

semear o mundo
sustentabilidade, arte & comunidade

VERÃO 2025

semana 1

30.Jun - 4.Jul

oeste • Espaço CENAS

semana 2

14 a 18.Julho

lisboa • Espaço ALVITO

semana 3

28.Jul a 1.Ago

alentejo • Espaço aVERSO

Oficinas para
Crianças e Jovens em Férias

NA CIDADE & NO CAMPO

Inscrições 1ª Fase até 31 Maio

Organização:

Informações e Inscrições:



tmv +351.967 714 130 . miau.geral@gmail.com
far-educa.blogspot.com

SEMEAR O MUNDO

Sustentabilidade, Arte e Comunidade | Edição Especial - Verão 2025



Cada um de nós tem dentro de si um mundo. E o mundo é um gigantesco palco por descobrir. Esta semana é uma viagem. Nela embarcam: a imaginação, a criatividade, a autenticidade e a vontade. De tudo poder ser, experimentar e fazer. Para dar mais luz ao Ser.

Especial porquê? Porque serão **três semanas** inesquecíveis, a percorrer as sedes da MIAU no Oeste, em Lisboa e no Alentejo, numa edição especial que irá juntar a dupla de irmãs do teatro, Rita Fouto e Inês Fouto, numa viagem pela 'arte de brincar', que as uniu desde a infância, e se mantém como caminho nas suas vidas.

A quem se destina? Crianças e jovens, dos 8 aos 18 anos.

O que vai acontecer? Cada semana promete ser uma **viagem** pelo despertar, relembrar e aprofundar da experiência artística teatral, tecida entre histórias, passeios, conversas, momentos de refeição, solitude, ócio/ descanso e convívio - a contrastar com momentos mais intensos de formação, pesquisa, experimentação, observação, registo, reflexão crítica e criação teatral.

O que vamos criar? Um **espectáculo** de teatro, com base em recursos do nosso baú (ver página 5), o qual se apresenta no último dia às famílias e à comunidade, a partir de uma experiência que é simultaneamente individual (da interioridade de cada um), coletiva (do grupo que se forma), e comunitária (das pessoas e lugares que se cruzam com os participantes, ao longo da semana).

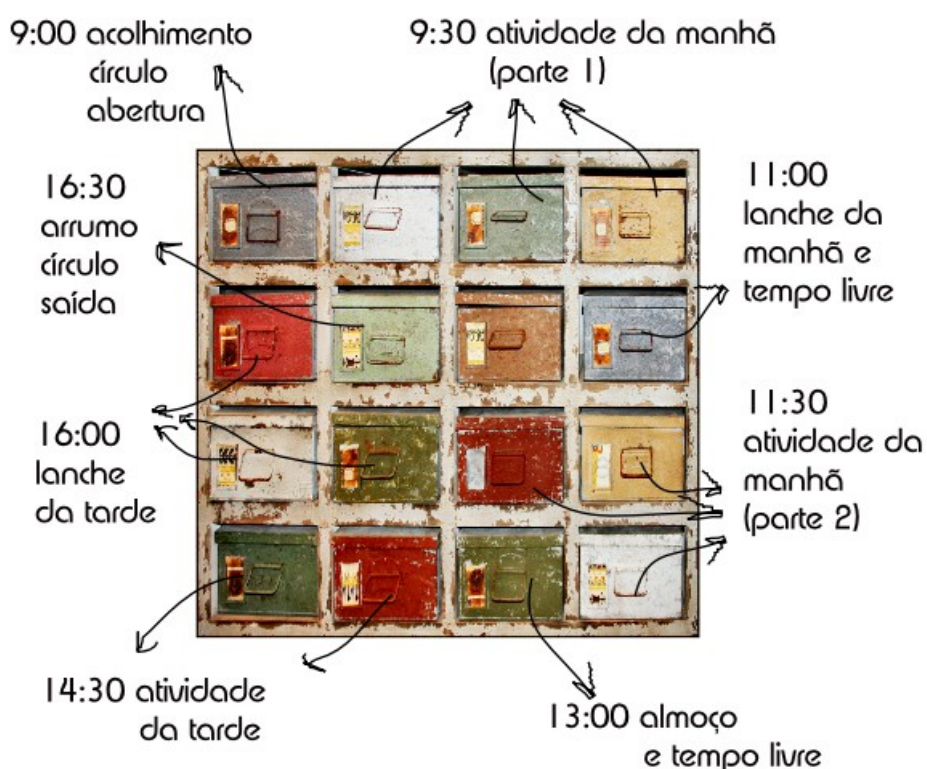
Qual é o tema? A **ligação com os lugares**, internos e externos, que vão compondo o nosso 'mapa de vida'. Desde o quarto, à rua, bairro, cidade/ campo; lugares do cotidiano, e lugares especiais. Também como forma de abordar o 'lugar natureza', os modos de vida regenerativos, e a cidadania plena ancorada na esperança ativa.

