

# CATÁLOGO

2023

Cursos e Oficinas do  
Centro de Convivência  
da UnATI-Uerj

**Formato Híbrido**

**Aulas Presenciais  
e On-Line**



Inscrições on-line: [www.unati.uerj.br](http://www.unati.uerj.br)



**Coordenação Técnica**

Equipe da Secretaria Acadêmica  
da UnATI-Uerj

**Coordenação Geral**

Equipe do Centro de  
Convivência da UnATI-Uerj



N°	ÍNDICE	
	<b>1. UnATI.Uerj – Centro de Convivência – Um espaço de educação permanente, protagonismo e voz para o cidadão idoso</b>	3
	1.1 A missão da UnATI.Uerj	4
	<b>2. As coordenações da UnATI.Uerj</b>	6
	Direção geral	6
	Coordenação de Pós-graduação Lato Sensu	6
	Pós-graduação Lato Sensu - Especialização em Geriatria e Gerontologia	6
	Assessoria de Comunicação Social	6
	Centro de Convivência	7
	Coordenação Pedagógica	7
	Coordenação de Eventos Educativos e Socioculturais	8
	Coordenação de Projetos de Extensão	8
	Coordenação de Projetos de Pesquisa	8
	Centro de Referência e Documentação sobre o Envelhecimento	9
	Núcleo de Atenção ao Idoso	9
	Centro de Cuidado Integral à Pessoa Idosa	10
	Coordenação de Secretaria Acadêmica	10
	<b>3. Inscrições</b>	11
	3.1 Sobre as inscrições	11
	3.2 Período, requisitos e especificidades	12
	<b>4. Cursos/Oficinas oferecidos – divididos por área temática</b>	14
	<b>4.1 Educação Para Saúde</b>	14
	Alimentação, Nutrição e Terceira Idade	14
	Ambulatório da Memória	14
	Dinâmicas sociocorporais	15
	Gerontopsicomotricidade	15
	Ginástica cerebral com o aprendizado do ábaco	15
	Grupo Encontros com a Saúde (GES)	16
	Passos seguros na Terceira Idade	16
	Psicomotricidade, Arte e Memória da UnATI.UERJ	16
	Roda da saúde	17
	Saúde natural	17
	Voz, Percepção e iniciação a Oratória	17
	<b>4.2 Arte e Cultura</b>	18
	Alfabetização teatral	18

N°	ÍNDICE	
	Arte e Ludicidade	18
	Café literário	18
	Cine Debate	19
	Coral UnATI	19
	Dança cigana artística	19
	Dança de salão – iniciantes e intermediários	20
	Dança de salão - grupo de apresentação	20
	Dança holística – turma A	20
	Dança holística – turma B	20
	Danças circulares	21
	Dança sênior Brasil – iniciante (presencial)	21
	Dança sênior Brasil – iniciante (on-line)	21
	Dança sênior – turma de apresentação	21
	Dançando a vida na Bela Idade	22
	O trem da emoção da UnATI	22
	Teoria e Prática de música	22
	Viagens musicais	23
	<b>4.3 Conhecimentos Gerais e Idiomas</b>	23
	Cidadania, História e Envelhecimento	23
	Criação de livros	23
	Encontros de Literatura afetuosa	24
	História e Cultura: na “trilha” dos intérpretes do Brasil	24
	Leituras e Partilhas: o direito à Literatura	24
	Mídias sociais – a linguagem da Web – o Facebook em foco	25
	Mídias sociais – a linguagem da Web – o Instagram em foco	25
	O prazer de ler e escrever na Terceira Idade	25
	Pelo direito de envelhecer: racismo e população negra	26
	Canção francesa tradicional	26
	Espanhol I – turma A	26
	Espanhol I - turma B	27
	Francês I	27
	Inglês I	28
	Italiano I	28
	<b>4.4 Conhecimentos Específicos sobre Terceira Idade</b>	28
	A Moradia e a Cidade na vida da pessoa idosa	28
	Amizade dos idosos na família e na sociedade	28
	Assessoria aos idosos nos seus direitos sociais com o uso da MPB	29
	Reflexões sobre Envelhecimento Humano	29
	Roda de conversa sobre Voluntariado	29

# 1. UnATI.Uerj

A Universidade Aberta da Terceira Idade - UnATI.UERJ iniciou suas atividades em 25 de agosto de 1993 como Núcleo da então Sub-Reitoria de Assuntos Comunitários da Universidade do Estado do Rio de Janeiro, oferecendo um Programa com atividades educativas e socioculturais gratuitas destinado à população com idade mínima de (60) anos.

Seguindo a sua missão única de ser um núcleo de inovações no âmbito do ensino, pesquisa, extensão, estudos, debates e assistência voltados para questões inerentes ao Envelhecimento da nossa população, além de ser formadora de Recursos Humanos especialistas na área da Gerontogeriatrics, a UnATI.UERJ, estruturada em uma Micro Universidade Temática, vem contribuindo para a transformação do pensar da sociedade brasileira sobre os seus idosos.

No seu esboço estrutural, as Coordenações da UnATI.UERJ produzem uma gama de projetos, programas, produtos, serviços, movimentos e ações desenvolvidos por uma equipe multiprofissional que, abordando teoria e prática através de debates e trocas de experiências institucionais e profissionais de ação interdisciplinar, estimulam a melhoria na qualidade de vida, autonomia e empoderamento dos 60+.

Referência na prática da Educação Permanente para os 60+, a UnATI.Uerj vem incentivando este grupo etário da nossa população a retornarem aos bancos escolares, com um conjunto de alternativas dinâmicas de autodesenvolvimento e atualização, resgatando a dignidade, reduzindo os problemas de solidão, quebrando preconceitos e estereótipos. Neste sentido, é importante que os cursos/oficinas contemplem atividades diferenciadas, considerando-se as diferentes fases da vida humana, na expectativa de promover uma Educação Permanente mais prazerosa e efetiva.

O Centro de Convivência da UnATI.Uerj é um espaço de protagonismo e voz que oferece encontros e interações para os 60+, norteados por metodologias pedagógicas ofertadas agora no modelo híbrido, presencial e on-line. São 49 cursos/oficinas livres divididos em (04) áreas temáticas, com a duração de (01) ano.

Com a aglutinação de diversificados conhecimentos, através de uma atuação interdisciplinar por parte dos seus professores e da consistência a saberes de variados segmentos, a proposta é valorizar e perpetuar a vida daquele que envelhece.

