

7 setembro

Nome do Workshop	Nome do Formador	Área	Descrição	Observações
<i>“A voz e a fala como instrumentos do ator”</i>	Eduardo Molina	Teatro	Que possibilidades nos abre a voz em cena? Como levar a fala a moldar a mente do espectador? A colocar dúvidas? A revelar mais do que as palavras o fazem? A sugerir sem afirmar ou a afirmar o que não sugere. Uma introdução à potencialidade cénica da voz e da fala do ponto de vista do trabalho do ator. Neste <i>workshop</i> pretende-se despertar esta consciência e experimentar ferramentas básicas para a sua manipulação, através da experiência prática com textos dramáticos	Máx: <u>30 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupa confortável
<i>“Princípios básicos de composição coreográfica”</i>	Casey Canada	Dança	O foco deste <i>workshop</i> será direcionado à exploração de vários métodos e ferramentas para a criação de movimentos e momentos dentro do contexto de Dança Contemporânea. O trabalho será desenvolvido a partir do vocabulário físico dos participantes, de forma a estimular, sobretudo, as sensações, a consciência do corpo em ação e a relação com o olhar. Serão incorporados exercícios orientados de composição coreográfica, de forma a explorar diferentes perspectivas sobre a intensidade da ação cénica, do gesto e da interpretação, ao interrogar e observar as suas qualidades.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupa confortável - Meias
<i>“Boi Bumbá: A língua do Boi Fuleiro”</i>	Paulo Emílio e Doriedson Roque	Teatro	No Brasil, principalmente no Nordeste, o “Bumba meu Boi” ou “Boi Bumbá” é um festejo popular composto por personagens humanos e animais fantásticos, e reúne influências europeias, africanas e indígenas. Em cada parte do país o boi recebe nome diferente. A essência dessa manifestação cultural envolve: sátira, comédia, tragédia e drama, demonstrando o contraste entre a fragilidade do humano e a força do animal. Ambos representam o povo e sua maneira alegre de vivenciar os percalços da vida. As tradições populares revelam muito mais encontros que podemos imaginar. São retalhos de uma mesma colcha ancestral. Querendo costurar estes retalhos de ancestralidade que nos une nasceu o “Boi Fuleiro”, das mentes, mãos e corações de pessoas ligadas à APECV (Associação de Professores de Expressão e Comunicação Visual). Nosso boi revela a força da espontaneidade, do trabalho coletivo, e o desejo de aglutinar pessoas sensíveis à cultura popular. O “Boi Fuleiro” já esteve na Ilha da Madeira em evento passado, este ano quer novamente partilhar dos momentos de criação e laicidade através de uma nova oficina/performance promovendo intercâmbios criativos com os participantes do evento. O “Boi” permite a integração de várias expressões artísticas e como proposta pedagógica possibilita o diálogo com várias disciplinas.	Máx: <u>30 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupa confortável
<i>“Iniciação aos cordofones”</i>	Roberto Moritz	Cordofones tradicionais	Nesta sessão serão apresentadas sugestões de práticas de conjunto para grupos de cordofones tradicionais. Exploração de algumas técnicas mais usuais no acompanhamento harmónico e execução de melodias. Aplicação das mesmas na execução de peças de diversos géneros musicais, com consequente adaptação e arranjo para os cordofones.	Máx: <u>20 inscritos</u>

<p>“Técnicas Elementares de Direção Orquestral: princípios práticos orientadores para direção de grupos instrumentais”</p>	<p>Francisco Loreto</p>	<p>Música</p>	<p>Este <i>workshop</i> prático de Direção Orquestral destina-se aos músicos de diferentes áreas que pretendam adquirir noções práticas de direção instrumental. Dirigir grupos instrumentais não se trata apenas de conhecer a partitura e marcar compassos, existe uma enorme estrutura de gestos físicos e de trabalho cognitivo, sensorial, emocional e de liderança, que quando dominados, são enormes mais valias para o grupo em geral e para o 'maestro' em particular. O <i>workshop</i> está estruturado para ser realizado em 3 anos, sendo que entre um ano e o ano seguinte, os participantes devem estudar e praticar os exercícios, no sentido de uma evolução contínua. Este ano teremos a Técnica Básica, para o próximo ano serão as Técnicas Específicas, e daqui a 3 anos trabalharemos a revolucionária Técnica Neurodiretorial. Como o <i>workshop</i> será gravado e colocado no <i>youtube</i> em <i>link</i> privado, os participantes poderão assim ao longo ano rever e praticar os exercícios propostos.</p>	<p>Máx: <u>25 inscritos</u></p>
<p>“Orientações Musicais para Pais e Bebés em idade pré-escolar”</p>	<p>José António e Alexandra Vieira</p>	<p>Música (Ensino pré-escolar)</p>	<p>Neste <i>workshop</i> iremos abordar de uma forma genérica a teoria da aprendizagem musical segundo as investigações do professor Edwin Gordon. Já desde o nascimento ou mesmo antes que o bebé tem a capacidade de se relacionar com os sons envolventes. Se o adulto, de uma forma lúdica e consciente organizar os sons em música variada, com tonalidades e métricas diferenciadas, assim como fornecer vocabulário adequado através de padrões tonais rítmicos e de movimento, ajudará o bebé a construir os alicerces musicais que o permitirá ultrapassar as diversas etapas do seu desenvolvimento. Na segunda parte iremos aplicar a teoria em situações práticas e visualizar um pequeno vídeo mostrando aulas com pais e bebés.</p>	<p>Máx: <u>25 inscritos</u></p>
<p>“Abordagem à obra de arte nas aulas de artes”</p>	<p>Ricardo Lapa</p>	<p>Artes Plásticas</p>	<p>Literacia em artes pressupõe a capacidade de comunicar e interpretar significados usando as linguagens das disciplinas artísticas. Implica a aquisição de competências e o uso de sinais e símbolos particulares, distintos em cada arte, para perceber e converter mensagens e significados. Requer ainda o entendimento de uma obra de arte no contexto social e cultural que a envolve e o reconhecimento das suas funções nele. A Expressão Plástica, tendo como uma das suas principais intenções pedagógicas a educação do olhar e do ver deve, através do contacto com obras de arte e o desenvolvimento da sensibilidade estética, estabelecer a possibilidade da iniciação ao diálogo sobre a arte. No âmbito da exploração prática de materiais e técnicas de expressão plásticas e da análise de obras de arte, este <i>workshop</i> poderá proporcionar aos participantes algumas ferramentas para o trabalho que desenvolvem aquando da abordagem pedagógica de obras de arte em contexto educativo.</p>	<p>Máx: <u>25 inscritos</u></p>
<p>“Feng Shui - A Arte Milenar do Oriente, para o Ocidente”</p>	<p>Sofia Correia</p>	<p>Bem-estar, relaxamento, meditação</p>	<p>Este <i>workshop</i> "Feng Shui - A Arte Milenar do Oriente, para o Ocidente", tem como linha desmistificar o termo <i>Feng Shui</i>, que muitas vezes é confundido com decoração de interiores. Esta Arte tem bases muito sólidas que irão ser abordadas, tais como: o conceito de Yin - Yang, as 5 transformações, os animais míticos e a sua interpretação; o <i>ki</i> e o seu fluxo; O Bagua, as 8 direções. Na dimensão do habitante a astrologia do <i>ki</i>; as características das 9 estrelas do <i>ki</i>; A forma interior da casa -</p>	<p>Máx: <u>20 inscritos</u></p>

			aspetos gerais; a forma exterior da casa - aspetos globais. A trilogia Céu - Homem - Terra. O eterno movimento do <i>ki</i> e a nossa posição favorável.	
“Vídeo e Educação Patrimonial”	João Pires	Vídeo Pedagógico	Pretende-se neste <i>workshop</i> dar a conhecer alguns conteúdos de literacia audiovisual, iniciando essa abordagem com os elementos básicos visuais bem como as formas de composição e organização visual, para que posteriormente, sejam trabalhados os conceitos inerentes aos discursos e géneros audiovisuais. Paralelamente, irá ser abordada uma estratégia de educação patrimonial que permitirá não só o trabalho sobre o património, como também o desenvolvimento da literacia audiovisual, com recurso a estratégias de produção audiovisual e vídeo-processo. O <i>workshop</i> culminará com algumas atividades exploratórias de produção audiovisual, que permitirão praticar o vídeo-processo com recurso a tecnologias acessíveis a qualquer professor/formador, nomeadamente o telemóvel pessoal ou outros meios de captura audiovisual.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Auscultadores/ <i>Phones</i> - Dispositivos móveis pessoais (<i>smartphones</i> ou <i>tables</i>)
“Concurso de Curtas-metragens: regulamento, participação e realização”	Nídia Batista e Hélder Vasconcelos	Vídeo	O <i>workshop</i> desenvolve-se à volta do Concurso de Curtas-Metragens, que realizou há pouco a sua 6ª edição. Este concurso é organizado pelo Governo Regional da Madeira, através da Secretaria Regional de Educação e é operacionalizado pela Direção de Serviços de Educação Artística e Multimédia (DSEAM) da Direção Regional de Educação, em parceria com o Centro de Atividades Ocupacionais de Machico, estando integrado no programa <i>Educamedia</i> . A participação neste evento apresenta-se como uma oportunidade única para o desenvolvimento e reconhecimento do trabalho realizado na área do audiovisual, mais especificamente em relação ao vídeo de curta duração. Pretende-se apresentar, de forma breve, o regulamento do concurso e algumas noções práticas sobre os recursos materiais mais comuns usados na captação de vídeo. Na segunda parte do <i>workshop</i> será realizada uma abordagem teórico-prática sobre a edição de vídeo, tendo em conta as especificidades da curta-metragem e a possível utilização de técnicas de animação.	Máx: <u>30 inscritos</u>

8 setembro

Nome do Workshop	Nome do Formador	Área	Descrição	Observações
<i>“Laboratório dos Sentidos: Exercícios para despertar a alma.”</i>	Paulo Emílio e Doriedson Roque	Música, Dança, Teatro e Artes Plásticas	No Laboratório dos Sentidos o foco central é o experimento criativo através de exercícios potencializadores de sentimentos e emoções humanas, promovendo a revisão de conceitos e a capacidade de encarar os conflitos internos e externos, utilizando os saberes das artes como suporte, proporcionando a expansão da criatividade para o exercício de uma vida mais dinâmica, objetivando a multiplicação destas ações (de bem/estar e espontaneidade) para as relações afetivas (sociais/coletivas). Fazemos uso dos conhecimentos da Arte/Educação e Arteterapia, das linguagens da arte (música, dança, performance, desenho, etc.), jogos teatrais, alongamento, relaxamento, dinâmicas de grupo, brincadeiras de todos os tempos, intervenções poéticas nos espaços e vivências para (re)descobrir através dos sentidos (paladar, tato, visão, audição, olfato e intuição) os labirintos do (ser) humano. As atividades do Laboratório dos Sentidos, destinam-se a todas as pessoas que desejam explorar seus sentidos em ações estimuladoras da criatividade e da arte relacional. Discentes, docentes, profissionais diversos e demais pessoas da comunidade que tenham interesse em ativar seus processos de criação (mentais, cognitivos e afetivos), desenvolvendo habilidades ao compartilhar seu universo pessoal, estão convidados a interagir conosco nos exercícios e intervenção poética.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis
<i>“Afro Jazz / Jazz Musical”</i>	Gonçalo Sousa	Dança	Esta aula é uma verdadeira explosão de ritmo e expressão corporal. Com base na movimentação e expressão corporal do Afro Cubano, esta aula faz uma fusão deste estilo de dança com elementos de dança jazz criando uma verdadeira complexidade rítmica e expressiva ao nível do movimento. As características deste tipo de dança são: o fantástico uso do tronco, o elevado nível de ondulações, contrações e rotações, assim como um forte trabalho a nível da cintura pélvica e dos braços.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis - Meias
<i>“Educar pelo coração - Meditação e Relaxamento”</i>	Carla Correia	Bem-estar, relaxamento, meditação	É durante a infância que adquirimos a nossa base emocional, daí que muitos dos transtornos e/ou desequilíbrios que vivemos numa fase adulta, têm origem nas nossas vivências enquanto crianças. A prática da meditação/relaxamento em crianças, bem como, em adultos, tem vindo a demonstrar-se como uma poderosa ferramenta, com benefícios que afetam diretamente o crescimento e desenvolvimento de cada um. Proporciona assim, um reequilíbrio e cura, aos níveis físicos, mental, emocional e espiritual, verificando-se uma transformação e crescimento interno, indo ao encontro das necessidades e características individuais. A meditação é uma prática para acalmar a mente e são utilizadas diversas técnicas criativas, tais como: Visualizações criativas, meditações dinâmicas, respiração, música, pintura livre, desenhos de mandalas e modelagem.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis - Garrafa de plástico (água) vazia, de preferência de 75cl
<i>“Iniciação à</i>	Joaquim	Música	O formador pretende, com este <i>workshop</i> , partilhar com os inscritos a sua experiência pessoal para iniciar a formação de bandas rock nas escolas.	Máx: <u>20 inscritos</u>

<i>formação de bandas rock na escola</i>	Mendes			
“Musicalização Infantil na Primeira Infância”	João Camacho	Música	O objetivo principal da Musicalização Infantil é fazer com que a criança tenha um contato bem elaborado e estruturado com a música. A partir deste contato qualificado, a criança inicia um processo de percepção, tornando-se sensível à música, ampliando o seu universo sonoro. O resultado de todo este processo é o desenvolvimento da musicalidade. Uma aula bem conduzida desenvolve nos alunos noções de ritmo, altura, timbre, intensidade, duração, entre outros conceitos da música. Além dos conceitos musicais, a aula tem a condição de desenvolver a coordenação motora, a inteligência musical, a socialização, a colaboração mútua, a liderança, a criatividade, a imaginação, o trabalho em equipa, etc...	Máx: <u>25 inscritos</u>
“A magia da Comunicação”	Paula Lourenço	Comunicação	Falar em público é um dos momentos mágicos para um comunicador! No <i>workshop</i> , pretende-se fornecer os participantes com as ferramentas necessárias que proporcionem segurança, firmeza na transmissão da mensagem. E para tal, apenas temos que dar um toque de magia aos nossos trabalhos, projetos e palestras - comunicar com pitadas de bom humor q.b. , harmonia e entusiasmo nas palavras, saber "contar" a história e trocar o medo e receio, por pitadas de tranquilidade e segurança. No <i>workshop</i> , vamos conhecer a importância da postura , da Linguagem Verbal e Não verbal, de detalhes como vestuário, acessórios; equipamentos e dimensões dos locais... mas sobretudo vamos descobrir a importância de comunicar com o olhar e acreditar no que afirmamos.	Máx: <u>25 inscritos</u>
“O Toque da cor - a arte da transformação”	Marlene Abreu	Caracterização / Pintura Facial	Sendo a caracterização e as pinturas faciais uma mais valia para as atividades de expressão dramática na sala de aula e para as festas escolares, este workshop surge no intuito de motivar para a importância da caracterização na expressão dramática. Implementação da técnica de caracterização/pintura facial e reforço da importância dos materiais a utilizar, de forma a garantir a higiene e segurança das crianças. Convido-vos a experimentar a sensação das pinturas faciais, através de riscos, rabiscos, traços, curvas e cores, onde daremos asas à criatividade. Conto contigo nesta aventura colorida!"	Máx: <u>25 inscritos</u>
“Blues”	Estúdio 21	Música	(disponível brevemente)	
“As novas tecnologias no ensino artístico especializado”	Bárbara Falcão	Novas tecnologias	Quando um aluno inicia o estudo de um instrumento depara-se com várias dificuldades, e a sua motivação será posta à prova perante vários obstáculos. Tendo em consideração o acentuado desenvolvimento tecnológico atual e a aplicação diária da tecnologia informática, é importante refletir sobre a pertinência da utilização da mesma no ensino e no acompanhamento do estudo dos alunos. Desta forma, propomos um <i>workshop</i> que explora as funcionalidades e as potencialidades de <i>app's</i> , para <i>Androide</i> e <i>ios system</i> , no ensino artístico. Verificámos indícios, ao longo de um estudo de caso, que a utilização de <i>app's</i> no estudo melhoram a motivação, o tempo de estudo e os resultados dos alunos.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Dispositivos móveis pessoais (<i>smartphones</i> ou <i>tables</i>) - Instrumento musical (quem tiver)

			Estas ferramentas digitais complementam o trabalho do professor, fazendo a ponte entre as técnicas de ensino e a linguagem tecnológica a que os alunos estão cada vez mais familiarizados. Grande parte dos Encarregados de Educação afirmaram que não se sentiam preparados para apoiar os seus educandos no estudo do instrumento. Os recursos digitais possuem o potencial de os ajudar nesta tarefa, uma vez que orientam o estudo e controlam a qualidade e a frequência deste, de uma forma atraente e divertida para o aluno. Tendo em consideração as vantagens que existem na utilização destas ferramentas, é oportuno investir em formação para professores e para Encarregados de Educação.	
<i>“Brincar com o vídeo em meio escolar”</i>	Alexandre Neves e João Pedro	Vídeo	O objetivo deste <i>workshop</i> é facultar aos formandos as ferramentas necessárias para desenvolverem uma atividade de cinema/vídeo, em meio escolar, utilizando os recursos materiais disponíveis (telemóvel <i>smartphone</i> , <i>tablet</i> , etc.) no espaço escolar. O <i>workshop</i> terá as seguintes fases: A) Planificação de uma atividade de cinema no espaço escolar: 1 - Criação de um argumento; 2 - Criação de um guião; 3 - Captação de imagem vídeo e som; B) Exploração dos conteúdos relacionados com os enquadramentos e os planos em cinema.	Máx: <u>30 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Dispositivos móveis pessoais (<i>smartphones</i> ou <i>tables</i>)

