

## PROJETO MÚLTIPLOS SABERES NA CONSTRUÇÃO DE UMA VIDA ATIVA PARA IDOSOS

**Débora Jardim Fernandes Prado; Hugo Siqueira Soares;  
Ingride Esther P. da Rocha; Ludmila Karen Nogueira Lang;  
Sarah Magalhães F. do Amaral  
Coordenadora: Eliana Crispim França Luquetti**

**Instituição  
Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro/UENF**

**Área da Extensão  
Terceira Idade**

**Resumo:** O Projeto Múltiplos Saberes na Construção de uma Vida Ativa para Idosos compõe, juntamente com outros três Projetos, o Programa de Extensão Terceira Idade em Ação que é desenvolvido pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro – UENF, que tem como proposta oferecer ações voltadas para pessoas com idade a partir de 55 anos do município de Campos dos Goytacazes e adjacências, a fim de contribuir para o envelhecimento ativo e saudável da população. O Projeto Múltiplos Saberes na Construção de uma Vida Ativa para Idosos tem como objetivo desenvolver ações que estimulem idosos à participação na vida social e cultural, pelo conhecimento de patrimônios culturais, acesso à cultura regional e universal e ao conhecimento socialmente acumulado com a transmissão dos saberes populares. As atividades são desenvolvidas através de oficinas de Dança e Atividades Culturais e de Lazer desenvolvidas através de passeios e viagens culturais, visitas a museus, confraternizações e festividades em datas comemorativas que são realizadas em datas pré-estabelecidas, dentro e fora do campus da UENF. Como resultados, espera-se que os idosos aumentem seus conhecimentos culturais, aumentem a sua autonomia, autoestima, integração, participação social e qualidade de vida.

**Palavras-chave:** Socialização; Cultura; Lazer.

**Instituição de Fomento:** PROEX/ UENF

Organização:

Apoio: