



operação
**NARIZ
VERMELHO**
receitamos alegria

Operação Nariz Vermelho: Quem Somos



Somos uma Instituição Particular de Solidariedade Social, oficialmente constituída no dia 4 de Junho de 2002.

O nosso principal propósito é assegurar de forma contínua um programa de intervenção dentro dos serviços pediátricos dos hospitais portugueses, através da visita de palhaços profissionais.

Estes artistas têm formação especializada no meio hospitalar e trabalham em estreita colaboração com os profissionais de saúde, realizando atuações adaptadas a cada criança e a cada situação.



Operação Nariz Vermelho: A Nossa Missão



A nossa missão é levar alegria à criança hospitalizada, aos seus familiares e profissionais de saúde, através da arte e imagem do *Doutor Palhaço*, de forma regular e com uma equipa de profissionais com formação específica



Operação Nariz Vermelho: Como fazemos



A Operação Nariz Vermelho oferece aos hospitais as visitas, angariando os fundos necessários através de donativos, particulares e empresariais, campanhas e merchandising.

Neste momento garantimos visitas hospitalares semanais, durante 42 semanas por ano, a mais de 90 serviços pediátricos em 15 hospitais abrangidos pelo programa em Lisboa, Porto, Coimbra e Braga.



Operação Nariz Vermelho: A Equipa



A equipa de artistas é constituída por 26 Doutores Palhaços e nos bastidores trabalham 14 profissionais.



Operação Nariz Vermelho: Os números



Visitamos mais de 45 000 crianças por ano.

Mas o número que mais conta é o número 1.

1 OLHAR DE CADA VEZ. 1 CORAÇÃO DE CADA VEZ. 1 SORRISO DE CADA VEZ.



O Doutor Palhaço

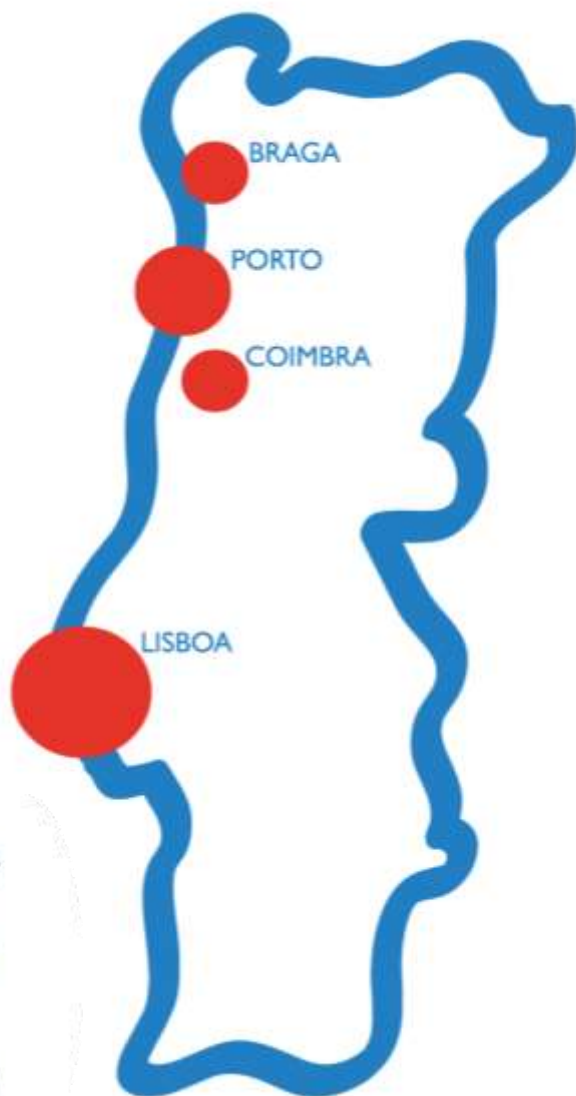


Receber a visita particular de um *Doutor Palhaço* é uma experiência fantástica e muito especial para uma criança. Entretanto é importante lembrarmos que um hospital não é um circo...e para poder estar perto da criança hospitalizada o artista terá que adaptar as suas ferramentas artísticas e estar atento ao trabalho dos profissionais de saúde, o ambiente e o público para o qual se dirige.

Assim, o *Doutor Palhaço* surge como uma nova profissão!