9 setembro

Nome do Workshop	Nome do Formador	Área	Descrição	Observações
<i>“Artes Circenses como instrumento pedagógico”</i>	Zé Abreu	Artes Circenses	As artes circenses podem ser uma presença assídua no contexto Escolar em atividades de enriquecimento curricular. Encarar as atividades circenses como um veículo promissor de aquisição de conhecimentos; uma ferramenta de motivação, onde se estabelecem acima de tudo, relações de conquistas e desafios relacionados com a autoestima e autoconfiança na coordenação de movimentos, noção de tempo e ritmo. Há que incutir na escola as artes circenses como manifestação artística, através de uma abordagem lúdica no âmbito pedagógico que permita, a cada aluno, a descoberta de suas possibilidades físicas e expressivas.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis
<i>“Ballet em idade pré-escolar e 1º ciclo – métodos e estratégias para o professor de expressão artística”</i>	Vanessa Fernandes		Serão abordados métodos e estratégias de <i>Ballet</i> para exploração em idade pré-escolar e 1º ciclo pelo professor de expressão artística.	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis - Meias
<i>“Reiki para Crianças”</i>	Helena Domingues	Bem-estar, relaxamento, meditação	O meu percurso na área do desenvolvimento pessoal e expansão da consciência, começou com um curso de <i>yoga</i> , enquanto me dedicava ao crescimento e educação dos meus filhos. Desde então o universo tem-me desafiado em cada momento, permitindo-me o reencontro com o mundo espiritual, apaixonei-me pela vida, agradecendo todos os desafios que ela me trás. Todas as experiências maravilhosas com crianças, que a vida me tem premiado, nomeadamente, ser mãe e ser professora de <i>yoga</i> e terapeuta de <i>reiki</i> para crianças, levou-me á descoberta que as crianças são os meus melhores mestres. É minha missão lembrar-lhes a sua essência, na grande caminhada que é a vida, consciente que a construção de um mundo gigante de paz está em pequenas mãos. <i>“Aqueles que passam por nós, não vão sós, não nos deixam sós. Deixam um pouco de si, levam um pouco de nós”.</i>	Máx: <u>25 inscritos</u> Solicita-se aos formandos: - Roupas confortáveis - Colchão de <i>yoga</i> ou toalha (para deitar no chão)
<i>“Canto Coral com crianças: dificuldades e estratégias”</i>	Leonor Mêna	Canto Coral	"Instrumento primordial, a voz é, na criança, um modo natural de se expressar e comunicar, cunho da sua identidade individual, mas igualmente marcado pela vivência sociocultural e familiar. Se “cantar é como respirar”, não deixa de ser uma atividade “exigente” para que se consigam resultados esteticamente agradáveis e qualitativamente aceitáveis – (“cantar bem”!). Nesta perspetiva, o processo de ensino/aprendizagem nesta área específica da música (o canto coral) só se torna profícuo se sustentado numa progressiva aquisição de competências (saberes) (...)” (excerto retirado do documento “Modalidades Artísticas no ensino	Máx: <u>25 inscritos</u>