O Centro de Convivência da UnATI.UERJ é composto por (03) coordenações de trabalho: Coordenação Pedagógica, Coordenação de Eventos Educativos e Socioculturais e Assessoria de Comunicação Social. Lá inseridos, os 60+, enquanto protagonistas das suas ações, são ouvidos e apontam respostas bastante substanciais para obtenção de uma visão ampla do funcionamento dos cursos/oficinas, contribuindo no aprimoramento das metodologias.

## **1.1 A Missão da UnATI.Uerj**



Desde os primeiros esboços do projeto, foi estabelecido o seguinte conjunto de metas para suas ações nas áreas de (1) Ensino, (2) Pesquisa e (3) Extensão:

- Promover estudos, debates, pesquisas e assistência à população idosa do estado do Rio de Janeiro;
- Assessorar órgãos governamentais na formulação de políticas públicas específicas para o grupo etário de mais de 60 anos;
- Prestar assessoria, consultorias e serviços a órgãos governamentais e não-governamentais em assuntos que envolvam o Envelhecimento Humano e questões relativas à Terceira Idade;
- Contribuir para a elevação dos níveis de saúde física e mental de pessoas idosas, promovendo saúde preventiva, utilizando os recursos e alternativas existentes na Universidade;

- Promover cursos/oficinas para pessoas idosas, visando atualizar seus conhecimentos e integrando-os à sociedade contemporânea;
- Prestar assistência à saúde da população 60+;
- Prestar assistência jurídica à população idosa;
- Oferecer à população idosa uma unidade de excelência, fazendo da UnATI.Uerj uma instituição de saúde pública e, igualmente, um espaço de socioterapia, com serviços comunitários, pesquisas e ações gerontológicas de um modo geral;
- Capacitar profissionais de várias áreas do conhecimento a lidar com as questões do Envelhecimento Humano e com os problemas da população idosa;
- Promover análises comparativas entre pesquisas e estudos relativos ao Envelhecimento Humano e sobre questões relativas à Terceira Idade realizadas no Brasil e nos demais países;
- Realizar conferências, seminários, fóruns, palestras, workshops, encontros, publicações, documentos e quaisquer outras modalidades que tornem públicas as informações e os estudos desenvolvidos pela UnATI.Uerj.

## **2. As Coordenações da UnATI.Uerj**



### **Direção Geral**

A Direção Geral é o departamento central da UnATI.Uerj, de lá são delegadas e autorizadas todas as ações para os projetos multidisciplinares desenvolvidos pela equipe interdisciplinar da UnATI.UERJ, o que vem refletindo na sua competência nos meios acadêmico e comunitário como o espaço que melhor espelha os assuntos referentes à geriatria e gerontologia, pois consegue a interação do tríptico ensino, extensão e pesquisa.

Coordenação: Prof. Dr. Renato Peixoto Veras

### **Coordenação de Pós-Graduação Lato Sensu**

#### **Especialização em Geriatria e Gerontologia**

Esta área coordena, desde 2004, em parceria com a Faculdade de Medicina da UERJ, um curso inovador, com informações atualizadas sobre planejamento de ações de saúde do idoso, ações de promoção de saúde e prevenção de doenças, diagnóstico clínico e laboratorial das síndromes e patologias geriátricas e procedimentos de avaliação funcional e reabilitação geriátrica, abordando assim os temas mais atuais e contemporâneos das áreas de Geriatria e Gerontologia.

Coordenação: Prof. Dr. Renato Peixoto Veras – unativeras@gmail.com

### **Assessoria de Comunicação Social**

Esta área tem como objetivo central racionalizar e divulgar todo o fluxo de informações vindas da UnATI.UERJ ou de fora dela, de forma clara e objetiva, difundindo todas as ações que circulam sobre os projetos/programas desenvolvidos

pela UnATI.UERJ, criando um sistema de comunicação formal e informal entre a UnATI.Uerj, seus públicos-alvos e os meios de comunicação social

Coordenação: Prof. Marcos Teodoro – [marcao.unati.uerj@gmail.com](mailto:marcao.unati.uerj@gmail.com)

## **Centro de Convivência**

Este é um local destinado a encontros e interações norteadas por metodologias pedagógicas voltadas para pessoas com 60 (sessenta) anos ou mais, onde são oferecidos Cursos/Oficinas livres gratuitas com a duração de 01 (um) ano. Atualmente são oferecidos 49 Cursos/oficinas, divididos em 04 (quatro) áreas temáticas:

- Educação para saúde
- Arte e cultura
- Conhecimentos gerais e línguas estrangeiras
- Conhecimentos específicos sobre a terceira idade.

Os cursos/Oficinas não apresentam uma estrutura curricular hierarquizada. O aluno, em princípio, tem liberdade de escolha para frequentar os de sua preferência, dentro do limite possível de vagas.

Coordenação: Colegiado – [assistenciapedagogica.unati@gmail.com](mailto:assistenciapedagogica.unati@gmail.com)

## **Coordenação Pedagógica**

Esta área trata das atividades pedagógicas do Centro de Convivência, com ações de administração das oficinas ofertadas. A coordenação planeja estratégias para a educação na Terceira Idade, avaliando técnicas e recursos possíveis às especificidades da educação continuada/permanente. O setor objetiva, através da análise e ajuste dos currículos e programas, aprimorar a formação e experiência dos partícipes e potencializar as ações educativas a partir da dialogicidade, da transdisciplinaridade e da diversidade de perspectivas pedagógicas.

Coordenação: Rafaelli Barros Avila – [rafaelli.avila@uerj.br](mailto:rafaelli.avila@uerj.br)



## **Coordenação de Eventos Educativos e Socioculturais**

Esta área elabora todas as atividades da programação educativa e sociocultural que são oferecidas para todos os idosos que não conseguiram ingressar nos cursos/oficinas oferecidos pela UnATI.Uerj e para as pessoas interessadas pelos temas propostos. São oferecidas conferências, seminários, fóruns, palestras, workshops, encontros, exposições, festas temáticas, bailes e bazares, que têm como objetivo difundir assuntos e questões ligadas ao envelhecimento da nossa população e da Terceira Idade em geral.

Coordenação: Profa. Leila Jordão – [jordao.leila@gmail.com](mailto:jordao.leila@gmail.com)

## **Coordenação de Projetos de Extensão**

Coordenação de todos os projetos de extensão da UnATI.UERJ cadastrados nos Departamentos de Extensão e Cetreina.Uerj, estando os mesmos vinculados às unidades de ensino da UERJ, que buscam estes espaços para o estágio interno complementar e treinamento de alunos da graduação e pós-graduação com o desenvolvimento de pesquisas, promovendo assim uma relação de intergeracionalidade entre o jovem e o idoso. Juntamente com o Centro de Produção/Cepuerj e empresas do setor privado, esta área tem oferecido cursos voltados para Cuidadores de Idosos e para profissionais na área da gerontogeriatria.