Esperamos que esta edição seja do agrado de todos, e que os nossos amigos que são pais, tios, avós, tragam os seus filhos, sobrinhos, netos, e juntos possamos fazer algo mágico.



Qual o horário?

Em cada oficina, o dia decorrerá com o seguinte horário base (havendo naturais ajustes em função das atividades específicas de cada dia):



Qual o programa? O programa geral é o seguinte:

Dia 1 (2ªFeira) Manhã de apresentação, dinâmicas 'quebra-gelo' e de aproximação dos participantes: apresentação da filosofia e experiência da Semear o Mundo; apresentação do programa e sua revisão/ adaptação tendo em conta as características do grupo e suas últimas ofertas. Almoço e convívio. Tarde de passeio nos arredores e primeiro desafio de recolha e registo de elementos para trabalho criativo (com improviso) pela tarde. Reflexão sobre o trabalho e mostra/ partilha.

Dia 2 (3ªFeira): Dia de imersão na comunidade, com passeio a locais, visita a pessoas, e experiência de atividades na e da comunidade. Almoço piquenique. Sesta e regresso. Tarde de integração e apropriação/ reflexão, com proposta mais estruturada de criação de personagem e história/ ação/ narrativa ('jornada do herói') no contexto de um espectáculo.

Dia 3 (4ªFeira): Dia de imersão no teatro. Linguagens artísticas. Estéticas e métodos/ processos de trabalho, identidades dos agentes culturais teatrais e reflexão sobre as ofertas da comunidade. Introdução ao trabalho do ator e suas ferramentas: corpo, voz e imaginação. Aprofundamento do trabalho com a personagem. Cruzamento das narrativas individuais e fixação de uma história e ação/ narrativa comum – estruturação do espectáculo.

Dia 4 (5ªFeira): Manhã na praia. Almoço e sesta/ descanso integrativo. Tarde de adensamento do trabalho de criação artística. Noção das componentes de comunicação, produção, estética plástica e implantação cénica do espectáculo. Experimentações, observações/ registos, partilha reflexiva e crítica em círculo. Melhorias.

Dia 5 (6ªFeira): Dia de montagem e apresentação final do espectáculo, com auto-avaliação da semana, mostra de registos, partilhas, e adensamentos futuros na identificação de perfis e arquétipos criativos e artísticos entre os participantes.

Notas:

- (1) O programa será desenvolvido com os participantes, e apresentado, no 1º dia da oficina, às famílias.
- (2) O programa pode, por razões imprevistas, sofrer alterações. Tal será sempre, o mais atempadamente, comunicado às famílias.

Recursos do nosso Baú Teremos à disposição um conjunto de recursos (linguagens e estéticas, pedagogias, metodologias e técnicas teatrais), reunidos e apurados ao longo de mais de duas décadas de trabalho, prontos a 'acionar' de acordo com o perfil dos participantes, o perfil geral (e escolhas) do grupo, e as oportunidades e sinergias 'do lugar' que se apresentem em cada oficina. Aqui estão:



Como inscrever-me? As inscrições deverão ser efetuadas através do formulário google disponível aqui: <https://forms.gle/sGQTd9cic1WX763q9>.

As oficinas realizam-se nas semanas de:

- 30 de Junho a 4 de Julho - Caldas da Rainha (Espaço CENAS)
- 7 a 11 de Julho - Alcântara, Lisboa (Espaço ALVITO)
- 21 a 25 de Julho - São Luís, Odemira (Espaço aVERSO)

Cada oficina tem 20 vagas e abre com um mínimo de 10 participantes.