Consultas dos Doutores Palhaços



Grande Lisboa

Instituto Português de Oncologia
Hospital Santa Maria
Hospital S. Francisco Xavier
Hospital Dona Estefânia
Hospital Santa Marta
Hospital Garcia da Orta
Hospital de Cascais
Hospital Amadora Sintra
Centro de Medicina de Reabilitação
de Alcoitão

Coimbra

Hospital Pediátrico

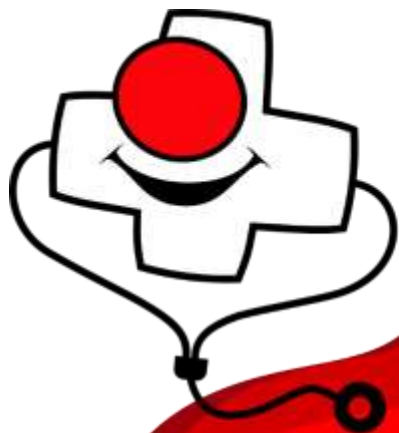
Porto

Instituto Português de Oncologia
Hospital S. João
Centro Materno Infantil do Norte (CMIN)
Centro Hospital Vila Nova de Gaia - Espinho

Braga

Hospital de Braga





01
JUNHO

Dia do NARIZ VERMELHO



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



Um Dia Diferente em que Tu podes Receitar Alegria



"O que se faz agora com as crianças
é o que elas farão depois com a sociedade."

Karl Manheim



O Que é o Dia do Nariz Vermelho?



É uma iniciativa de sensibilização junto da população escolar para a importância da solidariedade social.

É um dia diferente nas Escolas, em que se realizam diversas atividades que ao mesmo tempo divertem, educam e sensibilizam os alunos para as questões sociais.



TODOS OS DIAS A
OPERAÇÃO NARIZ VERMELHO
ESPALHA ALEGRIA
NA PEDIATRIA!

UMA FELICIDADE QUE VAI CHEGAR À TUA
ESCOLA E NA QUAL TU PODES PARTICIPAR
COM PEQUENOS DONATIVOS.

Um Dia Diferente em que Tu podes Receitar Alegria!



É uma campanha de angariação de fundos que reverte a favor da Operação Nariz Vermelho com o objetivo de contribuir para a sustentabilidade e continuidade da missão.

O nosso propósito também é, com a vossa ajuda, dar a conhecer O QUE FAZ O DOUTOR PALHAÇO, uma nova profissão, e a importância que um sorriso pode ter na vida de uma criança.



Propostas de Atividades: **RIR É O MELHOR REMÉDIO!**



Tudo isto numa mistura de alegria e brincadeira porque todos sabemos que enquanto brincam, as crianças desenvolvem diversas capacidades cognitivas: a divertirem-se ou a fazerem descobertas, as crianças sentem-se motivadas, recompensadas e felizes!



A ARTE DO PALHAÇO COMO FERRAMENTA EDUCACIONAL

Neste 10º ano de celebração do Dia do Nariz Vermelho, a Operação Nariz Vermelho - que intervém na área da saúde, tendo beneficiado mais de **meio milhão de crianças** nestes 16 anos de atividade, com impacto comprovado * - reforça a sua colaboração na dinamização de atividades que contribuam para o **BEM-ESTAR** das crianças no contexto global de **Promoção da Saúde Mental e Prevenção da Violência**.

Propomos por isso que utilizem
A ARTE DO PALHAÇO como
Ferramenta Educacional e
A ALEGRIA como Estratégia
para a Promoção da Saúde.



*De acordo com o estudo *Rir é o Melhor Remédio*, que comprova os benefícios da intervenção dos Doutores Palhaços, desenvolvido numa parceria da Operação Nariz Vermelho com Centro de Investigação em Educação da Universidade do Minho. Saiba mais em www.narizvermelho.pt



A ARTE DO PALHAÇO COMO FERRAMENTA EDUCACIONAL

De que forma?

Em contato com a arte e a linguagem do palhaço, as crianças são, por um lado, estimuladas a passar por um processo de **AUTOCONHECIMENTO** e, por outro, a desenvolverem habilidades de **ESCUTA, CONEXÃO E EMPATIA**.

O Palhaço ri de si próprio e ensina-nos a rir de nós mesmos e a aceitar o erro como uma parte essencial do nosso desenvolvimento. Convidamos as crianças a desenvolver **competências de afirmação da sua individualidade**, explorando e aceitando as suas características individuais, expressando os afetos, valorizando o lado construtivo do humor, aprendendo a lidar com os elogios e as críticas!

Eis as atividades que vos propomos explorar com as crianças, em contexto da sala de aula ou mesmo envolvendo toda a escola!

A ARTE DO PALHAÇO como Ferramenta Educacional: Propostas de Atividades



O QUE ACONTECE NA PONTA DO NARIZ?

O Palhaço lida com a verdade de quem ele "é", um mestre em brincar com as dimensões frágeis, ridículas e transgressoras, com o que é desagradável ou desconfortável, aceitando, revelando e transformando a sua própria fragilidade na força essencial e transformadora da alegria: o palhaço perde e erra mas nunca desiste de recomeçar! Vive no presente e por isso a sua vida é um acontecimento eternamente renovável.

As emoções e a sua regulação são aspetos fundamentais no comportamento da criança e, por isso, professores e educadores terem consciência dessas emoções nas "suas" crianças é um contributo essencial para gerir a sala, conhecer a personalidade de cada um e definir as melhores estratégias para o **bem-estar emocional** de todos.

A educação também é feita de afetos e emoções e através destes desafios podem desenvolver nas crianças o autoconhecimento na sua dimensão emocional!

O POTE DAS EMOÇÕES

A criança aprende a reconhecer, identificar e entender emoções básicas, como a **ALEGRIA**, a **TRISTEZA**, o **MEDO** e a **RAIVA**.

Por outro lado permite ao professor/educador observar quais as emoções que o grupo vive com mais intensidade e quais não.

É possível acrescentar outras emoções, dependendo da idade das crianças e de que emoções e sentimentos se deseja trabalhar.

1º PASSO | AS CORES DAS EMOÇÕES

Comece por ensinar, através de histórias, imagens e/ou vídeos, a relação entre as cores e as emoções:

- **AMARELO - ALEGRIA**
- **AZUL - TRISTEZA**
- **PRETO - MEDO**
- **VERMELHO - RAIVA**



2º PASSO | FRASCOS PARA QUE VÓS QUIERO

Criem em conjunto **um pote para cada emoção** (por sala ou por cada grupo de crianças). Identifiquem cada pote, por ex, com um rótulo com a cor da emoção correspondente.

Coloquem em sítio sempre visível.

Reúnam materiais diversos - papel colorido, fios de lã, bolas de algodão, etc. nas várias cores.

3º PASSO | FALA DO QUE SENTES

Iniciem **uma rotina ao final de cada dia**, conversando sobre as situações diárias que consideraram mais importantes.

Para cada situação, cada criança deve definir que emoção sentiu - escrever, desenhar ou representar através dos materiais - e colocar no pote das emoções correspondente.

EU ESTOU BONITO?

1º PASSO | A PASSERELLE

Organize uma passerelle, na sala de aula ou no recreio, e disponha as crianças em roda ou de cada lado desse "corredor".

2º PASSO | O ADEJEÇO

À vez, cada criança deve escolher primeiro um adereço - um chapéu, uns óculos, etc.



A ARTE DO PALHAÇO como Ferramenta Educacional: Propostas de Atividades



3º PASSO | O DESFILE

A seguir, cada criança desfila ao longo da passerelle até ao final, onde faz a “sua” pose e pergunta aos colegas:

- Estou Bonito?

Todos juntos devem responder: **SIM!!!**

A criança recebe aplausos dos colegas, enquanto desfila de volta ao início da passerelle, dando a vez ao próximo colega.

Atenção!

Ninguém deve ficar de fora do desfile e cabe a cada criança desfilarmos como se sentir mais confortável. Uma criança mais tímida, por ex, pode desfilarmos em passo acelerado ou mesmo a correr. O importante é receber este banho de auto-estima!



ESPELHO MEU, ESPELHO MEU...

1º PASSO | A CARETA

Convide as crianças, uma de cada vez ou em grupo, a fazer caretas à frente do espelho.

