

PROJETO BEM VIVER NA TERCEIRA IDADE

**Elizabeth da Conceição Carvalho Nunes; Evandro Monteiro de Barros Junior;
Thaís Pacheco Soares; Ruth de Souza Braga Dias
Coordenadora: Rosalee Santos Crespo Istoe**

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

**Área da Extensão
Terceira Idade**

Resumo: O Projeto Bem Viver na Terceira Idade compõe, juntamente com outros três Projetos, o Programa de Extensão Terceira Idade em Ação, desenvolvido pela Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro – UENF, que tem como proposta atender 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 Bem Viver Na Terceira Idade tem como objetivo oferecer um espaço de assistência preventiva e intervenção psicossocial, utilizando como ferramentas terapêuticas a atividade artística e estímulos cognitivos, com a finalidade de promover: desenvolvimento pessoal, melhor qualidade de vida, superação de traumas e doenças emocionais. As atividades são desenvolvidas através de oficinas de Artes; Artesanatos; Memória e Cognição; e Saúde. Desenvolvidas através de aulas e encontros presenciais. Como resultados, espera-se que os idosos participantes apresentem redução da frequência ou intensidade dos sintomas depressivos, melhoria na qualidade do sono e da memória, que consequentemente contribuirão para o resgate da autoestima, confiança e melhor qualidade de vida.

Organização:

Apoio:

Palavras-chave: Educação. Saúde. Qualidade de Vida.

Instituição de Fomento: PROEX/UENF

Organização:

Apoio: