

O movimento conhecido por “Outubro Rosa” (Pink October) nasceu nos Estados Unidos da América, na década de 90 do século passado, com o intuito de inspirar a mudança e mobilizar a sociedade para a luta contra o cancro da mama. Desde então, por todo o mundo, a cor rosa é utilizada para homenagear as mulheres com cancro da mama, sensibilizar para a prevenção e diagnóstico precoce e apoiar a investigação nesta área. Desde 2016 que o Núcleo Regional do Norte da LPCC promove, neste âmbito, a iniciativa “Onda Rosa” com a finalidade de consciencializar para a prevenção e diagnóstico precoce do cancro da mama, nomeadamente através do Rastreio e divulgar informação e formas de apoio à mulher e família.

O desafio do Projeto Liga-te da LPCC que apresentamos às nossas turmas e respetivos docentes foi o das **DANÇAS CIRCULARES**.



O círculo, símbolo do outubro rosa, carrega como maior significado a noção de totalidade, inclusive entre o ser humano e a natureza. Propomos que, dançando em círculo, todos se sintam interligados pelas mãos e conectados pela harmonização com a música.

Danças circulares são danças coletivas que tem como finalidade a integração do grupo e o fortalecimento de valores como empatia, compreensão e sentimento de pertença. Foi na década de 70 que Bernhard Wosien, um artista do corpo, bailarino, pedagogo e desenhista, que se dedicou ao longo de sua vida a conhecer e coletar danças populares de diversos povos, sistematizou e criou o que mais tarde foi chamado de "Danças circulares sagradas". O círculo carrega como maior significado a noção de totalidade, inclusive entre o ser humano e a natureza, traduzindo assim na perfeição o objetivo para o Plano de Atividades deste ano que pretende explorar o conceito de expossoma.

Para além disso, as danças circulares promovem inúmeros benefícios para os participantes, valorizando a saúde integral e levando em consideração o lado físico, psicológico e social. Alguns deles são o desenvolvimento da consciência corporal, fortalecimento da coordenação motora, valorização de atitudes cooperativas, valorização da empatia, ampliação de sentimento de pertença, sensibilização e sentido de organização coletiva bem como o desenvolvimento de noção de ritmo através da música.

Desejamos que no próximo dia 30 os alunos possam apresentar as suas danças e integrar nas mesmas os restantes elementos da comunidade educativa.