Coordenação: Profa. Sandra Rabello – [srabello.uerj@gmail.com](mailto:srabello.uerj@gmail.com)

## **Coordenação de Projetos de Pesquisa**

Esta área coordena e analisa projetos e trabalhos científicos, do tipo monográficos, dissertativos e teses recém-iniciados, em andamento e concluídos que vêm servindo como fonte de consulta para pesquisadores do Brasil e de todo o mundo, nas mais diversas áreas do conhecimento. A partir de análises de base cientométrica e de discussões acerca dos conteúdos presentes na produção científica em tela, procura-se problematizar conceitualmente o campo do Envelhecimento Humano, buscando identificar seus limites e tendo como cenário a história do desenvolvimento da Geriatria e da Gerontologia no Brasil e no mundo.

Coordenação: Prof. Dr. Renato Peixoto Veras – [unativeras@gmail.com](mailto:unativeras@gmail.com)

## **Centro de Referência e Documentação Sobre o Envelhecimento**

Esta área funciona como uma biblioteca informatizada, atuando na identificação, organização, sistematização e divulgação de informações no âmbito do Envelhecimento Humano contidas em teses, dissertações, monografias, artigos, livros e material jornalístico nas diversas temáticas afins voltadas ao Envelhecimento Humano e às questões relativas à Terceira Idade. Tem como objetivo suprir as necessidades de pesquisa e disseminação de trabalhos nas diversas áreas do conhecimento ligadas à Geriatria e Gerontologia, oferecendo aos profissionais, alunos de graduação e de pós-graduação, pesquisadores e demais estudiosos produtos e serviços que auxiliem no aprimoramento do conhecimento e na realização de projetos de pesquisa. Produzida pelo Centro de Referência e Documentação sobre o Envelhecimento – CRDE da UnATI.UERJ, pertencente ao Grupo SciELO – ScientificElectronic Library Online, nas versões em Português & Inglês, a Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia da UnATI.UERJ – RBGG é uma continuação da Revista Textos Sobre Envelhecimento, fundada pela UnATI.UERJ em 1998.

Coordenação: Prof. Dr. Renato Peixoto Veras – [unativeras@gmail.com](mailto:unativeras@gmail.com)

## **Núcleo de Atenção ao Idoso**

Esta área realiza o atendimento médico no âmbito da educação e promoção da saúde para idosos, com um perfil mais autônomo e independente de vida, atuando também na saúde preventiva. Além de atendimentos individuais realizados por especialistas na área da Geriatria e Gerontologia, que formam uma equipe multidisciplinar, utilizam-se também sessões de grupo para abordagem de algumas patologias mais frequentes no grupo etário dos 60+.

Coordenação: Profa. Flávia Lopes – [flopes90@gmail.com](mailto:flopes90@gmail.com)

## **Centro de Cuidado Integral à Pessoa Idosa**

Esta área realiza o atendimento médico no âmbito da educação e promoção da saúde para idosos com limitações significativas de independência e autonomia, bem diferentes dos atendidos no NAI – Núcleo de Atenção ao Idoso e conta com uma equipe multidisciplinar formada por especialistas na área da Geriatria e Gerontologia, além de residentes e estagiários que realizam atendimentos individuais com a presença dos familiares dos idosos.

Coordenação: Prof. Dr. Roberto Lourenço – [lourenco@uerj.br](mailto:lourenco@uerj.br)

## **Coordenação de Secretaria Acadêmica**

Esta área é responsável pela parte gerencial dos Recursos Humanos lotados na UnATI.Uerj, seguindo as normas pré-estabelecidas pela Superintendência de Gestão de Pessoas da UERJ. Planeja e elabora anualmente, junto a coordenação pedagógica do Centro de Convivência da UnATI.UERJ, a grade da Programação Geral de cursos/oficinas ofertados. Além de gerenciar todos os dados cadastrais dos alunos matriculados, informa as atividades ofertadas e assuntos em geral a toda comunidade interna, externa, a profissionais e a pessoas interessadas.

Coordenação: Prof. Marcos Moreira Marques – [secretunati@gmail.com](mailto:secretunati@gmail.com)

## 3. Inscrições

### 3.1 Sobre as inscrições



As inscrições para todos os cursos/oficinas serão, em 2023, feitas no formato on-line, através de um formulário eletrônico disponível no site da UnATI.UERJ, [www.unati.uerj.br](http://www.unati.uerj.br). O formulário deve ser preenchido com os dados do aluno, que deve observar cuidadosamente cada campo, principalmente o formato do curso/oficina: presencial e/ou on-line e o horário de cada Curso/Oficina. É importante ressaltar que o preenchimento incorreto das informações será passível de perda das vagas nos cursos escolhidos.

No final do formulário, será solicitado que o aluno escolha a(s) opção/opções de curso(s) /oficina(s) para o qual deseja se inscrever no ano de 2023. O aluno poderá se inscrever em até 04 (quatro) opções de curso/oficinas. É importante que seja observado o dia e o horário de cada curso/oficina para que o interessado não se inscreva em 02 (dois) ou mais cursos/oficinas que aconteçam no mesmo dia e horário. Após o preenchimento de todos os campos do formulário, o candidato aos cursos deve clicar no botão "enviar", localizado no final do formulário. Depois disso, será exibida a mensagem "Inscrição realizada!", o que confirma que seus dados foram enviados. O sistema enviará uma cópia das respostas preenchidas no formulário para o e-mail informado.

### 3.2 Período, requisitos e especificidades



Para realizar as inscrições, será necessário ter no mínimo de 60 (sessenta) anos completos ou a completar até março de 2023, estar munido do CPF e da Identidade, bem como informar nome e telefone de um contato pessoal que não more na mesma residência que o aluno. Antes de efetuar as inscrições, é obrigatório conhecer integralmente o regulamento a seguir:

As inscrições serão realizadas **exclusivamente** via internet, pelo link ([www.unati.uerj.br](http://www.unati.uerj.br)), entre os dias 05 e 09 de dezembro de 2022, **somente** no horário entre **10h e 16h**.

Após o horário definido no item anterior, o formulário será fechado para inscrições e será reaberto no dia seguinte, no mesmo intervalo de horas supracitado, até o final do prazo de inscrição ou até a oficina chegar a sua capacidade máxima de vagas. As oficinas estão sujeitas à lotação, então, conforme forem atingindo o número de vagas total, o formulário da referida oficina será desabilitado e não receberá mais inscrições, mesmo que o prazo de inscrição ainda esteja aberto.

