



DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS

E. E. PROFESSORA FANNY
MONZONI SANTOS

Dia do Abraço.

Diretoria de Ensino - Região Osasco

22/05/2024

DIVULGAÇÃO DE BOAS PRÁTICAS

E. E. PROFESSORA FANNY MONZONI SANTOS

Diretor(a): César José de Moraes.

Nome do Projeto/Ação/Evento: Dia do Abraço.

Objetivo do Projeto/Ação/Evento: Incentivar a demonstração de afeto e carinho entre as pessoas, através da distribuição de abraços; Evidências já mostraram que o toque físico consensual pode ser benéfico para a saúde mental, aliviando sintomas relacionados à ansiedade e depressão. É pensando nesses benefícios que o Dia do Abraço é comemorado todo dia 22 de maio no Brasil, visando fortalecer os laços afetuosos entre as pessoas. O abraço ajuda a aumentar os níveis de oxitocina, um tipo de hormônio gerado no hipotálamo que promove sentimentos positivos. De acordo com Harvard Medical School, o hormônio do amor, reduz os níveis de estresse e ansiedade, e pode ser liberado por meio de atividades como exercícios ou canto.

Descrição do Projeto/Ação/Evento: Os abraços ainda ajudam a cultivar a paciência e demonstrar apreço além de estimular a liberação de dopamina, o

hormônio do bem-estar, amplamente associado ao bom humor. Por todos estes motivos, os abraços podem inclusive ser importantes no tratamento da depressão. Câmara Cascudo nos diz que o abraço só surgiu nos estágios avançados da civilização. O abraço é processado pelo sistema nervoso como uma recompensa, e por isso tem um impacto importante na mente humana, fazendo com que tenhamos uma sensação de felicidade e alegria. Não importa se você está abraçando ou sendo abraçado, a simples conexão física com o outro já nos deixa mais felizes.

Data de realização: 22/05/2024

Público Alvo: Alunos e professores.

Equipe Organizadora: Professora Edna.

Quantidades de Participantes: 120

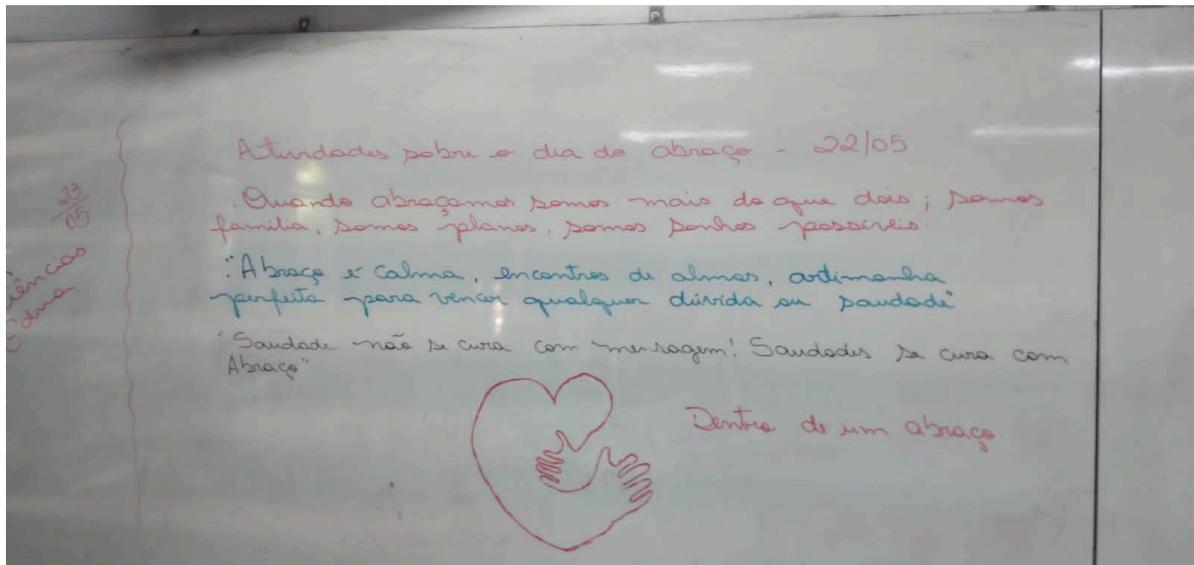
Impacto nos Resultados Educacionais da Escola: A afetividade estimula o desenvolvimento do saber e da autonomia, por meio das relações que o aluno (a) estabelece com o meio e, por isso, ele deve ser respeitado e amado em seu ambiente escolar, pois em seu processo de aprendizagem ele começa a expressar

seus sentimentos e emoções, e dessa forma consegue se desenvolver. Paulo Freire fala sobre o afeto; vai além das demonstrações de afeto e aproximação carinhosa, é tudo isso e muito mais: é cuidar do outro (a) em plenitude; é compromisso com a justiça, a superação das opressões, com a liberdade que promove felicidade de povos e nações, refirma o pacto pela vida.

Parcerias Envolvidas: Escola/ Professora e alunos.

Fotos





Arquivo recebido em: 09/07/2024 22:48:13