

chão fértil

Entidade Coordenadora

Casa dos Choupos
Cooperativa Multisectorial
de Solidariedade Social, CRL

Parceria

Câmara Municipal de Santa Maria da Feira

Âmbito territorial

Concelho de Santa Maria da Feira

Em 2014, a ideia do Programa Chão Fértil foi uma das vencedoras do Movimento Mais para Todos, projeto de solidariedade da responsabilidade do LIDL Portugal, ao qual se associou a SIC Esperança.

Assim, criado em 2015, o Programa Chão Fértil traduz-se num conjunto de iniciativas e atividades desenvolvidas na sede da Cooperativa Casa dos Choupos, com o objetivo de envolver a comunidade num espaço de aprendizagem, de partilha, de convívio e de lazer, em prol do desenvolvimento e da melhoria da qualidade de vida das pessoas residentes no concelho Santa Maria da Feira.

Atuando em 3 áreas essenciais – social, ambiental e cultural – este programa dirige-se a públicos mais específicos, nomeadamente: idosos em situação de isolamento, pessoas portadoras de deficiência, pessoas com doença mental, crianças e jovens em risco e pessoas que estejam desempregadas, bem como desenvolve atividades que se destinam à comunidade em geral, apresentando um leque de iniciativas diversificadas e ajustadas permanentemente às necessidades do contexto social.

Objetivos

- Fomentar o potencial de atividades artísticas integradas e diferenciadas, que sejam multidimensionais e que capacitem a comunidade;
- Promover uma alimentação saudável e uma agricultura sustentável;
- Valorizar o envolvimento comunitário na utilização e manutenção de espaços comuns;
- Desenvolver atividades pedagógicas e criativas que estimulem a consciência socio-ambiental de crianças e jovens;
- Dinamizar atividades que potenciem pequenos negócios de empreendedorismo locais;
- Promover um espaço de experimentação e capacitação para públicos com vulnerabilidades, que lhes permitam um autoconhecimento livre e espontâneo;
- Articulação com entidades parceiras e rede social concelhia para a resolução de problemas sociais locais.

Enquadramento

Considerando o diagnóstico elaborado para a definição dos objetivos do Plano de Desenvolvimento Social (PDS) de Santa Maria da Feira, o Programa Chão Fértil procurou salvaguardar uma articulação explícita com as áreas estratégicas, os objetivos e as ações enunciadas.

O Diagnóstico Social foi elaborado numa lógica participativa com os órgãos operativos da comunidade - os parceiros dos Fóruns Sociais de Freguesia (FSF) e os “sem voz” que indicaram caminhos para as prioridades do PDS e, conseqüentemente, para o desenho deste Plano de Ação.

No âmbito da Saúde Mental, e, segundo o Plano de Desenvolvimento Social, o “concelho de Santa Maria da Feira acompanha, a este nível, a tendência nacional, no sentido em que se verifica um hiato entre as necessidades de cuidados aos indivíduos portadores de doença mental e a oferta de respostas por parte dos serviços locais (...)”

A execução do plano de ação do Programa Chão Fértil, será pautada por uma relação dinâmica, próxima e alinhada com os parceiros dos FSF e de articulação com os serviços públicos cujo âmbito de atuação está centrado na área da saúde, nomeadamente o Centro Hospitalar entre Douro e Vouga e o ACES Feira/Arouca EDV(I), com a ALPE - Agência Local em Prol do Emprego nas questões relacionadas com a empregabilidade e competências transversais para a entrada no mercado de trabalho e com as entidades da rede social concelhia, com o objetivo de uma estreita e frutífera articulação.

Assim, o Programa Chão Fértil procurará complementar, reforçar e articular com os serviços públicos, pertinentes para a prossecução de respostas em diferentes áreas, e para pessoas em diferentes situações de vulnerabilidade.

Destinatários

- Pessoas portadoras de deficiência;
- Pessoas com doença mental;
- Pessoas em situação de desemprego de longa duração (DLD);
- Crianças e jovens em risco;
- Idosos em situação de vulnerabilidade social;
- Empreendedores locais;
- Comunidade em geral que abrace os projetos desenvolvidos.