Cada interessado poderá se inscrever em até 04 (quatro) oficinas diferentes, dentre elas uma de língua estrangeira (se assim desejar), podendo ainda participar das atividades de curta duração abertas a todos, tais como: palestras, workshops, solenidades e festas temáticas.

Não será permitido ao aluno se inscrever em dois cursos/oficinas realizados no mesmo dia e horário. Tal procedimento implicará no cancelamento da matrícula de um desses cursos/oficinas.

Se o interessado conseguir se inscrever em mais de 04(quatro) oficinas, serão consideradas apenas as quatro primeiras opções. As outras inscrições serão excluídas automaticamente, sem aviso prévio.

Obs.: O aluno poderá frequentar **apenas** uma oficina/curso de **LÍNGUA ESTRANGEIRA** no ano.

Por orientação médica, os alunos que desejarem se inscrever em alguns dos cursos/oficinas que exijam atestado médico só poderão cursar 01 (um) por dia, devendo apresentar o referido atestado ao professor no primeiro dia de aula, declarando estar apto a realizar aquela atividade.

Os cursos/oficinas de línguas estrangeiras possuem 04 (quatro) níveis. Os alunos que estiverem aptos a prosseguirem para o próximo nível serão inscritos por pré-matrícula, realizada pelo Coordenador/Professor. Caso o aluno não queira seguir para o próximo nível, deverá avisar com antecedência ao Coordenador/Professor, a fim de que não seja pré-matriculado.

Para efetivação da inscrição, o aluno deverá **obrigatoriamente** apresentar ao professor, no primeiro dia de aula, a carteira de identidade original. A lista de alunos inscritos em cada oficina será publicada no site ([www.unati.uerj.br](http://www.unati.uerj.br)) até a data de início das aulas.

## 4. Cursos/Oficinas Oferecidos - Divididos Por Área Temática



### 4.1 Educação Para a Saúde

Os Cursos/Oficinas desta área têm como objetivo promover a saúde do idoso. Trabalhando o aprimoramento do corpo, da movimentação, das articulações, a melhora da postura física, a respiração, a relação entre o corpo e a mente, a nutrição, assim como a prevenção e detecção de distúrbios cognitivos. As atividades proporcionam a melhora no equilíbrio, na habilidade e na agilidade e permitem maior independência para o idoso, bem como o aumento da resistência orgânica, possibilitando maior qualidade de vida.

#### **01) ALIMENTAÇÃO, NUTRIÇÃO E TERCEIRA IDADE do Projeto de Extensão Alimentação, Nutrição e Envelhecimento (PROANE).**

**Coordenador(a):** Débora Martins dos Santos

**Professor(a):** Débora Martins dos Santos

**Objetivo:** Promover a reflexão sobre o alimento e o sistema alimentar; enumerar influências na formação do hábito alimentar; conhecer os princípios de uma alimentação saudável; discutir sobre o planejamento de refeições e culinária relacionando a alimentação saudável ao contexto da vida moderna.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira – 9h40min às 11h30min.

**Vagas:** 20

#### **02) AMBULATÓRIO DA MEMÓRIA**

**Coordenador(a):** Gláucia Peixoto Dunley

**Professor(a):** Gláucia Peixoto Dunley

**Objetivo:** Criar um espaço de diálogo e convivência para promover debate sobre o cuidado com a memória.

**Pré-requisito:** Não há

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira, 10h30-12h

**Vagas:** 20

### **03) DINÂMICAS SÓCIO-CORPORAIS**

**Coordenador(a):** Paolla Dawes Soares

**Professor(a):** Paolla Dawes Soares

**Objetivo:** Habituar o aluno a prática de sensibilizações corpóreas, possibilitando um maior autoconhecimento global; possibilitar um desenvolvimento físico relacional gradativo e constante; aumentar sua capacidade criativa e de memória, bem como de novos registros cognitivos, culturais e sociais.

**Pré-Requisito:** Apresentar autorização médica (cardíaca) para realizar atividades físicas de baixo impacto.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quinta-feira – 8h50min às 10h30min.

**Vagas:** 20

### **04) GERONTOPSICOMOTRICIDADE**

**Coordenador(a):** Vera Lucia Ferreira /Maria José dos Santos

**Professor(a):** Vera Lucia Ferreira /Maria José dos Santos

**Objetivo:** Proporcionar dinâmica de grupo que contemplem os conceitos diretamente relacionados as histórias de vida, aos limites individuais, a diversidade, a melhora da autoestima, a tonicidade corporal e ampliação cultural; estimular uma atitude mais ativa diante da vida, da família e da sociedade.

**Pré-Requisito:** Apresentar atestado médico

**Formato:** Híbrido (presencial e online)

**Em caso de híbrido, especifique:**

A oficina vai acontecer 1x por semana, tanto presencial como online, apenas com horários diferenciados. Quem realizar aula presencial, não poderá fazer aula online e vice-versa.

**Dia e horário:**

Presencial - Quinta-feira – 13h às 14h20min.

Online - Segunda-feira – 14h às 15h30min.

**Vagas:** 20(presencial)

### **05) GINÁSTICA CEREBRAL COM O APRENDIZADO DO ÁBACO**

**Coordenador(a):** Valéria dos Santos Rezende

**Objetivo:** Aprimorar a capacidade de aprendizado, a orientação espacial, o



desempenho de atenção sustentada e a memória de curto prazo.

**Pré-Requisito:** Para ingresso torna-se necessário que a coordenação motora fina não esteja "completamente" comprometida.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Sexta-feira - 8h50min às 10h10min.

**Vagas:** 20

## **06) GRUPO ENCONTROS COM A SAÚDE (GES)**

**Coordenador(a):** Livia Bittencourt Ramos

Professor(a): Livia Bittencourt Ramos

**Objetivo:** Ampliar conhecimentos sobre as mudanças físicas, psicológicas e sociais inerentes ao processo do envelhecer desenvolvendo ações de informação, comunicação e educação sobre o envelhecimento, saúde e qualidade de vida. Através de um espaço de debates com troca de experiências e criação de novas amizades, promover a reflexão sobre o autocuidado, a autonomia e o autoconhecimento no processo saúde-doença-cuidado com a intenção de provocar a construção subjetiva de novas possibilidades para este processo.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira - 15h10min às 16h40min.

