

# OFICINAS DE CULTURA DO SINTRAJUFE

## ***PRIMEIRO SEMESTRE 2021***

Confira neste material, calendário de inscrições, calendário de aulas, forma de inscrição, e todas as informações que você precisa saber sobre as oficinas.

### **Cronograma**

**22 e 23/03** - pré-inscrições via formulário online

**24/03** - envio de e-mail àqueles que foram contemplados com vaga com orientações para pagamento de taxa

**25/03** - prazo para pagamento da taxa de inscrição

**05/04 a 30/07** - período de aulas

### **Orientações ao processo de inscrições das Oficinas de Cultura do Sintrajufe**

#### **Calendário de aulas**

As aulas ocorrerão de 05/04 a 30/07/2021, **exclusivamente pelo modo online**.

#### **Pré-inscrições**

A partir **das 10h de 22/03 até as 18h do dia 23/03**, mediante preenchimento e envio de formulário online, poderão ser realizadas as pré-inscrições nas oficinas de interesse.

**A pré-inscrição é uma manifestação de interesse** e reserva de vaga dentro do limite daquelas oferecidas em cada turma **até o pagamento** da taxa de acordo com o cronograma divulgado.

#### **Onde encontrar o formulário?**

O **formulário online estará disponível** e liberado para preenchimento e envio no site do Sintrajufe **somente das 10h de 22/03 até as 18h do dia 23/03** no site do Sintrajufe.

#### **Vagas limitadas**

As **vagas serão preenchidas conforme a ordem de recebimento dos formulários de pré-inscrição** até o limite de vagas de cada oficina.

Obs.: As vagas das oficinas serão destinadas prioritariamente aos sindicalizados (as) e seus dependentes. As vagas não preenchidas pelo primeiro grupo serão oferecidas aos interessados da comunidade, por ordem de inscrição.

### **Comunicado para pagamento da inscrição**

No dia **24/03**, até as **18h**, aqueles que forem contemplados com uma vaga, serão comunicados pelo e-mail informado na ficha de inscrição com a confirmação e instruções sobre o procedimento de efetivação da inscrição. Os interessados devem se manter atentos à caixa de entrada do e-mail e também à caixa de Spam.

### **Efetivação da inscrição**

**Até as 18h do dia 25/03**, a pessoa contemplada deverá efetuar a inscrição, de acordo com as instruções recebidas pelo e-mail, via transferência bancária ou Pix, mediante pagamento de

#### **PARA TODAS AS OFICINAS**

**Taxa de R\$ 50,00 (cinquenta reais) para sindicalizados (os) e dependentes e R\$ 300,00 (trezentos reais) para não sindicalizadas (os) e comunidade e/ou**

#### **PARA WORKSHOPS DE DANÇAS CIRCULARES E HORTAS URBANAS**

**R\$ 25,00 (vinte e cinco reais) para sindicalizados (os) e dependentes e R\$ 150,00 (cento e cinquenta reais) para não sindicalizadas (os) e comunidade**

***Importante: O não pagamento da taxa de inscrição no prazo determinado será considerado como desistência da vaga pretendida.***

**Devolução da taxa:** Os sindicalizados (as) que obtiverem 90% de frequência comprovada durante as aulas, mediante solicitação em requerimento próprio, terão o valor da taxa integralmente devolvido ao final da oficina. A devolução será realizada somente dentro do semestre cursado. Não poderá haver outra forma de compensação ou abatimento nos semestres seguintes. **Para solicitar a devolução, o sindicalizado (a) deverá preencher formulário próprio ao final das aulas.**

**Alunos que fizerem a inscrição e por qualquer razão desistirem têm até uma semana após o início das aulas para comunicar a desistência e solicitar a devolução da taxa. Após este período, a taxa não será devolvida.**

**Realização de cada oficina:** A oficina **somente será realizada** se tiver pelo menos 50% das vagas preenchidas no período de inscrição.

**TODAS AS OFICINAS SERÃO REALIZADAS POR MEIO ONLINE PELA  
PLATAFORMA ESCOLHIDA PELA (O) PROFESSOR (A)**

**Confira abaixo os dias, horários, número de vagas e demais detalhes de cada oficina e workshop.**

## **OFICINAS**

### **DANÇA E SAÚDE**

Para qualquer idade. Um momento para cuidar de você dos pés à cabeça. Com movimentos aeróbicos e de mobilidade vamos suar e recuperar a vitalidade que a pandemia nos roubou. Tudo através da dança que garante aquela dose de leveza e alegria necessárias no dia a dia de todos nós.

Prof.: Paula Pazos e Maurício Miranda

Dias das aulas: **terças-feiras e quintas-feiras**

Horário das aulas: **16h15min às 17h15min**

Período: 6 de abril a 29 de julho

Vagas: 15

Pré-requisitos: ter idade mínima de 15 anos

### **DANÇA PARA CASAIS**

Uma hora de aula dedicada a você e seu par para aprenderem juntos e “do zero”.