Atividades Regulares



SEGUNDA-FEIRA

- 10h00-16h00 Linhas com Rosto - Grupo 1
- 15h00-17h00 Lab InDança
- 18h30-19h30 Oficina Ophelia

TERÇA-FEIRA

- 10h00-12h00 Poesia no Corpo. Corpo na Poesia - Grupo 1
- 18h30-20h00 Poesia no Corpo. Corpo na Poesia - Grupo 2

QUARTA-FEIRA

- 09h00-12h30 Manhãs da Horta para a Cozinha
- 09h30-12h30 Linhas com Rosto - Grupo 2
- 14h00-17h00 Academia de Capoeira

QUINTA-FEIRA

- 08h30-09h30 Meditação
- 10h00-16h00 Linhas com Rosto - Grupo 1
- 10h00-12h00 Lab InDança
- 18h00-19h00 Rufus & Circus

SEXTA-FEIRA

- 09h30-12h00 Linhas com Rosto - Grupo 2
- 11h00-12h00 Movimento e Bem-estar



1. Hortas Comunitárias

Esta atividade disponibiliza a cada utilizador aderente, um ou mais talhões para a prática de uma agricultura sustentável e acesso a água para rega. Os participantes celebram com a Casa dos Choupos um acordo de utilização anual (podendo este ser renovável) que é regido de acordo com o regulamento disponibilizado. Todos os utilizadores interessados podem receber formação em Agricultura Biológica e têm permanentemente à sua disposição apoio técnico para as práticas agrícolas.

Destinatários

- Pessoas em situação de desemprego de longa duração;
- Seniores em situação de isolamento;
- Jovens com interesse em adquirir ou aprofundar conhecimentos na prática agrícola;
- Comunidade em geral.



2. Hortas Pedagógicas

No âmbito de uma estreita parceria com o pelouro da Educação do Município de Santa Maria da Feira (“Vamos à Horta!”), a atividade Hortas Pedagógicas promove um espaço de exploração pedagógico dirigido às crianças de estabelecimentos de ensino e/ou organizações da economia social, materializado através de formação em práticas hortícolas às monitoras inscritas no projeto e da visita das crianças nos períodos de férias escolares às hortas, onde lhes é proporcionada a experiência de participar em processos de plantação, recolha de produtos hortícolas da terra, entre outras.

Destinatários

- Agrupamentos de escolas concelhios e IPSS com resposta de creche, pré-escolar e ATL.



3. Hortas ao Domicílio

Formação e workshops dirigidos a cidadãos que tenham um jardim, um quintal ou uma varanda. O objetivo passa por fomentar competências que lhes permitam potenciarem esses espaços e também as mais-valias que a agricultura e horticultura transmitem, promovendo uma melhor qualidade de vida e uma maior sustentabilidade ambiental.

Destinatários

- Jovens com interesse em adquirir ou aprofundar conhecimentos na prática agrícola;
- Comunidade em geral.



Quarta-feira
09h00 – 12h30

4. Manhãs da Horta para a Cozinha

Numa estreita ligação com a terra, espaço destinado à aquisição de conhecimentos e práticas no âmbito da agricultura, horticultura e culinária, com vista um planeta mais sustentável.

Destinatários

- Crianças e jovens em risco;
- Pessoas em situação de desemprego de longa duração;
- Seniores em situação de isolamento social;
- Pessoas com doença mental;
- Pessoas com outro tipo de vulnerabilidades.



Quinta-feira

18h00-19h00

5. Rufus & Circus

O Rufus & Circus é um grupo de percussão intergeracional, que utiliza como base as percussões tradicionais portuguesas. O grupo desenvolve temas criativos, despertando o ritmo que existe em cada indivíduo, através da música.

Destinatários

- Crianças e jovens em risco
- Pessoas em situação de desemprego de longa duração;
- Pessoas com doença mental;
- Pessoas com outro tipo de vulnerabilidades.



Segunda - Grupo 1

10h00 – 16h00

Segunda - Grupo 2

09h30 – 12h30

6. Linhas com Rosto

No âmbito do Projeto Direitos & Desafios Inova+, dinamização de oficina criativa que constrói e recria peças com histórias. Exercício de competências destinadas a alavancar o talento dos participantes, valorizando a história pessoal de cada um.

Destinatários

- Jovens e adultos com doença mental;
- Pessoas em situação de desemprego;
- Pessoas em situação de vulnerabilidade social.



Terça-feira

Grupo 1

10h00 – 12h00

Grupo 2

18h30 – 20h00

7. Poesia no Corpo. Corpo na Poesia

Atividade desenvolvida no âmbito do Projeto Transformarte – Rede D´Arte Comunitária, visa potenciar a participação e a cidadania e fomentar o desenvolvimento de competências sociais, psicológicas e culturais dos participantes, através da arte, com recurso ao movimento e à expressão corporal. Esta atividade experimenta e desafia a (re)criação individual e coletiva e procura também estimular a (re)ação, a opinião e a transformação relativamente àqueles que participam e ao contexto envolvente.