**Vagas:** 20

### **Considerações Extras:**

O curso se destina aos idosos da comunidade e aos idosos assistidos no Núcleo de Atenção ao Idoso (NAI/UNATI), sendo que estes últimos terão acesso ao grupo em qualquer período do ano.

## **07) PASSOS SEGUROS NA TERCEIRA IDADE**

**Coordenador(a):** Therezinha de Jesus Lopes da Silva Filha

**Professor(a):** Therezinha de Jesus Lopes da Silva Filha

**Objetivo:** Melhorare reorganizar o esquema corporal, atuando na prevenção de quedas, equilíbrio, coordenação motora e fortalecer as cadeias musculares.

**Pré-Requisito:** Atestado médico

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira – 10h40min às 11h30min.

**Vagas:** 20

## **08) PSICOMOTRICIDADE ARTE E MEMÓRIA DA UNATI.UERJ**

**Coordenador(a):** Cristie de Moraes Campello

**Professor(a):** Cristie de Moraes Campello

**Objetivo:** Possibilitar a criação de novas memórias aos idosos a partir da arte, especialmente da arte do cinema e da Psicomotricidade.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Uma vez por mês, às segundas feiras, de 10:40 às 12:30. Dias: 27/03, 10/04, 08/05, 12/06, 14/08, 11/09, 09/10 e 13/11/2023

**Vagas:** 20

## **09) RODA DA SAÚDE**

**Coordenador(a):** Lívia Bittencourt Ramos

**Objetivo:** Provocar reflexões sobre o processo do envelhecimento contribuindo para a compreensão individual do que é saúde/doença e autocuidado; estimular o envelhecimento ativo com informações que promovam a qualidade de vida, além de favorecer os vínculos sociais e intergeracionais.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Última terça-feira do mês, das 15h às 17h.

**Considerações Extras**

Atividade sem necessidade de inscrições pois será aberto ao público.

## **10) SAÚDE NATURAL**

**Coordenador(a):** Maria das Graças Araújo

**Professor(a):** Maria das Graças Araújo

**Objetivo:** Orientar sobre Prevenção da Saúde Natural, através das terapias complementares.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira – 11h30min às 12h30min.

**Vagas:** 20

## **11) VOZ, PERCEPÇÃO E INICIAÇÃO A ORATÓRIA**

**Coordenador(a):** Tania Cira M C Dantas

**Professor(a):** Tania Cira M C Dantas

**Objetivo:** Conscientizar das alterações anatomo-fisiológicas da voz no envelhecimento natural; promover a reorganização da linguagem; estimular e revigorar a mente e o corpo; reintegrar o idoso na sociedade (voz — sociedade — emoção); alertar para os cuidados da voz na terceira idade.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quinta-feira – 10h40min às 11h20min.

**Vagas:** 20

## **4.2 Arte e Cultura**

Como característica comum, os Cursos/Oficinas classificados nesta área apresentam a utilização de técnicas que envolvem a dança, o canto, a interpretação, a expressão corporal e a técnica vocal. Eles objetivam desenvolver, despertar e expandir a criatividade popular, a saúde física e mental, a autoconfiança e a comunicação, proporcionando uma vida mais dinâmica e produtiva, na qual o idoso amplia sua capacidade de observação e crítica. Pode-se dizer que estas atividades desenvolvem diferentes habilidades manuais e intelectuais, transmitindo valores e conceitos da nossa sociedade, bem como a participação na construção da cultura.

### **01) ALFABETIZAÇÃO TEATRAL**

**Coordenador(a):** Reinaldo Santana

**Professor(a):** Reinaldo Santana

**Objetivo:** Promover expressão e conhecimento através da linguagem teatral.

**Pré-requisito:** Não há

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** terças-feiras, das 10h às 12h.

**Vagas:** 30

### **02) ARTE E LUDICIDADE**

**Coordenador(a):** Sandra Rabello de Frias

**Professor(a):** Sandra Rabello de Frias

**Objetivo:** Realizar oficinas de estimulação cognitiva na modalidade remota (teleoficinas) com o uso das tecnologias de informação e comunicação, como o smartphone, nas quais há interação dos participantes através de atividades guiadas, com o foco em estimular a cognição, objetivando um envelhecer mais saudável, melhorando o desenvolvimento físico e social da pessoa idosa.

**Pré-Requisito:** Ser alfabetizado(a).

**Formato:** Online

**Dia e horário:** Quinta-feira – 15h10min às 17h50min

**Vagas:** 20

### **03) CAFÉ LITERÁRIO**

**Coordenador(a):** Sandra Rabello

**Objetivo:** Promover encontros voltados para debates e trocas sobre textos literários e poesias

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Última quarta-feira do mês de 14h às 17h.

**Considerações Extras:** Não há necessidade de inscrição.

#### **04) CINE DEBATE**

**Coordenador(a):** Sandra Rabello

**Objetivo:** Discutir temáticas que envolvam aspectos do cotidiano, relações sociais, envelhecimento e direitos através de filmes, possibilitando às pessoas idosas novos conhecimentos e trocas.

**Pré-Requisito:** Idade a partir de 60 anos.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quartas-feiras de 14h às 17h, com exceção da última quarta do mês.

**Considerações Extras:** Não há necessidade de inscrição.

#### **05) CORAL UnATI**

**Coordenador(a):** Mário Assef - regência; Carolina Sanches - técnica vocal

**Professor(a):** Mario Assef e Carolina Sanches

**Objetivo:** Aprimorar a voz a partir de exercícios de técnica vocal; promover práticas de repertório de coral; desenvolver a atenção concentrada; fortalecer o vínculo do grupo.

**Pré-requisito:** Não apresentar diagonais vocais graves

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quartas-feiras de 14:00 as 16:00 hs

**Vagas:** 20

#### **06) DANÇA CIGANA ARTÍSTICA**

**Coordenador(a):** Marta Coelho Pinto

**Professor(a):** Marta Coelho Pinto

**Objetivo:** Elevar a autoestima, promover conhecimento sobre a cultura cigana e proporcionar momentos lúdicos.

**Pré-requisito:** Não há

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça feira, das 11:30 às 12:30

**Vagas:** 20

#### **07) DANÇA DE SALÃO – INICIANTES E INTERMEDIÁRIOS**

**Coordenador(a):** Katia Regina de Andrade Cargnin

**Professor(a):** Katia Regina de Andrade Cargnin

**Objetivo:** Contribuir, através da dança, com o desenvolvimento cognitivo do ser humano, trazendo uma carga de sociabilidade e relacionamento enquanto pessoa no meio, propiciando o estreitamento de relações e amizade.