2º PASSO | A EXPLORAÇÃO

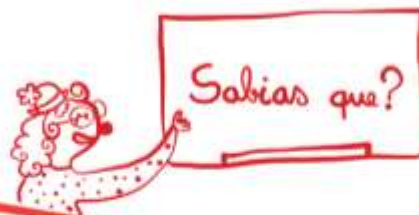
Utilize a ampulheta para definir o tempo para cada um **explorar as suas expressões faciais** de maneira espontânea ou direcionada.

Neste caso, pode pedir-lhes que façam cara de raiva, tristeza ou alegria, por exemplo.

Pode, também, mostrar fotografias que ilustrem a expressão facial e pedir que a imitem.

3º PASSO | A DESCOBERTA

Pergunte às crianças se descobriram ou repararam em expressões corporais próprias relacionadas com determinada emoção, por ex, roer as unhas quando se está nervoso, ou baixar os olhos quando se tem medo.



A alegria é harmonia

A alegria é a emoção básica relacionada com o bem-estar, com os sentimentos positivos e torna os momentos únicos. Permite uma melhor comunicação interpessoal, aproxima as crianças, recompensa os seus esforços e as suas conquistas, facilita a resolução de problemas e a criatividade e tende a suavizar os efeitos do stress.

A alegria inibe pensamentos negativos e potencia a tranquilidade!

A tristeza é nossa amiga

A tristeza é uma das emoções mais duradouras e leva-nos à origem dos problemas, a procurar ajuda e favorece o estreitamento das relações com os outros. **A tristeza é muito importante para o desenvolvimento da capacidade de empatia**, para que a criança se coloque na perspetiva do outro.

O medo é bom!

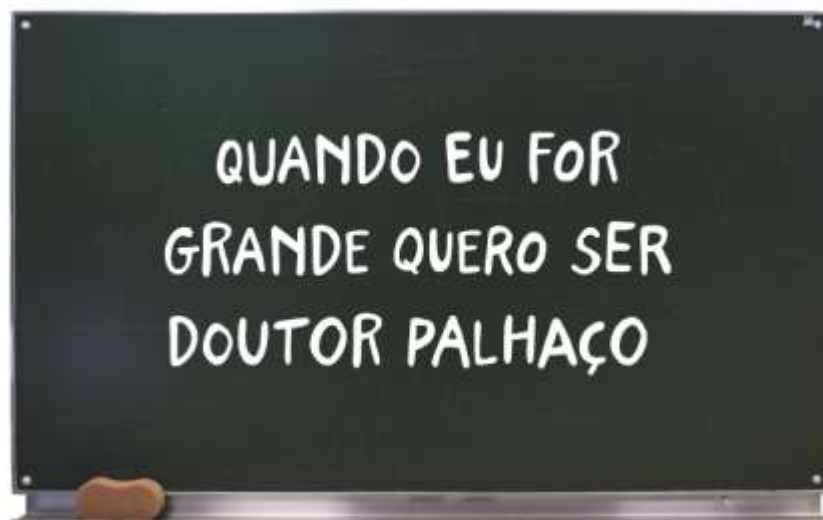
O medo tem a função de proteger a nossa integridade física e psicológica dos riscos que possam surgir, motivando-nos a reagir às situações potencialmente perigosas. É um aliado poderoso para a nossa sobrevivência! **Não devemos ter medo de ter medo!**

A raiva é uma força

A raiva está relacionada com a nossa proteção, preparando-nos para lidar com ameaças, e com a frustração de não conseguirmos concretizar objetivos desejados mas não deve ser sentida como negativa! Pelo contrário, a raiva proporciona à criança energias para a sua defesa e domínio, além de regular os comportamentos sociais e interpessoais.

É uma emoção poderosa e a criança deve canalizá-la de modo a reagir à mesma de uma forma aceitável e benéfica. **O primeiro passo para resolver a raiva é aceitar que algo não correu bem, o que permite vencer e ultrapassar esta emoção.**

DESAFIO DNV 2018:
A ALEGRIA como Estratégia para a Promoção da Saúde



Promover saúde com alegria fortalece o exercício da cidadania e o riso é um elemento que pode e deve ser incorporado como ferramenta de Promoção da Saúde.