As danças de salão vão muito além de passos certos e errados, tratam de comunicação,

relação com o outro e, claro, diversão a dois.

Ritmos: Forró, Samba, Bolero, Tango, Salsa, Zouk.

Prof.: Paula Pazos e Maurício Miranda

Dias das aulas: **terças-feiras**

Horário das aulas: **19h às 20h**

Período: 6 de abril a 27 de julho

Vagas: 10 casais

Pré-requisitos: ter idade mínima de 15 anos e inscrever-se em duplas

## **ESCRITA CRIATIVA**

A oficina de Escrita Criativa, ministrada pelo escritor Caio Riter, tem o objetivo de aperfeiçoar a vocação para a escrita de narrativas, abordando alguns aspectos da teoria literária, necessários para o melhor domínio da escrita, a partir de exercícios de desbloqueio e da análise de textos exemplares e das narrativas produzidas pelos participantes da oficina.

Prof.: Caio Riter

Dia da semana: **quartas-feiras**

Horário: **19h às 21h**

Período: 7 de abril a 28 de julho

Vagas: 15

Pré-requisitos: ter idade mínima de 18 anos

## **ESPAÑOL**

Aprenda e reforce seus conhecimentos de espanhol com uma professora nativa de uma maneira leve e divertida.

Prof<sup>a</sup> Lisbeth Anzola

### **Turma Espanhol 1 (E1)**

Para alunos que nunca tiveram nenhum contato com o idioma

**Dia da semana: terças e quintas-feiras**

**Horário: 8h30 às 9h30**

**Período: 6 de abril a 29 de julho**

**Vagas: 10**

**Pré-requisitos:** idade mínima de 16 anos

### **Turma Espanhol 2 (E2)**

Para alunos que já tem noções básicas do idioma e/ou já cursaram Espanhol 1 (E1) no Sintrajufe ou em qualquer outra escola

**Dia da semana: quartas e sextas-feiras**

**Horário: 7h30 às 8h30**

**Período: 7 de abril a 30 de julho**

**Vagas: 10**

**Pré-requisitos:** idade mínima de 16 anos e conhecimentos básicos do idioma

## **INGLÊS**

### **Turma Inglês para viagem**

#### **English for Travel**

Aprenda estruturas frasais usuais e amplie o seu vocabulário para poder comunicar-se com estrangeiros falantes da língua inglesa em situações recorrentes durante viagens, no exterior ou aqui no Brasil.

Prof<sup>a</sup> Vera Santos

**Dias da semana: terças e quintas-feiras**

**Horário: 19h às 20h15min**

**Período: 6 de abril a 29 de julho**

**Vagas: 12**

Pré-requisitos: idade mínima de 18 anos, disponibilidade de horário para fazer exercícios de fixação, e vontade de comunicar-se em inglês.

### **Turma Inglês para maturidade**

#### **What to say when ...?**

Através de diálogos, exercícios de interpretação, de compreensão oral, e de escrita envolvendo diferentes situações do dia a dia, reforce estruturas frasais mais usuais e amplie o seu vocabulário em inglês.

Prof<sup>a</sup> Vera Santos

Dia da semana: **quartas-feiras**

Horário: **14h30min às 16h30min**

Período: 7 de abril a 28 de julho

Vagas: 12

Pré-requisitos: idade mínima de 50 anos e conhecimento intermediário do inglês

### **Turma Inglês para conversação**

#### **Let's talk in English**

Improve your speaking and listening skills by talking about subjects such as everyday routine, personal choices, different cultures or even psychological or philosophical matters.

Prof<sup>a</sup> Vera Santos

Dia da semana: **segundas-feiras**

Horário: **14h45min às 16h**

Período: 5 de abril a 26 de julho

Vagas: 10

Pré-requisitos: Expressar-se oralmente em inglês (mínimo nível intermediário)

## ITALIANO

O objetivo do curso é desenvolver as 4 habilidades linguísticas comunicativas: audição, fala, leitura e escrita. O enfoque é comunicativo, ou seja, com prioridade a fala. Para isso serão utilizados métodos pedagógicos que proporcionam um aprendizado dinâmico através de diálogos verbais.

Prof<sup>a</sup> Vanessa Binotto

### Turma Italiano 1 (I1)

Para alunos que nunca tiveram nenhum contato com o idioma

**Dia da semana: quintas-feiras**

**Horário: 15h às 17h**

Período: 8 de abril a 29 de julho

Vagas: 10

Pré-requisitos: idade mínima de 18 anos

### Turma Italiano 2 (I2)

Para alunos que já tem noções básicas do idioma e/ou já cursaram Italiano 1 (I1) no Sintrajufe ou em qualquer outra escola

**Dia da semana: quartas-feiras**

**Horário: 18h às 20h**

Período: 7 de abril a 28 de julho

Vagas: 10

Pré-requisitos: idade mínima de 18 anos

## PILATES

O método Pilates trabalha todo corpo em uma sessão.