**Pré-Requisito:** Apresentar atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira -13h às 14h.

**Vagas:** 20

## **08) DANÇA DE SALÃO – GRUPO DE APRESENTAÇÃO**

**Coordenador(a):** Katia Regina de Andrade Cargnin

**Professor(a):** Katia Regina de Andrade Cargnin

**Objetivo:** Promover desenvolvimento cognitivo, socialização e fortalecimento do corpo criando um grupo único de apresentação.

**Pré-Requisito:** Apresentar atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira -14h às 16h

**Vagas:** 20

## **09) DANÇA HOLÍSTICA – TURMA A**

**Coordenador(a):** Therezinha de Jesus Lopes

**Professor(a):** Therezinha de Jesus Lopes

**Objetivo:** Proporcionar equilíbrio da marcha, flexibilidade, coordenação motora, automatismo, interação social e valorização da autoestima.

**Pré-Requisito:** Atestado médico

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira - 8h50min às 9h40min.

**Vagas:** 20

## **10) DANÇA HOLÍSTICA – TURMA B**

**Coordenador(a):** Therezinha de Jesus Lopes

**Professor(a):** Therezinha de Jesus Lopes

**Objetivo:** Proporcionar equilíbrio da marcha, flexibilidade, coordenação motora, automatismo, interação social e valorização da autoestima.

**Pré-Requisito:** Atestado médico

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira - 9h40min às 10h30min.

**Vagas:** 20

## **11) DANÇAS CIRCULARES**

**Coordenador(a):** Héliida Lopes

**Objetivo:** Expressar movimentos em roda para proporcionar conexão entre as pessoas, união, compreensão e aceitação das diferenças; estimular através das coreografias a identificação com a vida, a tradição, alegria, paciência e a autoestima.

**Pré-Requisito:** Atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Segunda-feira - 8h50min às 9h40min.

**Vagas:** 20

## **12) DANÇA SÊNIOR BRASIL - INICIANTE**

**Coordenador(a):** Héliida Lopes

**Professor(a):** Héliida Lopes

**Objetivo:** Melhorar a capacidade nas atividades de vida diária; promover socialização e solidariedade e ativação neuromuscular e mobilidade; favorecer suave ativação emocional, despertando o prazer de misturar as sensações dos diferentes sentidos.

**Pré-Requisito:** Atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Segunda-feira - 9h40min às 10h30min.

**Vagas:** 20

## **13) DANÇA SÊNIOR BRASIL - INICIANTE**

**Coordenador(a):** Héliida Lopes

**Professor(a):** Héliida Lopes

**Objetivo:** Melhorar as capacidades nas atividades de vida diária; promover socialização e solidariedade à distância; desenvolver ativação neuromuscular e mobilidade; favorecer suave ativação emocional, despertando o prazer de misturar as sensações dos diferentes sentidos

**Pré-Requisito:** Atestado médico.

**Formato:** Online

**Dia e horário:** Quarta-feira - 9h às 10h30min.

**Vagas:** 20

## **14) DANÇA SÊNIOR - TURMA DE APRESENTAÇÃO**

**Coordenador(a):** Héliida Lopes

**Professor(a):** Héliida Lopes

**Objetivo:** Aprimorar técnicas de danças avançadas; trabalhar coordenação rítmica-motora; incentivar a socialização e solidariedade; apresentar os grupos preparados em eventos internos e externos da Universidade.

**Pré-Requisito:** Ter feito aulas de Dança Sênior em anos anteriores e apresentar atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Segunda-feira - 10h40min às 11h30min.

**Vagas:** 20

## **15) DANÇANDO A VIDA NA BELA IDADE**

**Coordenador(a):** Maria José dos Santos

**Professor(a):** Maria José dos Santos

**Objetivo:** Conscientizar o aluno para sua autopercepção e consciência corporal, através da música, do corpo, rodas de conversas e autorreflexão.

**Pré-Requisito:** Atestado médico.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Sexta-feira – 11h30min às 14h30min.

**Vagas:** 20

## **16) O TREM DA EMOÇÃO DA UNATI**

**Coordenador(a):** Ilma Bastos e Célia Sanches

**Objetivo:** Visitar instituições de longa permanência e escolas públicas e privadas, de acordo com demanda levando alegria, cultura, emoções e outros.

**Pré-Requisito:** Professores, coordenadores das oficinas da Unati-Uerj, alunos já matriculados.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Última quinta-feira do mês, das 13h30min às 15h.

**Considerações Extras:** Não há necessidade de inscrição.

## **17) TEORIA E PRÁTICA DE MÚSICA**

**Coordenador(a):** Marcello Rodrigues Soares

**Professor(a):** Marcello Rodrigues Soares

**Objetivo:** Utilizar o violão nas aulas, principalmente de forma terapêutica.

**Pré-Requisito:** Trazer seu instrumento.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quinta-feira – 10h40min às 12h20min.

**Vagas:** 20

**Considerações extras:** que cada aluno tenha seu instrumento.

## **18) VIAGENS MUSICAIS**

**Coordenador(a):** Arthur Moreira da Silva Neto

**Professor:** Arthur Moreira da Silva Neto

**Objetivo:** Apreciar peças musicais (instrumentais, vocais e/ou instrumentais e vocais), por meio de mídias audiovisuais para ressignificarem momentos marcantes de suas vidas e dos seus contextos histórico-sociais, compartilhando oralmente com o grupo.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** On-line

**Dia e horário:** Quinta-feira – 16h às 17h30min.

**Vagas:** 20

### **4.3 Conhecimentos Gerais**

Os Cursos/Oficinas desta área têm como objetivo aprimorar o aprendizado em diversificados conhecimentos. Eles exercitam a capacidade de crítica no aluno idoso, o exercício da leitura e escrita, sua importância no cotidiano e no contexto social, possibilitando o desenvolvimento do raciocínio lógico, reflexivo, discursivo e sua capacidade de conviver em grupo. Desta forma, favorece o relacionamento interpessoal e o crescimento do indivíduo, tornando mais abrangente sua capacidade intelectual e social.

#### **01) CIDADANIA, HISTÓRIA E ENVELHECIMENTO**

**Coordenador(a):** Marcos Moreira Marques

**Professor(a):** Marcos Moreira Marques

**Objetivo:** Promover reflexões, com o uso da história, em torno das lutas, disputas e conquista de direitos na sociedade brasileira, na construção da cidadania.

**Pré-Requisito:** Não há

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quinta-feira – 8h50min às 10h30min.

