

OFICINA

PRÁTICA E CONHECIMENTO

Personal Storytelling: Porque faz sentido contar a nossa história de vida?

22 de abril 2024

Núcleo Distrital de Lisboa

10:00 - 13:00

Quem escreve e conta a sua história é protagonista, dá sentido à sua vida, aceita-se, conhece-se. Tantas vezes, liberta-se. É um trabalho profundo de autoconhecimento que, de acordo com Brené Brown, facilita o cultivo da autenticidade, da auto compaixão, da resiliência, da gratidão, da valorização de nós mesmos e dos momentos difíceis da nossa vida. Quem ouve e vê a história de outros acolhe a diversidade da vivência humana, encontra o outro e entende-o melhor. Somos quem somos em relação ao outro e ao mundo.

Objetivos

- Compreender porque faz sentido contar a nossa história de vida;
- Identificar ferramentas para aplicar o "Personal Storytelling" em vários contextos;
- Refletir sobre diferentes perspetivas e contextos de vida.

Destinatários

Educadores/as; Profissionais do setor social; Todas as pessoas com interesse pelo tema.

Duração

3 horas

Condições e Critérios de seleção

Gratuita para associados/as da EAPN Portugal | 10€ restantes inscrições.

Ordem de receção das inscrições.

Dinamizadora

Carolina Tomaz.

Nasceu em Lisboa, em 1984. Licenciatura em Audiovisual e Multimédia na Escola Superior de Comunicação Social e Mestrado em Produção e Direção Artística Cinematográfica na Escola Superior de Cinema e Audiovisuais da Catalunha, em Barcelona. Cofundadora e coordenadora da equipa de projetos do Atelier 3 - Eu, Nós e o Mundo. Coordenou o projeto Entre Danças, Contam-se Estórias, financiado pelo Portugal 2020, onde também foi facilitadora na área do personal storytelling com jovens em situação de vulnerabilidade, incluindo jovens com deficiência. Em 2014/15 foi gestora do projeto Vidas Ubuntu, promovido pelo Instituto Padre António Vieira e financiado pelo Programa Cidadania Activa. Em 2016/17 foi gestora da sua 2ª edição com o patrocínio da Fundação Calouste Gulbenkian. Durante ambas as edições, foi facilitadora na área do personal storytelling em contexto escolar. Entre 2012 e 2014, coordenou o projecto Singing the Future Choir, promovido pela empresa WIN World, com a participação do Maestro João Castro e alunos de várias escolas do país. Entre 2010 e 2012, fez parte da equipa de design e criatividade da empresa WIN World e assumiu a Direção Artística de conferências como: Happy Conference 2010 e Happy Conference 2011. Participou em projetos da Academia Ubuntu e foi voluntária no Centro Juvenil do Bairro do Pragal onde desenvolveu oficinas de arte.

Informações

EAPN Portugal | Núcleo Distrital de Lisboa

Av.de Berna, 11, 2º andar | 1050-036 Lisboa

Rita Luís | rita.luis@eapn.pt | Telefone: +351 967084599