			básico e secundário, Modalidade Artística: Canto Coral", Direção de Serviços de Educação Artística e Multimédia, Divisão de Apoio à Educação Artística). Enquanto Coordenador da Modalidade Artística de Canto Coral, José Carlos Bago d'Uva desenvolveu o projeto "Crescer a Cantar". Desse contexto, resultou uma compilação de procedimentos/estratégias, tendo em conta uma lista de registos acerca das dificuldades percebidas, obtida a partir da observação e do apoio técnico e pedagógico dado pelo mesmo. Desta forma, na continuação do trabalho desenvolvido pelo antigo coordenador, pretende-se, a partir do conhecimento das dificuldades, abordar estratégias que permitam uma melhoria na obtenção de resultados: vocais, performativos e estéticos, nos diversos contextos (sala de aula, em coros escolares, em apresentações públicas).	
<i>“Viagens no Reino das Sombras - Andando pela sombra”</i>	Francisco Caldeira	Expressão Dramática	Neste <i>workshop</i> estão presentes alguns dos seguintes objectivos: 1) Compreender a importância da aprendizagem das Técnicas de Teatro de Sombras para o sucesso integral do aluno como Pessoa; 2) Promover a transferência de saberes da formação para a profissão; 3) Explorar processos criativos; 4) Conhecer vários tipos de Sombras; 5) Utilizar as Sombras em situação de jogo dramático; 6) Desenvolver a expressão/comunicação e a socialização; 7) Fomentar a desinibição a partir da utilização das Sombras; 8) Desenvolver o poder de improvisação e criatividade; 9) Motivar a construção/criação do teatro de sombras; 10) Servir de ponto de partida para a implementação desta prática junto das crianças nas escolas; Pretende-se que este <i>workshop</i> seja uma oportunidade de: 1) Experimentar algumas técnicas de construção de Sombras Chinesas; 2) As melhores histórias para serem ilustradas com Sombras Chinesas; 3) Sombras movidas pelo educador; 3) Utilização da Sombra como veículo de transmissão de ideias e sentimentos; 4) O jogo de manipulação e de locução a partir de um texto pré estabelecido ou improvisado ou ainda com recurso à mímica; 5) O Teatro de sombras.	Máx: <u>25 inscritos</u>
<i>“Textos como impulsos para a expressão corporal, pictórica e outras.”</i>	Kurt Millner	Literatura e artes não verbais	A sessão pretende ser um espaço e uma oportunidade para a reação não verbal a textos. Serão fornecidos aos participantes EXCERTOS DE TEXTOS (que provavelmente não conhecem), sem indicação dos respetivos autores ou dos títulos das obras, pelo menos no início das atividades. Será dirigido aos participantes o CONVITE DE REAGIREM AOS EXCERTOS DE TEXTOS, de forma livre, recorrendo à expressão corporal (gestual), à expressão pictórica, à expressão acústica (vozes, sons) e à expressão através de objetos ‘banais’, isto é, objetos vários que os participantes têm - por acaso - consigo ou objetos que se encontram - por acaso - no espaço físico onde decorre o <i>workshop</i> .	Máx: <u>25 inscritos</u>
<i>“Educar com alegria - o ioga do riso nas escolas”</i>	Graça Moreira e Ana Gil	Expressão e comunicação	loga do riso é um método inovador que combina técnicas de respiração com exercícios lúdicos e divertidos. É, hoje em dia, um facto, que as crianças /jovens também estão sujeitas ao stress e portanto precisam de aprender técnicas de relaxamento para ter uma vida mais equilibrada. O ioga do riso adaptado ao universo da infância / adolescência pode ser visto como um jogo onde as crianças / jovens interagem, brincam e aprendem a lidar com situações quotidianas.	Máx: <u>25 inscritos</u>

			Que tipo de benefícios obterão através da prática? Aprendem a: 1) Respirar corretamente; 2) Libertar energia acumulada; 3) Diminuir a hiperatividade; 4) Equilibrar as emoções; 5) Controlar a ansiedade; 6) Desenvolver a empatia; 7) Sociabilizar; 7) Viver em alegria.	
<i>"Tecnologias e Produções Musicais – Cubase"</i>	José António Magalhães	Música	O workshop tem como intenção partilhar algumas das potencialidades do programa Cubase 8 na vertente áudio. Assim, serão apresentadas algumas técnicas desde a captação de som, o tratamento áudio, as panorâmicas, o reverb, o stereo e a masterização.	Máx: <u>25 inscritos</u>
<i>"Edição de vídeo com programas gratuitos"</i>	Fernando Alves e Rui Duque	Multimédia	O Workshop pretende fornecer recursos e conhecimentos básicos para a produção de vídeos em contexto escolar, com programas gratuitos. Será feita uma abordagem à criação de vídeo escolar: Equipa; Material, Edição, Som; Direitos de autor e imagem; sugestões de editores livres. Exploração de um projeto feito no programa Lightworks. Introdução ao Lightworks: registo, projeto, compatibilidades; importação; faixas, movimentação e corte de ficheiros; som; efeitos simples; texto; exportação. Criação de projeto simples.	Máx: <u>25 inscritos</u>