**Vagas:** 20

#### **02) CRIAÇÃO DE LIVROS**

**Coordenador(a):** Renata Richard

**Professor(a):** Renata Richard

**Objetivo:** Apoiar o desenvolvimento do autoconhecimento, apropriação de suas histórias. Introduzir conhecimentos teóricos e práticos de produção de livros. Compartilhar biografias como ferramenta de conexão, troca de experiências e conhecimento. Resgatar nossas memórias, através do desenvolvimento prático individual e coletivo de livros. Criar ações e atividades que retirem pessoas idosas da situação de isolamento social, agravada com a pandemia. Criar novos espaços de socialização.

**Pré-requisito:** Vontade de escrever histórias e criar livros com elas

**Formato:** On-line



**Em caso de híbrido, especifique:** Aula presencial semanal + grupo de Whatsapp para eventuais aulas e orientação.

**Dia e horário:** Quartas-feiras 10h-12h30

**Vagas:** 20

### **03) ENCONTROS DE LITERATURA AFETUOSA**

**Coordenador(a):** Katia Regina dos Santos

**Professor(a):** Katia Regina dos Santos

**Objetivo:** Possibilitar que os participantes/leitores, ao se encontrarem com as narrativas, textos literários, livros etc., possam ir ao encontro de si mesmos, passando a observar novos ângulos da vida, gerando novas formas de existência, em um processo de transformação constante e de desenvolvimento como seres humanos. Estimular o convívio social, quebrando a timidez e estimulando as trocas afetuosas entre os participantes e deles com a coordenadora. Desenvolver a autonomia e a capacidade criativa através da escrita, estimulando, assim, os processos cognitivos fundamentais. Trabalhar a memória através da contação de histórias e narrativas pessoais. Trabalhar emoções e sentimentos, a partir da identificação, introjeção, projeção e catarse que os textos literários possam vir a provocar nos participantes.

**Pré-requisito:** Ser um bom leitor e amar a literatura

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Sexta-feira, 14h às 16h

**Vagas:** 20

### **04) HISTÓRIA E CULTURA: NA “TRILHA” DOS INTÉRPRETES DO BRASIL**

**Coordenador(a):** Leila Almeida Barbosa

**Professor(a):** Leila Almeida Barbosa

**Objetivo:** Apresentar, de forma sucinta, os conceitos de História, Cultura, bem como suas conexões. Nesse contexto, perceber juntamente com o grupo se e como as trajetórias individuais se relacionam com as trajetórias coletivas, refletindo acerca dos significados da História enquanto ciência e dos registros pessoais (de memória), da experiência social-histórica vivida, e suas interlocuções.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Sexta-feira – 8h50min às 10h30min.

**Vagas:** 20

### **05) LEITURAS E PARTILHAS: O DIREITO À LITERATURA.**

**Coordenador(a):** Regina Celi Brasil de Brito Mello

**Objetivo:** Despertar o gosto e o prazer pela leitura literária, reconhecendo-a como fonte de conhecimento próprio, do outro e do mundo.

**Pré-Requisito:** Ter o ensino médio completo

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira - 14h às 17h.

**Vagas:** 20

## **06) MÍDIAS SOCIAIS - A LINGUAGEM DA WEB - O FACEBOOK EM FOCO.**

**Coordenador(a):** Marcos Fernando Martins Teodoro

**Professor:** Marcos Fernando Martins Teodoro

**Objetivo:** Oportunizar um entendimento contínuo sobre o uso da Mídia Social Facebook, através do uso dos instrumentos de criação de conteúdo disponibilizados pela Plataforma, despertando assim um olhar mais analítico, crítico e respeitoso no aluno sobre as linguagens, diálogos e narrativas que circulam nas suas Redes Sociais.

**Pré-Requisito:** Ter e saber utilizar smartphone com internet móvel e acesso às plataformas das mídias sociais: whatsapp, facebook, instagran, twitter, youtube, email e outros aplicativos.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Segunda-feira – 8h50min às 10h30min.

**Vagas:** 20

## **07) MÍDIAS SOCIAIS - A LINGUAGEM DA WEB - O INSTAGRAM EM FOCO.**

**Coordenador(a):** Marcos Fernando Martins Teodoro

**Professor(a):** Marcos Fernando Martins Teodoro

**Objetivo:** Oportunizar um entendimento contínuo sobre o uso da Mídia Social Instagram - através do uso dos instrumentos de criação de conteúdo disponibilizados pela Plataforma, despertando assim um olhar mais analítico, crítico e respeitoso no aluno sobre as linguagens, diálogos e narrativas que circulam nas suas Redes Sociais.

**Pré-Requisito:** Ter e saber utilizar smartphone com internet móvel e acesso às plataformas das mídias sociais: whatsapp, facebook, instagran, twitter, youtube, email e outros aplicativos.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Quarta-feira - 8h50min às 10h30min.

**Vagas:** 20

## **08) O PRAZER DE LER E ESCREVER NA TERCEIRA IDADE.**

**Coordenador(a):** Regina Celi Brasil de Brito Mello

**Objetivo:** Incentivar o gosto pela leitura e escrita, letramento e matemática, promovendo um espaço educativo não-formal.

**Pré-Requisito:** Ter completado ao menos o primeiro segmento do ensino fundamental.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça, quarta e quinta-feira - 14h às 17h.

**Vagas:** 20

## **09) PELO DIREITO DE ENVELHECER: RACISMO E POPULAÇÃO NEGRA.**

**Coordenador(a):** Adriana Rosa

**Professor(a):** Adriana Rosa

**Objetivo:** Propor uma profunda reflexão sobre o racismo estrutural, a decolonialidade, perspectiva antirracista e atitudes racistas. Desta forma, os participantes examinam, discutem, elaboram e refletem sobre o processo do envelhecimento, a cidadania e a troca de experiências de vida entre eles. Além disso, as atividades possibilitam ampliar o conhecimento, a afetividade e a divulgação de informações que esclarecem os direitos e suas garantias perante as políticas públicas.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira –8h50min às 9h40min.

**Vagas:** 20

## **10) CANÇÃO FRANCESA TRADICIONAL**

**Coordenador(a):** Ilma de Paula Moura Bastos

**Professor(a):** Bolsista Lucas F. de Mello

**Objetivo:** Desenvolver o estudo do idioma francês através da canção francesa tradicional junto à terceira idade, despertando o interesse dos alunos pela civilização francesa e ampliando suas experiências e a fluência da língua, dentro e fora da sala de aula, com atividades de lazer e cultura.

**Pré-Requisito:** Ter noções do idioma francês.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terças e Quintas-feiras – 13h20min às 15h.