Destinatários

- Pessoas com doença mental;
- Crianças e jovens em risco;
- Pessoas em situação de desemprego de longa duração;
- Pessoas com outro tipo de vulnerabilidades.



Segunda-feira

18h30 – 19h30

8. Oficina Ophelia

Oficina que desenvolve ações no domínio das artes performativas (teatro, música e movimento). Através de jogos e brincadeiras, propõe-se a criação de espetáculos, onde todas as pessoas que nela participam serão responsáveis por todas as fases do processo. Transformaremos todas as capacidades das crianças em mais-valias para as artes e para o espetáculo, trabalhando as questões da autonomia, auto-estima e auto-confiança.

Destinatários

- Crianças com idade compreendidas entre os 5 e os 10 anos em situação de vulnerabilidade social



Quinta-feira

08h30 – 09h30

9. Meditação

Meditar é algo que acontece naturalmente, sem necessidade de qualquer esforço e acessível a qualquer pessoa. Uma viagem por práticas, onde a simplicidade se faz sentir... onde há um convite a parar, escutar, sentir e deixar acontecer, assumindo uma postura de observador, sem qualquer controlo, julgamento, crítica, rigidez ou questionamento...

Meditar não é esvaziar a mente é sim aprender a navegar no espaço entre os pensamentos. É a capacidade de estar ligado/a a si, em atenção plena, no aqui e no agora... Meditar é a capacidade de celebrar o momento presente, com a certeza que tem nesse momento tudo o que precisa de ter para estar mais consciente do que realmente importa na sua vida.

Vantagens desta prática

- Reduz os estados de ansiedade;
- Estimula a concentração, memória e o foco;
- Promove a criatividade e a serenidade mental;
- Promove uma maior consciência corpo mente;
- Desenvolve a clareza e a intuição;
- Aumenta a confiança;
- Reduz a fadiga individual;
- Melhorias no estado de humor e de autocuidado.

Destinatários

- Comunidade em geral, maiores de 18 anos, que pretendam desenvolver a capacidade de meditação, promovendo o seu bem-estar e desenvolvimento pessoal.
- Não é necessária experiência anterior em meditação para participar na atividade.



Segunda-feira

15h00 – 17h00

Quinta-feira

10h00 – 12h00



Sexta-feira

11h00 – 12h00



Quarta-feira

14h00 – 17h00

10. Lab InDança

Promovido pela Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, projeto de Dança inclusiva focada sobretudo nas pessoas em situação de vulnerabilidade social, com e sem deficiência – cognitiva, motora, visual ou auditiva – de idade igual ou superior a 16 anos, residentes no concelho de Sta. Maria da Feira. Recorrendo a laboratórios de dança para ultrapassar barreiras sociais dos preconceitos em relação à deficiência, desenvolvem-se atividades de experimentação e aprendizagem, reflexão, sensibilização e produção de conhecimento.

mais informações

lisete.costa@cm-feira.pt | 933 708 092

11. Movimento e Bem-estar

Promovido pela Câmara Municipal de Santa Maria da Feira, espaço de atividade física regular e diversificada, que tem como estratégia melhorar a qualidade de vida dos participantes e sensibilizar para a adoção de estilos de vida mais saudáveis. As atividades desenvolvidas são diversificadas e adaptadas às características do grupo, tendo em conta as recomendações da Organização Mundial de Saúde.

Destinatários

- Desempregados de longa duração;
- Seniores em situação de isolamento;
- Pessoas com doença mental;
- Pessoas com outro tipo de vulnerabilidades.

13. Academia de Capoeira

No âmbito do Projeto Direitos & Desafios Inova+, desenvolvimento de um Programa de Desenvolvimento de Competências Pessoais e Sociais que visa dar a oportunidade a jovens que abandonaram ou concluíram o sistema educativo de participarem numa oficina desportiva e em torneios, dotando os participantes de competências que os possam preparar para maior facilidade na integração profissional.

12. Workshops temáticos

Workshops dirigidos à comunidade em geral que abordam as seguintes áreas: Saúde e Bem-estar; Alimentação saudável; Artes/Manualidades; Desenvolvimento pessoal; Desenvolvimento profissional.

Destinatários

- Comunidade em geral

CONTACTOS

Rua Casa dos Choupos, nº20
Santa Maria da Feira
+351 925 453 631
chao.fertil@casadoschoupos.pt

