



Atividade - jogo da memória com o tema “Saúde”

Autoria: Maria Vitória Barddal, Marina Marques dos Santos, Letícia Luiz Carta e Anabelle Retondario

Este trabalho é fruto de ações realizadas pelo projeto de extensão “Rango de Rua” junto à instituições que atendem à população em situação de rua em Curitiba.

Objetivo: Propor um momento de descontração, jogar algo que estimule um espírito competitivo saudável além de treinar a memória de curto prazo. Além disso, promover reflexão sobre a temática do jogo.

Materiais:

- jogo da memória para imprimir, onde cada dupla de peças conterà uma palavra e/ou símbolo/desenho sobre saúde.
- tesoura.
- cartolina ou papel cartão de cor clara.
- canetinhas vermelha e verde (ou outra cor que preferir).
- plastificadora e plástico (opcional).
- saquinho para sorteio do início do jogo (opcional).
- mesas e cadeiras para realização da atividade (4 a 6 pessoas por jogo).

Organização da ação:

- Imprimir o jogo preferencialmente colorido e em papel sulfite de gramatura 120g ou 90g, para maior resistência;
- Recortar as peças do jogo;
- Se disponível, plastificar as peças do jogo já cortadas, deixando espaço suficiente entre elas para que o plástico tenha aderência;
- Recortar as peças do jogo plastificadas;
- Recortar 6 cards quadrados de cerca de 4x4cm na cartolina ou papel cartão;
- Em 5 cards, desenhar um “X” em vermelho. Em um card, desenha um “√” (*check*) em verde.



Tempo estimado de execução da atividade: 40 minutos

Roteiro de execução da ação:

1) Apresentar a equipe e qual vai ser a dinâmica do dia.

“Talvez seja um jogo que alguns já jogaram alguma vez, e que esse jogo é composto por palavras e não somente por figuras. A temática deste jogo será saúde.”

Sobre o jogo, explicar que todas as cartas devem ser viradas para baixo ao início do jogo. E também que cada mesa recebeu um saquinho com cards para sorteio do início da partida, quem tirar o card com o símbolo de *check*, começa e, em seguida, a pessoa a sua esquerda jogará. Caso não tenha o saquinho, os cards podem ser dispostos com a parte desenhada virada para baixo e cada um vira um card. Do mesmo modo, quem virar o card com o símbolo de *check*, começa. Na jogada, a pessoa deve virar duas peças por vez. Caso erre, vira as cartas novamente para baixo, no mesmo lugar que estavam, e passa a vez. Caso acerte, deve pegar as duas cartas para si e jogar novamente, até errar e passar a vez. Ao final, os jogadores de cada mesa contam suas peças para ver que conseguiu mais.

2) Distribuir os jogos e cada extensionista deve sentar em uma das mesas para jogar também. A cada dupla de palavras que surgirem, deve-se possibilitar que as pessoas participantes reflitam e discutam sobre elas e sobre a ligação das palavras com sua vida. A extensionista responsável, que acompanhará, estimulará reflexões e anotará as falas ou comentários mais marcantes → a cada par encontrado, o extensionista propõe uma pergunta reflexiva (ex: “o que essa imagem te lembra? ou “o que tem vem a cabeça com essa reflexão? ou “você se identifica com algumas dessas situações?). As respostas/reflexões apresentadas por eles podem ser anotadas pelo extensionista responsável pelo grupo em cartões individuais por grupo ou por jogo para anexar ao caderno de campo posteriormente.

3) Uma extensionista deve ficar de fora para supervisionar a atividade, atender demandas que possam surgir das mesas, fazer registros no caderno de campo e anotar quem terminou primeiro o jogo.

4) Ao término dos jogos, os grupos se reúnem para uma discussão ampliada, os extensionistas trazem as reflexões colhidas e as colam em um cartaz ou mural coletivo, formando um painel e os participantes que desejarem compartilhar com o grupo maior ou comentar o que foi dito.

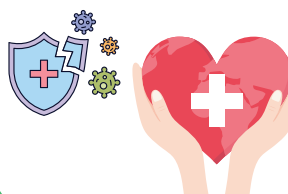
CALMA



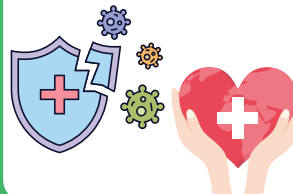
AGITAÇÃO



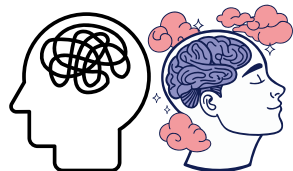
ESTAR SAUDÁVEL



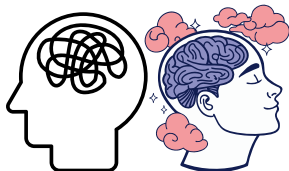
ESTAR DOENTE



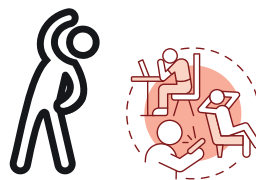
EXCESSO DE PENSAMENTOS



PENSAMENTOS ALINHADOS



SE MOVIMENTAR



ESTAR SEDENTÁRIO



REFLETIR



IGNORAR



CUIDAR DE SI



POUCO AUTOCUIDADO



ESTAR SOBRECARGADO



DESCANSAR



CULTIVAR RELAÇÕES



SE ISOLAR



FAZER EXAMES PERIÓDICOS



NÃO FAZER EXAMES



OBSERVAR SINTOMAS



NÃO OUVIR O PRÓPRIO CORPO



AUTOMEDICAÇÃO



MEDICAÇÃO COM PRESCRIÇÃO MÉDICA



TRATAMENTO EM SAÚDE TRADICIONAL



TRATAMENTO EM SAÚDE TRADICIONAL E COMPLEMENTAR



**SAÚDE FÍSICA E PSICOLÓGICA
(OPOSTOS)**