

**Se gostas de movimento e  
expressão corporal...  
Vem dançar connosco!!**

---

Pretende-se criar um grupo de dança inclusiva no concelho do Montijo acessível a todos os interessados na área com e sem incapacidade/deficiência.

**Aula experimental/audição:**

22 Setembro—16:15-17:45

25 Setembro—13:30-15:00

**Inscribe-te! Esperamos por ti!**



**Cercima**

Rua D. Nuno Álvares Pereira, 141  
2870-097 Montijo

Tel: 212308510

Email: [desporto.cercima@gmail.com](mailto:desporto.cercima@gmail.com)

Responsável: Joana Santos



**INR** instituto nacional para a  
**reabilitação**

Ministério da Solidariedade, Emprego e Segurança Social  
Instituto Nacional para a Reabilitação, I.P.

Cofinanciado pelo Programa de Financiamento  
a Projetos pelo INR, I.P.

## **MuDançando Dança pela Mudança**



# Mudançando—Dança pela Mudança

## Apresentação

O projeto "MuDançando -Dança pela Mudança" visa fomentar o desenvolvimento de pessoas com necessidades especiais e risco social pela intervenção direta através da dança com a finalidade de promover a coesão e inclusão social, as aprendizagens e potenciar a autonomia pessoal e social. Será fomentado a expressividade e corporalidade valorizando-se as potencialidades individuais e criatividade de modo a promover a criação artística.

## Objetivos específicos

- Dinamizar sessões de dança e movimento adaptando técnicas de dança contemporânea e criativa
- Explorar as possibilidades e potencialidades do corpo no espaço, tempo e com o outro potenciando o equilíbrio, a coordenação, harmonia e a fluidez de movimentos, e estimulando a criatividade e capacidade de improvisação.
- Divulgar a dança inclusiva na comunidade como um meio privilegiado para a inclusão social e promoção da cidadania.



## Planificação

- Setembro a Dezembro 2014
- Apresentação de espetáculo à comunidade no cineteatro Joaquim d'Almeida em Janeiro 2015
- Sessões bissemanais—2ªF—16:15-17:45  
5ªF 13:30-15:00  
nas instalações da Cercima

