



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

Materiais de Formação

**ID-GAMING: DESENVOLVIMENTO DE
PROGRAMA DE FORMAÇÃO PARA
MELHORIA DA QUALIDADE DE VIDA DE
PESSOAS COM DEFICIÊNCIA
INTELECTUAL POR MEIO DE JOGOS
SÉRIOS**



TEMA 1

O que significa ter qualidade de vida para pessoas com deficiência intelectual?

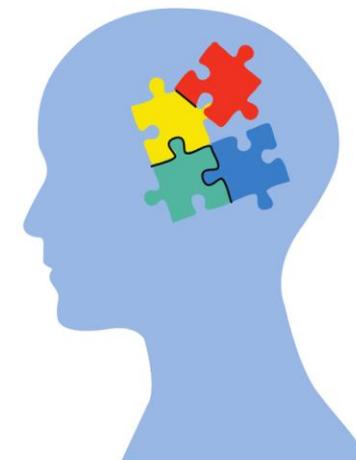
Estrutura de deficiências intelectuais e desenvolvimento para o funcionamento humano

O que é deficiência intelectual?

15 milhões de pessoas vivem com deficiência intelectual na União Europeia.

A deficiência intelectual normalmente começa antes da idade adulta. Afetando-o para toda a vida.

Se tens uma deficiência intelectual, significa que é mais difícil compreender informações e aprender novas coisas do que é para outra pessoa.



O que é deficiência intelectual?

Quando se fala de “deficiência”, falamos sobre as limitações no funcionamento humano.

O funcionamento humano refere-se a todas as atividades de vida de uma pessoa:

- Aprender,
- Trabalhar,
- Envolver-se com amigos,
- Relacionar-se com família,
- Fazer atividade física ou lazer,
- E muitas outras atividades



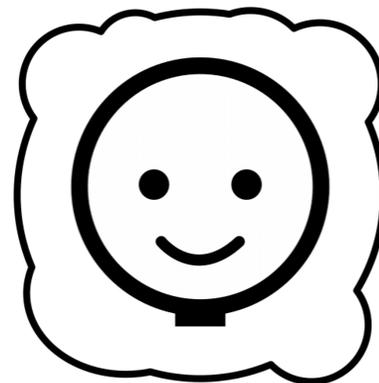
O que significa funcionamento humano?

O funcionamento de cada pessoa depende de 2 grandes componentes:

1. 5 aspectos importantes

- Minhas habilidades intelectuais (Aquilo em q sou bom)
- Como aprendo novas coisas
- A minha saúde e como tomo conta de mim
- A minha participação na comunidade
- O meu contexto: onde vivo, se vou à escola,...

2. O papel dos apoios (familiares, professores e amigos)

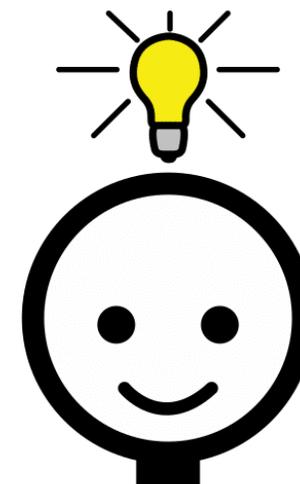


De que depende o funcionamento humano?

1

HABILIDADES INTELECTUAIS

Refere-se à inteligência:
raciocínio,
Resolver problemas,
pensamento



Inteligência não é apenas aprender lendo.
Em vez disso, a inteligência é:
a capacidade de compreender o que nos rodeia,
dar sentido às coisas,
descobrir o que fazer.

De que
depende o
funcionamento
humano?

2

POSSO APRENDER COISAS NOVAS

Ao longo da nossa vida, aprendemos coisas novas que nos ajudam a funcionar nas nossas vidas no dia-a-dia.

Dependendo das nossas diferentes capacidades, todos nós temos:

- Limitações em algumas habilidades (coisas em que não somos bons)
- Pontos fortes (coisas em que somos realmente bons)



3

A MINHA SAÚDE

De que depende o funcionamento humano?

A **saúde** é um aspeto importante para um bom funcionamento humano.

É importante cuidar de ti, fazer exercício físico, ter uma boa alimentação, seguir as orientações do médico,...

Então, certamente serás melhor para aprender, trabalhar, praticar desporto ou sair, então funcionarás melhor.



4

PARTICIPAÇÃO

De que depende o funcionamento humano?

Participação é como participamos em diferentes domínios da vida: vida em casa, trabalhar, educação, lazer, atividades culturais...



A participação está relacionada com a comunidade, então significa atividades com diferentes grupos de pessoas.

5

CONTEXTO

De que depende o funcionamento humano?

Contexto representa o ambiente completo de uma pessoa:

Onde vivemos?

No campo, numa cidade pequena ou numa cidade?

Isso determina as pessoas que conhecemos, como nos movimentamos, as atividades que realizamos,...

Caraterísticas pessoais também são importantes: género, idade, motivação, estilo de vida, hábitos, profissão, experiências,...

Isso pode influenciar o nosso funcionamento.



De que depende o funcionamento humano?

6

APOIOS

Depois de conhecer o nosso funcionamento pessoal, devemos lembrar-nos que toda a gente precisa de apoio para aprender ou fazer atividades.

É bom escolher o suporte necessário para:

- tornar as coisas mais acessíveis,
- ser mais independente,
- usar as tuas habilidades,
- adaptar o teu comportamento na vida,
- procurar trabalho.