DESAFIO DNV 2018: A ALEGRIA como Estratégia para a Promoção da Saúde



CRIA O TEU DOUTOR PALHAÇO

Para ser um Doutor Palhaço é preciso ser artista profissional: palhaço, ator ou músico, de preferência com experiência no trabalho com crianças e com uma grande capacidade de brincar e improvisar. Atuar num hospital exige também muita sensibilidade e profissionalismo e por isso a ONV garante que os seus Doutores Palhaços recebem formação específica para atuar neste contexto.

1º PASSO | O NOME E A ESPECIALIDADE MÉDICA

Convide as crianças a inventarem um nome espetacular para o seu Doutor, a pensarem em nomes que sejam fáceis de lembrar, engraçados e que tenham a ver com uma característica sua - física ou de personalidade.

- Se a criança tem uns grandes dentes pode ser o "Dr Favolas".
- Tem alcinha do vidrinhos? Então pode ser o "Dr Caixinhas".

O nome também pode estar relacionado com a vida hospitalar como o da Enfermeira Compressa ou do Dr d'Agulha.

Agora a especialidade médica do Doutor de cada criança.

Aqui vão algumas ideias...

- Se a criança gosta de óculos escuros a sua especialidade pode ser "Oculosescurologista".
- Usa aparelho nos dentes? Então é um "Aparelhologista".
- Que parte do corpo gosta mais? Se for dos pés pode ser "Xulélogista" como o nosso Dr Kotonete!



2º PASSO | A PERSONALIDADE CÔMICA

Eis alguns exercícios para as crianças descobrirem as **características únicas** do seu Doutor.

- Andem pela sala com os músculos do maxilar relaxados e a boca aberta.
- Abram bem os olhos, quanto mais esbugalhados melhor!
- Encolham a barriga e estiquem o peito, ou encolham o peito e estiquem a barriga.
- Anca para frente ou para trás, rabo apertado ou espetado para fora.
- Ponham os pés para dentro ou os pés para fora.

Qual foi a posição mais divertida?

Agora peça às crianças para **desfilarem** pela sala e mostrar a sua postura de palhaço de hospital.



3º PASSO | O FIGURINO

Vão precisar de muita imaginação e alguns materiais preferencialmente reutilizados ou criados pelas crianças.

No **BAÚ DE VELHARIAS** da avó as crianças devem procurar verdadeiras relíquias, quanto mais fora de moda melhor!

Ajudamos com esta lista para verificarem se não se esquecem de nada:

- Chapéu velho, ridículo ou mimoso.
- Sapato foleiro.
- Meias a condizer.
- Gravata ou laço do avô ou da avó.
- Camisa extravagante.
- Vestidinho/saia vintage ou Calças largueironas, às riscas ou às bolinhas, etc.

E quanto à **maquiagem** não precisam de exagerar se não assustam os pacientes, **é só um pormenor!**





Quando eu for grande quero ser Doutor Palhaço

DESAFIO DNV 2018: A ALEGRIA como Estratégia para a Promoção da Saúde



A ALEGRIA COMO ESTRATÉGIA PARA A PROMOÇÃO DA SAÚDE



O nosso DESAFIO este ano toma a forma de um **BOLETIM DE ALEGRIA** que cada criança recebe e preenche através de atividades que misturam saúde, alegria e brincadeira.

Cada **boletim “em dia”** confere à criança a entrada para membro do Clube do Narizinho Vermelho, que inauguramos este ano com muitas surpresas!

MATERIAIS PEDAGÓGICOS: O Que Acontece Na Ponta Nariz?