O valor de inscrição nas oficinas inclui:

- Materiais (todos os materiais necessários à realização das atividades do programa - exceptuando-se alguns materiais mais específicos que possam ser trazidos de casa pelos participantes).

- Formadores e monitores (assegurando-se duas formadoras em permanência, podendo haver, complementarmente, monitores estagiários/ voluntários).
- Seguro (de acidentes pessoais).

O valor de inscrição nas oficinas não inclui:

- Alimentação (lanches da manhã e da tarde, a cargo dos participantes, e almoço - opcional pago à parte e servido pela nossa equipa, ou trazido de casa pelos participantes).
- Transportes (custos com transportes públicos de e para o local de realização da oficina, no âmbito de atividades específicas que vierem a integrar o programa).

A inscrição é efetivada após ser aceite pela organização e mediante o pagamento do valor da oficina, para o NIB/ IBAN da MIAU (PT50.0035.0710.0000.8010.43024), com envio do comprovativo para miau.geral@gmail.com.

Custo de Inscrição

Semana	Datas	Local	Custo
S.1	30.Jun a 4.Jul	<u>Espaço CENAS</u> (Caldas da Rainha) => Inclui atividades no Parque D. Carlos I +Info sobre o local aqui .	Valor Base: 150 € (até 31 Maio) ou 180 € (a partir de 1 Junho) Alimentação: 40 € <u>Custos extra:</u> poderá haver custos extra relacionados com deslocações em transportes públicos em momentos específicos da oficina, os quais serão previamente informados.
S.2	14 a 17.Jul	<u>Espaço ALVITO</u> (Alcântara, Lisboa) => Inclui atividades no Parque Florestal de Monsanto. + Info sobre o local aqui .	<u>Descontos:</u> 2ª Oficina: -20 € 3ª Oficina: -35 € 2º Irmão: -10% 3º Irmão: -20%
S.3	28.Jul a 01.Ago	<u>Espaço aVERSO</u> (São Luís, Odemira) => Inclui atividades no Parque do Cerro. + Info sobre o local aqui .	<u>Outras situações:</u> Donativos, patrocínios, mecenato, e outras formas de apoio, que possam vir a financiar bolsas e/ou reduzir o custo das oficinas. Se está interessado(a) envie-nos um e-mail.

O que vão ser as refeições? As refeições serão cozinhadas localmente, o mais possível ao ar livre, com a colaboração dos participantes, sendo dada primazia, ao nível dos alimentos e ingredientes, aos produtos locais, orgânicos/ naturais, e sazonais.



Os menus de almoço incluem:

- Entrada (sopa de legumes, creme de legumes frio ou salada de vegetais da época)
- Prato principal (carne, peixe, ou vegetariano)
- Bebida (água natural, água aromatizada, chá de ervas locais ou limonada fresca)
- Fruta da época.

Os menus de almoço piquenique incluem:

- Sandes (de carne assada, atum ou ovo) ou Wrap de Vegetais
- Chips de maçã desidratada, barritas de cenoura e pepino cru
- Bebida (água natural, água aromatizada, chá de ervas locais ou limonada fresca)
- Fruta da época.

Os menus detalhados serão informados com uma semana de antecedência da respetiva oficina.

Os menus podem beneficiar de ofertas de produtos e ingredientes (ou mesmo alimentos confeccionados) pelas famílias.

Os lanches (da manhã e da tarde) ficarão a cargo dos participantes.

Contactos



SEMEAR o MUNDO – Sustentabilidade, Arte e Comunidade

Edição Especial Verão 2025

Website: <http://far-educa.blogspot.com>

E-mail: miau.geral@gmail.com

Tmv: 967714130 ou 969393039

Mais informação Sobre as formadoras



Rita Fouto (nascida em Lisboa, a 12 de agosto de 1975), é atriz, dramaturga, encenadora, criadora, formadora e pedagoga teatral.

Formada em Teatro/ Expressão Dramática pelo IFICT (1995-96), teve formação complementar em áreas ligadas ao trabalho do ator (corpo, voz, linguagens e estéticas teatrais, pedagogias, métodos/técnicas), bem como em dramaturgia e produção teatral.

