



É com grande alegria que comunicamos o retorno das nossas atividades presenciais no Programa de Extensão “**Polo Interdisciplinar de Ensino, Pesquisa e Extensão sobre o Processo de Envelhecimento**”.

Este retorno será gradual, inicialmente, apenas **03 Projeto(s)** estão com período para inscrição e data de início já definidos, mas, teremos outras atividades presenciais esporádicas ainda este ano e retomaremos com outras mais frequentes no próximo semestre letivo [início do próximo ano (2023)].

### **Projeto com Inscrição aberta: “Idosos em Movimento GEPrIMMA” e “Intervenção em Idosos Referentes a Habilidades Sociais no Polo” e “Nutrição no envelhecer”**

**Inscrições:** 24 a 27 de outubro e, caso ainda haja vagas, 03 e 04 de novembro. (AS VAGAS SERÃO PREENCHIDAS PELA ORDEM DE INSCRIÇÃO)

**Local:** Casa Helenira Preta (Casa de Cultura) localizada na rua Severino Meireles, nº 260, Passos, Juiz de Fora – MG

**Horário:** das 07 às 19 horas

**Público-Alvo:** homens e mulheres acima de 60 anos moradores do município de Juiz de Fora – MG

**Documentos necessários no ato da inscrição:** Cópia de um documento de identificação com foto (preferencialmente a Carteira de Identidade) e 1 foto 3X4 recente.

## **INFORMAÇÕES SOBRE OS PROJETOS**

### **1- Projeto: Idosos em Movimento GEPrIMMA**

**Início:** **07 de novembro de 2022**

**Dias/Horários:** **Segundas e Quartas-feiras**

**Turma 1:** 8h às 8h45min

**Turma 2:** 8h50min às 9h35min

**Bolsista:** Natália Rubert Barros

**Vagas:** 20 vagas cada turma (40 vagas ao todo)

**Coordenador:** Luís Carlos Lira

Professor do Departamento de Ginástica e Arte Corporal -  
FAEFID/UFJF

Coordenador do Projeto de Extensão GINASTICAR

Vice-coordenador do Curso de Licenciatura em Educação Física EAD

Coordenador do Projeto de Extensão GEPrIMMA em Interface com a  
Pesquisa

### **2- Projeto: INTERVENÇÃO EM IDOSOS REFERENTES A HABILIDADES SOCIAIS NO POLO**

**Início:** 08 de novembro de 2022

**Dias/horários:** terça-feira 14:30h (quinzenalmente)

**Vagas:** 20 idosos(as)

**Coordenador:** RICARDO KAMIZAKI

Professor do Departamento de Psicologia do ICH

Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Processos Perceptuais e Cognitivos atuando principalmente nos seguintes temas: Avaliação Psicológica, Qualidade de vida em Idosos e Psicofísica Clínica e Social. Editor Geral da Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia no biênio 2014-2015. É representante da Psicologia no Órgão colegiado do Bacharelado Interdisciplinar desde 2012.

### 3 - "Nutrição no envelhecer"

**Início:** 19 de novembro de 2022

**Periodicidade:** Módulo I - 4 encontros as sextas feiras

**Datas:** 19/11, 26/11, 03/12 e 10/12 das 14:00 às 16:00hs.

**Vagas:** 12 idosos (pois terão prioridade os que haviam se inscrito para o Projeto no ano de 2020)

**Coordenadora:** Professora Ana Livia de Oliveira

Possui graduação em Nutrição pela Universidade Federal de Ouro Preto - UFOP (2004). Título de especialista em Nutrição Clínica pela Associação Brasileira de Nutrição - ASBRAN (2008). Especialização em Ciências Humanas e Saúde pela Universidade Federal de Juiz de Fora - UFJF (2008). Mestrado (2010) e doutorado em Saúde pela UFJF (2017). É professora adjunta do Departamento de Nutrição do Instituto de Ciências Biológicas da Universidade Federal de Juiz de Fora. Possui experiência em: docência, Nutrição em estomias Intestinais, câncer colorretal, prática clínica, oficinas culinárias, consultoria nutricional e Gestão em Unidades de Alimentação e Nutrição hospitalares.

### **Resumo:**

O Brasil passa por um rápido envelhecimento e isto significa aumento da população maior de 60 anos de idade. Essa população demanda profissionais especializados no seu atendimento. O projeto em questão está vigente desde 2014 é uma parceria com o Programa "Pólo Interdisciplinar de ensino, pesquisa e extensão sobre o processo de envelhecimento". Anteriormente o título deste projeto era: "Promoção do envelhecimento saudável em idosos frequentadores do Pólo de enriquecimento cultura.". É de fundamental importância o diálogo e a troca de saberes com os idosos, permitindo a troca de conhecimentos entre os estudantes do curso de nutrição e os participantes do Pólo. O projeto possibilita as atividades práticas dos discentes, bem como o aprimoramento teórico e metodológico. Fortalece os compromissos éticos e solidários da Universidade Pública Brasileira com a sociedade, na medida em que coloca o aluno em contato com o grupo alvo e suas histórias de vida. Assim possibilita o desenvolvimento de habilidades inerentes a profissão, além de promover melhorias quanto à nutrição e a qualidade de vida dos idosos atendidos. Os objetivos deste projeto são: Permitir a troca de conhecimentos e promover esclarecimentos entre os estudantes

de nutrição e Pólo Interdisciplinar de ensino, pesquisa e extensão sobre o processo de envelhecimento, construir alianças intersetoriais, interorganizacionais e interprofissionais. Promover a indissociabilidade entre pesquisa, ensino e extensão, dando oportunidade aos bolsistas e voluntários a atuarem nos pilares da graduação. Enriquecer as experiências discentes em termos teóricos e metodológicos, além de fortalecer os compromissos éticos e solidários da Universidade Pública brasileira. São atendidos a cada semestre, aproximadamente 30 alunos, frequentadores do Polo. Os idosos atendidos possuem condições sócias- econômicas e culturais variáveis, o que torna enriquecedor e desafiador o aprendizado para o estudante do curso de nutrição. As ações previstas neste projeto permeiam deste os esclarecimentos nutricionais quanto às ingestões de alimentos diários, relacionando-os as adequações fisiológicas necessárias ao idoso, preparação de receitas, oficinas culinárias e cultura alimentar. Para isto, serão desenvolvidas aulas, oficinas e materiais didáticos especializados para facilitar o aprendizado e aumentar o interesse do público-alvo. O projeto é desenvolvido no âmbito da Universidade Federal de Juiz de Fora na Casa Helenira Rezende (Helenira Preta), localizada no prédio adjacente à Casa de Cultura, na Avenida Barão do Rio Branco, 3.372, Centro, Juiz de Fora.

Esperamos que recebam essa notícia com a mesma alegria que nós!

Estela Saléh da Cunha – coordenadora do Programa de Extensão “Polo Interdisciplinar de ensino, pesquisa e extensão sobre o processo de envelhecimento”