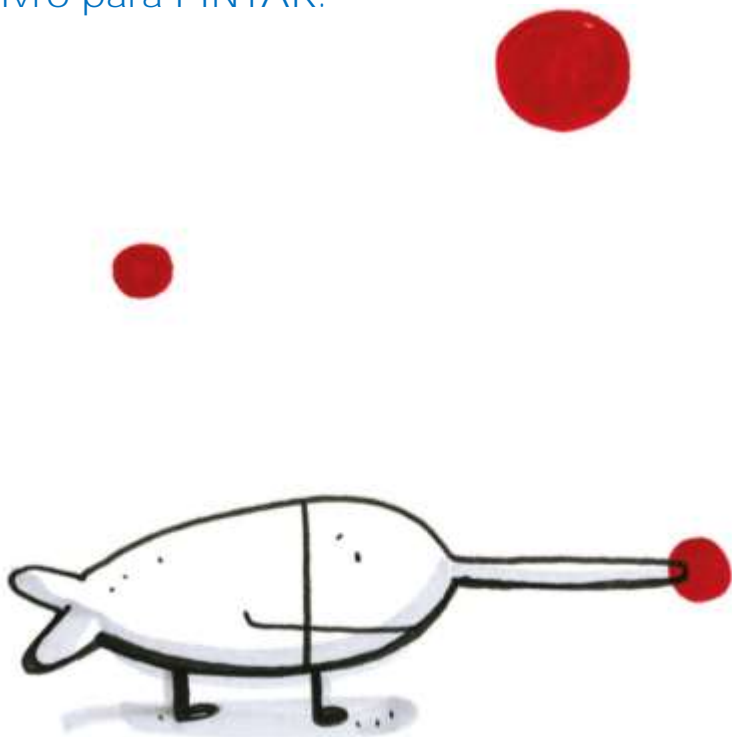


Sabias que desenhar é fazer o papel rir?

Para descobrir o que acontece na ponta do nariz, basta pegar no lápis ou numa caneta e usar toda a liberdade para criar, rabiscar ou desenhar.

Para que tal aconteça, desenha sem pensar, diverte-te, rabisca, experimenta materiais e técnicas e deixa-te levar sempre a sorrir.

Livro para PINTAR.



MATERIAIS PEDAGÓGICOS: JOGO RIR É O MELHOR REMÉDIO!

Jogo de COOPERAÇÃO elaborado em parceria com a SCIENCE4YOU de acordo com as métricas curriculares das disciplinas de Estudo do Meio e Ciências da Natureza do 1º ciclo e 6º ano do 2º ciclo.

Pode ser jogado de 2 a 30 jogadores.



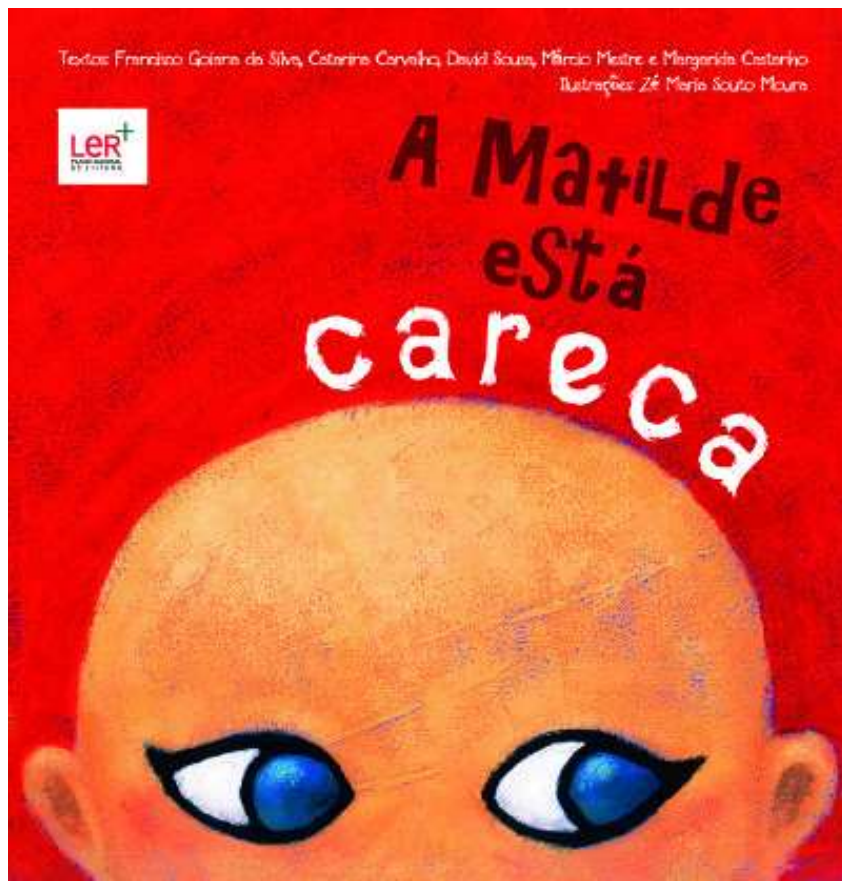
MATERIAIS PEDAGÓGICOS: LIVRO “A Matilde está Careca”



A MATILDE ESTÁ CARECA

Conheçam a história desta menina que enfrenta, como tantas outras crianças, uma doença muito assustadora.

