  Infantil  Fácil de comunicar  Ansiosa / precisa de rotina e apoio emocional |
| João Gustavo Matos Paixão Marques  ???? | 09-09-1990  (22) Hidrocefalia  (desloca-se em cadeira de rodas) | cadeira de rodas (balões) | OASIS  Não gosta de fotografias  Precisamos de balões  A mãe tem de estar presente |
| Ana Rita | 15 Cegueira | Muito tímida, pouco autoconfiante, tristonha | Escola José Saraiva |
| João Carlos Ferreira | 19-08-1989  Paralisia Cerebral (marcha com apoio de canadianas) | Mãe faleceu, pai com problemas, responsável é madrinha | OASIS  Canadianas  Comunicação precisa de tempo  Baixa autoestima  Agora namora |
| Liliana Gomes | 33  Trissomia 21 | APAIXONADA!!! ☺ ☺ | OASIS  Alegre  proativa |
| Joana Ferreira Ideias | 08-06-1990  Paralisia Cerebral, anoftalmia esquerda |  | OASIS  Vaidosa  Direta  Cobra tudo o que lhe é prometido  Personalidade forte |
| Carla Melina Palmela | 17-07-1993  (desloca-se em cadeira-de-rodas)  Etnia cigana |  | OASIS |

Plano de preparação da Ação:

1. Mobilização de Parceiros
2. Reunião/formação no domínio da deficiência
3. Planificação da ação / determinação de meios
4. Convite a mentores (figuras públicas)
5. Calendarização de ação
6. Formulação de convites
7. Implementação de ação