Participou como atriz em dezenas produções, assinando noutras a dramaturgia, encenação e/ou produção, em projetos abarcando desde o teatro universitário (NNT, Teatro do Ser), ao amador (GRUTA, S+N-) e profissional (A Barraca, MIAU C.T. e outros).

Co-fundadora e dirigente da MIAU Associação Cultural (2001 ao presente) e atriz residente da MIAU Companhia de Teatro, coordenou o MCTJ (Clube Jovem, 2015-2017) e o MIAU MAIOR (Grupo Sénior, 2015 ao presente).

Programadora cultural de equipamentos associativos e socioculturais (aos quais foi chamando 'Espaços' - aTalha, ILOFI, Alvito, Nativa e aVerso), tem também colaborado em co-produção com artistas e coletivos, em variadas iniciativas.

Fundadora e dirigente da FAREDUCA (2010 ao presente), empresa e marca através da qual tem criado produtos e serviços ligados à educação para a sustentabilidade, trabalhando com equipas e parceiros educativos, científicos, artísticos e socioculturais.

Formadora certificada para a formação de adultos e formadora do Programa Nacional de Educação Estética e Artística para a área do teatro, coordena ainda o projeto 'Teatro na Escola' (FAREDUCA) que abrange aulas, oficinas, clubes e projetos, implementados em escolas/ agrupamentos e outros contextos, tendo editado, em suporte, o 'Caderno de Expressão Dramática' para o 1º Ciclo.

Inês Fouto

Inês Fouto é portuguesa nascida a 21 de outubro de 1979 em Lisboa.

Mestre em Ciências da Educação - Área de Especialização em Educação e Desenvolvimento Comunitário, pela Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Instituto Politécnico de Leiria. Licenciou-se em teatro - opção formação de actores, na Escola Superior de Teatro e Cinema do Instituto Politécnico de Lisboa tendo terminado a licenciatura em 2007.

Encenadora, dramaturga, formadora, criadora e atriz de vários projetos que desenvolveu com jovens, associações, municípios e projetos individuais. No cinema, trabalhou com os cineastas Sofia Teixeira Gomes, Joaquim Leitão e João Viana. Participou em vários anúncios e séries televisivas. Orienta aulas de Teatro e Expressão Dramática desde 2006.

Atualmente é coordenadora e docente na Escola Técnica e Empresarial do Oeste, no curso Profissional Animador Sociocultural. Encena o grupo de teatro comunitário de A. dos Negros desde 2021, inserido no projeto Teatro de Identidades, promovido pelo Município de Óbidos. Desde 2015, orienta aulas de teatro para pessoas com doenças do foro mental no Fórum socio-ocupacional do Centro de Educação Especial Rainha D. Leonor.

É contadora de histórias e utiliza-se do teatro como ferramenta fundamental de educação para o desenvolvimento humano.



Sobre a Semear o Mundo



A “Semear o Mundo” é uma iniciativa de ocupação de tempos livres de crianças e jovens, promovida pela FAREDUCA desde 2012, que tem como objetivo sedimentar nos mais novos os valores e práticas de sustentabilidade, integrando as dimensões ecológica, económica, social e cultural do desenvolvimento humano.

Este objetivo é, em boa parte, alcançado por via da observação, experimentação e interação dos participantes com o "mundo" que os rodeia, em particular a comunidade local onde a atividade se realiza.

Mas também através da reflexão-ação proporcionada pela vivência dos "pequenos gestos" do quotidiano, partilhados e confrontados em grupo, aprofundados na sua dimensão socio-afetiva.

Sendo que é nas linguagens artísticas (teatro, música, dança, literatura, artes plásticas, fotografia, vídeo e artes multimédia) que todo o processo - formativo e de pesquisa/ criação - se ancora e sedimenta.

Assim, a atividade desenvolve-se tendo como desafio a criação/ produção coletiva de um produto artístico final (espetáculo, filme, livro, exposição, instalação ou outro formato) que exprima, de forma consistente e esteticamente apurada, a mensagem (ou mensagens) que os seus autores pretendem veicular.

Dirige-se a crianças e jovens, dos 6 aos 18 anos, e acontece nos períodos de interrupção letiva (férias do Natal, Páscoa e Verão), sob a forma de oficinas intensivas de 1 semana.

Mais informação sobre as anteriores edições [aqui](#).