**Vagas:** 20

## **11) ESPANHOL I – TURMA A**

**Coordenador(a):** Rodrigo Campos

**Professor(a):** Estagiário(a) da Faculdade de Letras

**Objetivo:** Oferecer oficinas de Espanhol como Língua Estrangeira voltadas especificamente à terceira idade, estimulando as interações entre indivíduos e entre esses e o mundo através do contato cultural.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terças e quintas-feiras - 13h às 14h30min.

**Vagas:** 20

## **12) ESPANHOL I – TURMA B**

**Coordenador(a):** Rodrigo Campos

**Professor(a):** Estagiário(a) da Faculdade de Letras

**Objetivo:** Oferecer oficinas de Espanhol como Língua Estrangeira voltadas especificamente à terceira idade, estimulando as interações entre indivíduos e entre esses e o mundo através do contato cultural.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terças e quintas-feiras - 15h às 16h30min.

**Vagas:** 20

## **13) FRANCÊS I**

**Coordenador(a):** Deise Quintiliano

**Professor(a):** Estagiário(a) da Faculdade de Letras

**Objetivo:** Desenvolver a expressão oral e escrita e a compreensão leitora de alunos da terceira idade; contribuir para o melhor desenvolvimento de sua capacidade intelectual e linguística, com ênfase nos aspectos lúdicos e nas propostas de integração social do idoso; garantir um excepcional espaço de prática docente aos alunos da graduação em Letras

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terças e quintas-feiras - 14h20min às 16h00min.

**Vagas:** 20

## **14) INGLÊS I**

**Coordenador(a):** Cláudia Rebello

**Professor(a):** Estagiário da Faculdade de Letras

**Objetivo:** Promover o ensino da língua inglesa.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Segundas e Quartas-feiras – 13h20min às 15h10.

**Vagas:** 20

## **15) ITALIANO I**

**Coordenador(a):** Edvaldo Sampaio Belizário

**Professor(a):** Estagiário(a) da Faculdade de Letras

**Objetivo:** Permitir o acesso democrático a conhecimentos diferenciados; promover a interação Universidade-comunidade; interferir positivamente no processo de interações sociais e inclusão; oferecer um curso de língua italiana para alunos da UnATI/UERJ, alunos da terceira idade.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Híbrido (presencial e online)

**Em caso de híbrido, especifique:**

Aulas duas vezes por semana, sendo um dia on-line e o outro presencial.

**Dia e horário:** Segundas e Quartas-feiras – 12h30min às 14h10min.

**Vagas:** 20

## **4.4 Conhecimentos Específicos sobre a Terceira Idade**

Esses Cursos/Oficinas objetivam o aprimoramento dos aspectos biológicos, psicológicos e culturais dos participantes, que examinam, discutem, elaboram e refletem sobre o processo do envelhecimento e sobre a cidadania, compartilhando experiências de vida. As atividades possibilitam ampliar o conhecimento, a afetividade e a divulgação de informações que esclarecem os direitos e suas garantias perante as políticas públicas.

### **01) A MORADIA E A CIDADE NA VIDA DA PESSOA IDOSA.**

**Coordenador(a):** Jorge Ricardo Santos de Lima Costa

**Professor(a):** Jorge Ricardo Santos de Lima Costa

**Objetivo:** Desenvolver o olhar crítico e o ativismo da pessoa idosa no cotidiano da moradia e da cidade.

**Pré-Requisito:** Nenhum.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira - 13h20min às 16h.

**Vagas:** 20

### **02) AMIZADE DOS IDOSOS NA FAMÍLIA E NA SOCIEDADE**

**Coordenador(a):** Conceição de Maria Goulart Braga Cuba

**Professor(a):** Conceição de Maria Goulart Braga Cuba

**Objetivo:** Incentivar a criação de novas amizades e o fortalecimento dos vínculos existentes, entre os idosos e demais gerações na família e na sociedade, tendo em vista o acesso aos direitos firmados no Estatuto do Idoso e o exercício da cidadania.

**Pré-Requisito:** Não há.

**Formato:** Online

**Dia e horário:** Sexta feira – 15h às 17h30min.

**Vagas:** 20

### **03) ASSESSORIA AOS IDOSOS NOS SEUS DIREITOS SOCIAIS COM O USO DA MPB.**

**Coordenador(a):** Alzira Tereza Garcia Lobato

**Professor(a):** Alzira Tereza Garcia Lobato

**Objetivo:** Possibilitar à pessoa idosa conhecer seus direitos e ter participação ativa na sociedade com o uso da MPB.

**Pré-Requisito:** Ter conhecimento de acesso às plataformas digitais.

**Formato:** On-line

**Dia e horário:** Terça-feira, de 14h20min às 16 h.

**Vagas:** 20

### **04) REFLEXÕES SOBRE ENVELHECIMENTO HUMANO.**

**Coordenador(a):** Wallace Hetmanek dos Santos

**Professor(a):** Wallace Hetmanek dos Santos

**Objetivo:** Gerar um espaço de aprofundamentos de temas inquietantes sobre o processo de envelhecimento e organização emocional

**Pré-Requisito:** Não há

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Terça-feira – 10h às 12h.

**Vagas:** 20

### **05) RODA DE CONVERSA SOBRE VOLUNTARIADO**

**Coordenador(a):** Juliana Rosas Rodrigues

**Professor(a):** Juliana Rosas Rodrigues

**Objetivo:** Capacitar pessoas idosas para as atribuições do voluntariado, para o relacionamento com o outro e para atividades a serem realizadas na dinâmica cotidiana de suas ações na instituição em que está exercendo o voluntariado, sendo este elemento importante para a manutenção do bem-estar e da qualidade de vida na velhice, além de ser uma proposta para o envelhecimento ativo.

**Formato:** Presencial

**Dia e horário:** Sexta-feira (quinzenal) – 14h às 17h. **Vagas:** 20



**Reitor da Uerj  
Mário Sergio Carneiro**

**Pró-reitoria de Graduação – Pr1  
Líncon Tavares Silva**

**Pró-reitoria de Pós-graduação e Pesquisa – Pr2  
Luis Antônio Mota**

**Pró-reitoria de Extensão e Cultura – Pr3  
Cláudia Gonçalves Lima**

**Pró-reitoria de Políticas e Práticas Estudantis – Pr4  
Cátia Antônio da Silva**

**Pró-reitoria de Saúde – Pr5  
Denizar Vianna**

**Diretor Geral da UnATI.Uerj  
Renato Peixoto Veras**

**Vice-Diretor da UnATI.Uerj  
Paulo Farinatti**