Explorando a obra **A Matilde Está Careca**, recomendado pelo Plano Nacional de Leitura, abordam o tema de forma simples e sensível, e ajudam a promover a inclusão social.



MATERIAIS PEDAGÓGICOS: LIVRO “A Matilde está Careca”



JOGO DOS SENTIMENTOS

O afeto é a base do desenvolvimento humano, sendo fundamental que, desde pequenas, as crianças possam expressar as suas emoções, extremamente importantes para o seu desenvolvimento cognitivo, moral e social.

Aprender sobre as 4 emoções básicas - **ALEGRIA**, **MEDO**, **TRISTEZA** e **RAIVA** - compartilhar essas emoções, vivenciando os sentimentos, é fundamental para o autoconhecimento e autocontrole emocional!



CARTÃO GROSSO
PARA O ROSTO;
PAPEL BRANCO OU
COLORIDO PARA AS
PARTES DO ROSTO;
CANETAS; TESOURA;
TACHAS.

MATERIAIS PEDAGÓGICOS: Quiz RIR É O MELHOR REMÉDIO! Ensino Secundário



QUIZ "RIR É O MELHOR REMÉDIO?"

Desafio (disponível para download):

Abordar os conteúdos programáticos de forma divertida e com a ajuda dos Doutores Palhaços, promovendo uma competição saudável entre diferentes salas de aula ou entre alunos da mesma turma.



MATERIAIS PEDAGÓGICOS: Quiz RIR É O MELHOR REMÉDIO!

Ensino Secundário



Um cheirinho deste Quiz super divertido...

AS PLAQUETAS...

FAZEM TRANSPORTE DE GASES

FAZEM COAGULAÇÃO
DO SANGUE

DEFENDEM O ORGANISMO



PROPOSTA DNV 2018: Promoção da Saúde Mental



TÓPICOS EXPLORADOS

As propostas de atividades foram elaboradas com base no REFERENCIAL DE EDUCAÇÃO PARA A SAÚDE (2017), abordando os seguintes tópicos e sub temas:

TÓPICO: PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Sub tema 1: Identidade

Objetivo: Desenvolver a consciência de ser uma pessoa única

Subtema 3: Comunicação

Objetivo: Comunicar de forma positiva, eficaz e assertiva

Subtema 4: Emoções

Objetivo: Desenvolver o autoconhecimento na sua dimensão emocional

Subtema 6: Interação.

Objetivo: Construir relações positivas com os outros e com o meio ambiente

TÓPICO: AFETOS E EDUCAÇÃO PARA A SEXUALIDADE

Subtema 2: Relações Afetivas

Objetivo: Reconhecer a importância dos afetos no desenvolvimento individual

Objetivo: Reconhecer a importância das relações interpessoais

Subtema 3: Valores

Objetivo: Desenvolver os valores de cidadania, de solidariedade e de respeito pelas diferenças

Pode ainda consultar as referencias bibliográficas das propostas pedagógicas em www.diadonarizvermelho.pt

O DNV está sempre a crescer!



2017 **330** ESCOLAS **100 000** ALUNOS **149 500€** EM DONATIVOS!



2015 **300** ESCOLAS **100 000** ALUNOS **135 000€** EM DONATIVOS!



2013 **170** ESCOLAS **50 500** ALUNOS **62 500€** EM DONATIVOS!



2012 **85** ESCOLAS **30 000** ALUNOS **24 000€** EM DONATIVOS!

IUPI!!!

O valor angariado pelas escolas em 2017 permitiu garantir a visita semanal de uma dupla de Doutores Palhaços a 5 hospitais durante 1 ano!



MUITO OBRIGADO!



CONTACTOS

coordenação: Rita Fialho

tlm: 933 983 007 | rita.fialho@narizvermelho.pt

geral: 213 618 256 | diadonarizvermelho@diadonarizvermelho.pt

WWW.DIADONARIZVERMELHO.PT

A large crowd of people, mostly children and young adults, are wearing red noses and red clothing. They are all waving their hands and smiling, creating a festive and joyful atmosphere. The crowd is dense, filling the entire frame.

UM ANO
A DAR,
UM DIA A
RECEBER!