

PALESTRAS E OFICINAS: UMA MANEIRA DINÂMICA DE LEVAR INFORMAÇÃO E CONHECIMENTO AOS IDOSOS

LETÍCIA REHBEIN JESKE¹; ANA CAROLINA OLIVEIRA NOGUEIRA²; ADRIANA SCHÜLER CAVALLI³

¹*Universidade Federal de Pelotas 1 – leticiajeske@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – anaconogueira@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – adriscavalli@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

A Universidade Aberta à Terceira Idade - UNATI é um Programa Estratégico da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) apoiado pela Pró-Reitoria de Extensão e Cultura desde 2016, que visa promover a inserção dos idosos no espaço acadêmico de modo que eles também possam ocupar espaços na Instituição (CAVALLI et al., 2017).

O programa desde a sua criação conta com a colaboração de professores de diversos cursos que se disponibilizaram a ministrar aulas durante os semestres por intermédio de disciplinas. Os idosos têm oportunidade de semestralmente se inscreverem nas disciplinas por meio de edital lançado no portal da UFPel. Nos últimos 3 anos, em todos os semestres, nem todos os idosos são contemplados para o atendimento as disciplinas, pois existem mais inscritos do que vagas. Com o intuito de atender e oportunizar a participação dos idosos da comunidade no programa tem sido oferecido oficinas e palestras ao longo do ano letivo, sendo estas atividades pontuais e sem caráter de disciplinas como as demais atividades da UNATI.

Sendo assim o objetivo deste trabalho foi relatar e descrever os processos de construção das oficinas e palestras para os idosos da UNATI e da comunidade em geral, pois pode ser de interesse de outros programas entender melhor como se concretizam estas ações.

2. METODOLOGIA

Este trabalho consiste em uma pesquisa descritiva, explicando o passo a passo da elaboração de cada palestra ou oficina oferecida pela UNATI ((THOMAS, NELSON, SILVERMAN, 2007). Primeiramente foram averiguados quais os temas de interesse para serem desenvolvidos nas palestras e oficinas com os idosos participantes da UNATI. Para tanto, foi formulado um questionário onde os idosos pudessem elencar temas. Todos os idosos da UNATI foram convidados a participar da pesquisa e aqueles que se dispuseram voluntariamente a participar da mesma e estavam presentes nos dias das coletas, assinaram um Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, permitindo a utilização dos dados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Participaram da amostra 45 idosos da UNATI no segundo semestre de 2017. Dentre eles 39 pessoas do sexo feminino e 6 do sexo masculino. Quanto aos temas mais citados para as palestras e oficinas foram: meditação, literatura, memória, envelhecimento, moda, informática, história de Pelotas, direito, como fazer projetos para trabalhar com a melhor idade, saúde, poesia, nutrição com

ênfase dieta vegetariana, terapias holísticas, entre outros. Sendo assim, as temáticas escolhidas pelos idosos tiveram prioridade para a equipe de coordenação do programa, pois afinal, o evento seria desenvolvido para a população idosa e nada mais favorável do que realizar o desejo/vontade deles.

Para a execução de uma oficina ou palestra, normalmente foram seguidos os seguintes passos, descritos abaixo:

1. Primeiro foi escolhida a temática ou alguém se voluntaria a realizar uma atividade.
2. Foram realizados os contatos com os possíveis palestrantes ou oficineiros. As atividades foram geralmente desenvolvidas pelos docentes auxiliados pelos seus discentes, sendo que muitos deles possuíam um vínculo, seja profissional ou pessoal com o grupo que está à frente da UNATI.
3. Decidida a data, e outras questões como: número de participantes, horário e local.
4. Foram providenciados os materiais para o evento.
5. Necessária a confecção do cartaz para o evento, deixando as informações em letras (maiores) de fácil leitura. É sempre muito importante que a divulgação seja feita com antecedência para que público fique sabendo da atividade. Normalmente temos divulgado por meio de mídias sociais, mas temos pensado na possibilidade de divulgar em jornais e mídias locais para que o acesso à informação seja ampliado a comunidade em geral.
6. No dia da atividade, foi feita uma listagem com os nomes dos participantes e alguns dados pessoais, para que depois possa ser gerado um certificado de participação.

No geral as oficinas e palestras duraram em torno de 2h à 3h horas, foram realizadas no período da tarde e ocorreram em diversos espaços da UFPel, conforme a demanda própria da atividade. Mas sempre que possível foram no Museu do Doce, por ser um lugar mais acessível e central para os idosos. Quando houve uma oficina ou palestra número de vagas muito restrito, realizamos um período de inscrições, que das últimas vezes foram feitas por telefone ou na Pró-Reitoria de Extensão e Cultura através de chamada pública no site UFPel.

Quanto a participação dos idosos nos eventos depende de muitos fatores associados como clima, a saúde dos idosos e a temática do dia influencia muito na adesão. A atividade na qual recebemos o maior público foi à oficina de meditação, que contou com 64 participantes. Segue abaixo as atividades que foram desenvolvidas pela UNATI no primeiro semestre de 2018:



Oficina: Descobrindo o melhor da vida através da meditação

O ministrante e prof. Roger Alves através de suas técnicas, proporcionou aos participantes uma tarde tranquila e agradável, além disso, ainda fez uma fala à respeito da importância de meditar e os seus benefícios para a saúde mental.

Oficina: Plantas medicinais no cuidado à saúde com ênfase na oficina demonstrativa de sal temperado. Desenvolvida pela Profª Rita Heck e seus graduandos. Foram mostrados em espécie muitas plantas e demonstrado como utilizar as plantas, exemplificando seus efeitos medicinais benéficos. Ao final foi entregue uma amostra de sal temperado com ervas a todos participantes.

Oficina: Varal de Poesias

A mestrandona Joilma Reise e a Profª Lorena Gill, proporcionaram uma maravilhosa tarde para os idosos, onde eles puderam ler poemas que haviam sido previamente selecionadas pelas oficineiras e dispostos em forma de varal presos com prendedores de roupa. Todos puderam declamar os poemas escolhidos.



Palestra: Utilização dos serviços de emergência por idosos, de modo a orientar a utilização adequada.

A doutoranda Ana Amália Torres na sua fala esclareceu diversas questões relacionadas à utilização dos serviços oferecidos pelo SUS, de forma que os idosos saibam, quando necessário recorrer ao serviço adequado.

Oficina: Língua alemã: Variedades e escrita

O professor Bernardo Limberger possibilitou ao público presente na oficina a conhecer mais sobre a cultura alemã e suas variações da língua que se encontram aqui no Brasil, bem como, aprender a falar algumas palavras básicas que são utilizadas no dia a dia.

4. CONCLUSÕES

Ao final do ano teremos ofertado 14 palestras e oficinas abrangendo diferentes temas favorecendo assim a interdisciplinaridade, além disso, estes temas permeiam pesquisas realizadas nos programas de graduação e pós-graduação da UFPel com informações atualizadas e estudos que são levados aos idosos, aproximando o ensino-pesquisa-extensão.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CAVALLI, A.S.; GAMARO, G.D.; DAMASCENO, V.D.; LINDOSO, Z.C.L.; FARIAS, J.C.N. A SUSTENTABILIDADE DA UNIVERSIDADE ABERTA A TERCEIRA IDADEUFPEL/RS. In: **Anais 35º Seminário de Extensão Universitária da Região Sul SEURS: Internacionalização da Extensão.** P. 1128-1133. 2017.

THOMAS, J.R.; NELSON, J.K., SILVERMAN, J. Métodos de pesquisa em atividade física. Editora Artmed, Porto Alegre, 5^a ed. 2007