São princípios do método: respiração, controle de centro (core), mobilidade da coluna.

O Pilates desenvolve o tônus muscular, capacidade respiratória, postura, aumenta consciência corporal e concentração.

Profª Simone Helena Castro

**Dia da semana: terças e quintas-feiras**

**Horário: 7h às 7h50min**

**Período: 6 de abril a 29 de julho**

**Vagas: 12**

## **POESIA**

A oficina será focada na prática e no estudo da poesia. Os participantes poderão experimentar a criação de poemas que serão propostas como exercícios criativos. O interesse da oficina não será, portanto, o de saber o que é a poesia, nem de julgar seu valor em relação a outras formas de expressão, mas o que estará em primeiro plano será o fazer, a ligação direta com a criação de poemas.

Prof.: Ronald Augusto

**Dia da semana: terças-feiras**

**Horário: 19h30min às 21h30min**

**Período: 6 de abril a 27 de julho**

**Vagas: 12 vagas**

**Pré-requisito: idade mínima de 16 anos**

## **POSSO CANTAR!**

Nesta oficina partimos do princípio de que quem pode falar também “Pode Cantar”. As atividades da oficina de voz são lúdicas e buscam desenvolver nos alunos a consciência corporal para o uso eficiente e natural dos aparelhos respiratório, fonador, resonador e articulador. O objetivo da oficina é oportunizar ao aluno o desenvolvimento da percepção e da qualidade sonoras da voz falada e cantada.

Profa.: Elizabeth Jaeger

**Dia da semana: segundas-feiras**

Horário: **18h15min às 19h30min**

Período: 5 de abril a 26 de julho

Vagas: 12

Pré-requisitos: idade mínima de 14 anos

## TEATRO

### Oficina 1

#### Teatro para iniciantes

A oficina trabalha com jogos teatrais para ampliar as possibilidades de expressão, comunicação corporal e não verbal. Intercala atividades individuais e em grupo para a criação de performance e cenas curtas.

Professora: Elaine Regina

Dias das aulas: **quintas-feiras**

Horário: **das 19h às 20h30min**

Período: 8 de abril a 29 de julho

Vagas: 10

Pré-requisito: ter idade mínima de 18 anos

Obs.: usar roupa confortável, sem salto e sem adereços.

### Oficina 2

#### Teatro para o aperfeiçoamento

Indicada para quem participou da oficina no segundo semestre/2020. Momentos para aprofundar técnicas já trabalhadas.

Professora: Elaine Regina

Dias das aulas: **quintas-feiras**

Horário: **das 20h45 até 22h**

Período: 8 de abril a 29 de julho

Vagas: 15

Pré-requisito: ter idade mínima de 18 anos

Obs.: usar roupa confortável, sem salto e sem adereços.

## YOGA

A oficina de Yoga visa trazer ao praticante um sistema de manutenção da saúde global. O Yoga oferece um programa de exercícios que alongam, fortalecem, tonificam, ajudam a alinhar e melhoram a saúde de todo o organismo. Desenvolve também um estado de calma e estabilidade emocional. O Yoga é, assim, único, porque atua em todo o corpo e na mente, em todas as idades.

Prof.: Juliano da Costa Freitas

Dias da semana: **vídeos postados todas as terças e quintas-feiras**

Horário: o praticante realiza a aula no horário que ficar mais adequado para si

Período: **6 de abril a 29 de julho**

Vagas: 60

**Obs.: Todas as terças e quintas-feiras um novo vídeo será postado no YouTube para acesso exclusivo dos alunos inscritos na oficina.**

## WORKSHOPS

### DANÇAS CIRCULARES

A oficina é indicada para pessoas adultas e idosas. Trabalha dinâmicas com coreografias em roda, apresenta a história das Danças Circulares, oferece momentos de harmonia, propõe observar o simples e valorizar o melhor em cada indivíduo, além de ampliar a capacidade de tolerância, noção espacial e corporal.

Focalizadora: Elaine Regina

**Dia das aulas: segundas-feiras, uma vez por mês**

**(5 de abril; 3 de maio; 7 de junho e 5 de julho)**

**Horário das aulas: das 16h às 17h30**

**Vagas: 10**

**Pré-requisito: pessoas adultas e/ou idosas**

## **WORKSHOP DE HORTA URBANA**

Neste Workshop, focado para pequenos espaços, vamos aprender os fundamentos básicos para iniciar ou melhorar a produção em hortas caseiras. Temas abordados: conhecendo as hortaliças, condimentos, temperos, Pancs e plantas medicinais; introdução a compostagem, plantio horizontal e vertical; confecção/montagem com materiais recicláveis (aula prática); apresentação de modelos ofertados no comércio; controle natural de "pragas"; colheita e pós-colheita.

**Prof.: Leandro Nunes**

**Dias das aulas: terças-feiras, umas vez por semana**

**(13, 20 e 27 de abril e 4 de maio)**

**Horário: das 19h às 21h**

**Vagas: 10**

**Pré-requisito: maior de 18 anos**