UNIVERSIDADE ABERTA À TERCEIRA IDADE: RELATOS DE PROMOÇÃO DE CULTURA E SAÚDE A IDOSOS DA REGIÃO DE TUPÃ/SP

AUTORES: Eduardo Festozo Vicente (Autor), Ana Elisa Bressan Smith Lourenzani (Co-Autor)

PALAVRAS-CHAVE: idosos, saúde, UNATI

RESUMO:
A Universidade Aberta à Terceira Idade (UNATI) é um programa institucional de Extensão Universitária da UNESP, que vem desde 1994 colaborando para a melhoria da qualidade de vida dos idosos mediante o convívio dentro da Universidade. Em Tupã, ela vem sendo desenvolvida desde 2010, promovendo saúde mental, física e social das pessoas na terceira idade da região, numa média de 55 alunos por semestre. O programa estimula as propriedades cognitivas, mentais, de saúde física e da capacidade motora por meio de atividades físicas, artesanato e promoção/realização pelos próprios idosos de culinária saudável; aulas de informática, o que reintegra e convida o idoso a se atualizar com a sociedade contemporânea; atividades em grupo para lazer, que estimulam o aprendizado e o entendimento de temas que envolvem as ações do dia-a-dia dos alunos, possibilitando uma grande integração e conexão entre os participantes. As atividades são realizadas com o apoio de 4 bolsistas vinculados à UNATI via PROEX/UNESP que organizam e monitoram as atividades e uma grande rede de voluntários da comunidade acadêmica: discentes que realizam aulas de informática; docentes e servidores técnico-administrativos da UNESP e pessoas da comunidade externa que auxiliam o programa com palestras e transmissão de conhecimento. Os relatos que coletamos são todos muito positivos: na identificação com as atividades, uma vez que os idosos mantêm uma frequência no programa; o interesse comum entre os idosos em buscar o conhecimento na informática, o que lhes permitiu a abertura de uma nova vida social e conexão com amigos e familiares – além de criar um círculo de convívio com outros idosos, com diferentes características sociais, econômicas e culturais. Em conclusão, destacamos a grande importância que a UNATI recebe pela comunidade externa à UNESP, bem como o trabalho frutífero de promoção da saúde mental e de reintegração social com a inclusão digital, atividades físicas e em grupo proporcionadas aos idosos.

Instituição de Ensino: Universidade Estadual Paulista

ISBN: 978-85-93416-00-2