

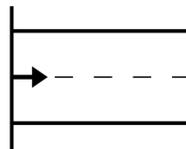
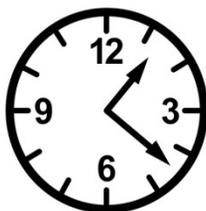
AGENDA



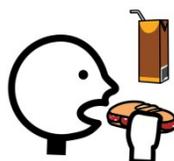
Workshop 1 - É a minha vida!

AGENDA 1)

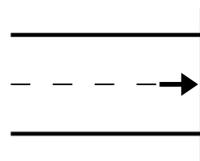
Horário



Início-



Pausa



Fim- 16h00

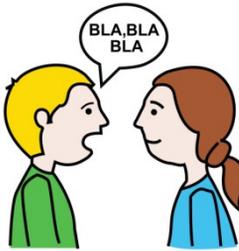


AGENDA

- Acolhimento**
- Apresentação e Objectivos do Programa de Formação**
- Workshop 1 - É a Minha Vida!**
 - O que é a Qualidade de Vida?
- Fim do Workshop**



AGENDA



REGRAS DE COMUNICAÇÃO NO GRUPO

-  Usar os cartões de comunicação:
-  - Use o verde para falar e mostrar que concorda;
-  - Use o amarelo para fazer uma pergunta;
- Use o vermelho para mostrar que não concorda.

Permitir que todos se expressem à sua maneira;

Escutar enquanto os outros falam;

Respeitar as diferentes opiniões;

Ajudar os outros se pedirem e pedir ajuda se precisar.

É A MINHA VIDA!



Objetivos

- Compreender o que é qualidade de vida?
- Compreender o que necessito para ter qualidade de vida?
- Compreender o que consigo fazer para ter uma vida mais independente?
- Compreender o que me dificulta ou impede de ter uma vida mais independente?
- Partilhar exemplos de situações de vida independente