

## CONTEXTOS DE APLICAÇÃO

Instituições Escolares, ATL, Ludotecas, Clubes Desportivos, Associações Juvenis, etc.

## DESTINATÁRIOS

Adolescentes e Pré - Adolescentes  
(dos 13 aos 18 anos)

## FORMANDOS

Técnicos das áreas da Educação  
(docentes e não docentes), Saúde e  
Intervenção Comunitária

## ESTRUTURA

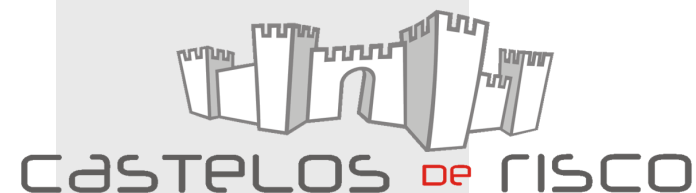
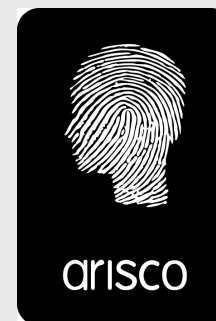
- Um **Promotor Local** que garante a dinâmica e funcionamento do Projeto;
- Um processo de **Formação**, de carácter vivencial, num total de 30 horas;
- Uma **Atividade Final**, com características de Aventura e Risco, dirigida a todos os participantes

## Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais



Acreditado para Docentes na modalidade de  
**Oficina de Formação (30h + 30h = 2,4 créditos)**  
pelo Conselho Científico — Pedagógico da  
Formação Contínua

Avenida João Freitas Branco, nº 14, 2760-073 Caxias  
Telm: 91 287 27 82 / 96 448 68 05 / 93 381 38 14  
e-mail: castelos@arisco-ipss.org  
www.arisco-ipss.org  
www.facebook.com/arisco.ipss



*“Num Local Imaginário, existe  
um Castelo a Conquistar...”*

## A ARISCO,

constituída em 1993, é uma I.P.S.S. vocacionada para o trabalho na área da **Prevenção e Promoção Global da Saúde e Cidadania**. Os seus projetos visam o desenvolvimento pessoal e social, num contexto lúdico, com recurso a metodologias ativas.



- Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais e Promoção Global da Saúde e Cidadania
- Abordagem da vivência do “**Risco**” enquanto ativador das vias de prazer e como promotora do desenvolvimento pessoal e social
- Utilização de Jogos de Dinâmica de Grupos como ferramenta de intervenção com grupos de jovens

Os temas desenvolvidos no Programa de Formação são aplicados em **sessões práticas com os jovens**, em torno de uma metáfora de sucessivas conquistas:

- 1) **A Conquista do Estandarte** -  
A Identidade
- 2) **A Conquista da Muralha** -  
A Comunicação e a Relação
- 3) **A Conquista da Távola** -  
O Grupo
- 4) **A Conquista do Dragão** -  
A Aventura

### Metodologia

A utilização de uma Metodologia de **Ação-Reflexão-Ação** permite assimilar, de uma forma mais eficaz, os conteúdos trabalhados



### A Conquista do Castelo

Atividade Final, com características de Aventura e Risco, vivida num Castelo ou num Espaço Natural;

Competição entre todas as equipas participantes no Projeto (prémios para as três primeiras);

Estações / tarefas envolvendo os temas e as competências desenvolvidas ao longo do projeto;

A pontuação é atribuída em função:

- da eficácia
- do funcionamento em equipa
- da capacidade de reflexão

---

## A Relação é o Principal Instrumento de Prevenção

