



MOSTRA
DE EXTENSÃO
XIII
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

"A nossa extensão permeando a sociedade
com consciência & conhecimento"



18ª SEMANA
NACIONAL DE
CIÊNCIA E
TECNOLOGIA

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Projeto Bem Viver na Terceira Idade



Bruno Siqueira Soares

Elizabeth da Conceição Carvalho

Evandro Monteiro de Barros Junior

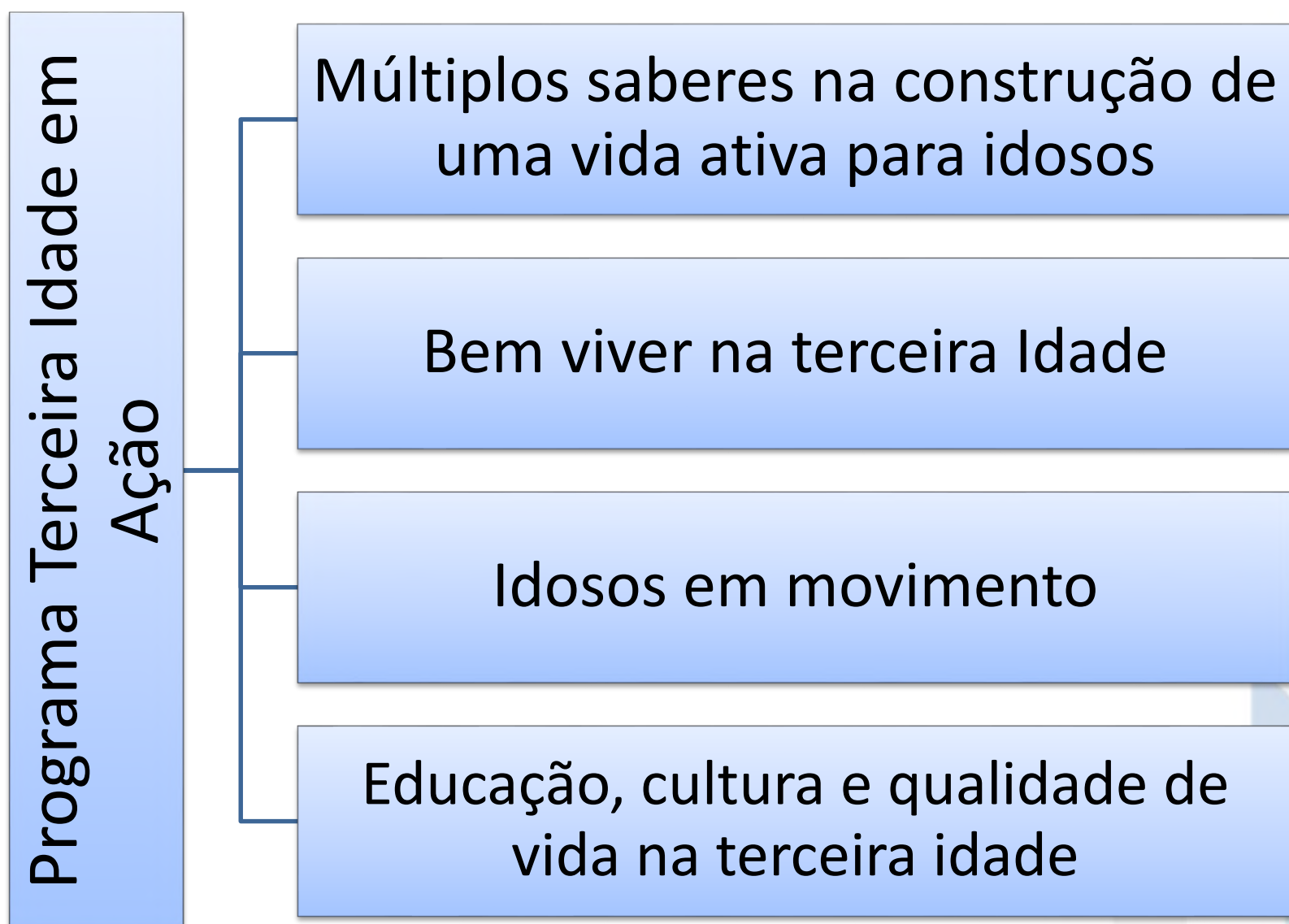
Ruth de Souza Braga Dias

Coordenadora: Rosalee Santos Crespo Istoe

UENF



Programa Terceira Idade em Ação





MOSTRA
DE EXTENSÃO
XIII
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

*"A nossa extensão permeando a sociedade
com consciência & conhecimento "*



18ª SEMANA
NACIONAL DE
**CIÊNCIA E
TECNOLOGIA**

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Objetivo

Proporcionar ao idoso (com idade a partir de 55 anos), um ambiente de atenção e cuidado, contribuindo para um envelhecimento saudável e ativo.

Período pandêmico

Ofertar um ambiente virtual propício para se trabalhar:

- Desenvolvimento pessoal;
- Enfrentamento e superação de traumas e doenças psicológicas;
- Aumento da qualidade de vida, manutenção e prevenção de estímulos físicos e cognitivos.





MOSTRA
DE EXTENSÃO
XIII
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

"A nossa extensão permeando a sociedade
com consciência & conhecimento "



18ª SEMANA
NACIONAL DE
CIÊNCIA E
TECNOLOGIA

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Projeto Bem Viver na Terceira Idade – Oficinas (On Line)



Espanhol



Artesanato



Direito do Idoso



Chá Terapia





MOSTRA DE EXTENSÃO XIII
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

"A nossa extensão permeando a sociedade com consciência & conhecimento"



18ª SEMANA NACIONAL DE CIÊNCIA E TECNOLOGIA

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA, TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Lives – Estratégia de ação durante a pandemia

OUTUBRO
Rosa

LIVE
28/10
Quarta-feira
16H

QUALIDADE DE VIDA E INFORMAÇÃO NA PREVENÇÃO AO CÂNCER DE MAMA

Medica Gustavo Santos Crespo
ONCOLOGISTA E OBSTETRA, MESTRANDO DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM COGNIÇÃO E LINGUAGEM/UENF

Thais Vasconcelos
ASSISTENTE SOCIAL DO PROGRAMA DA TERCEIRA IDADE-VIDA ATIVA/UENF

Prof. Dra. Rosalee S. Cresto Istoe
PROFESSORA DE PSICOLOGIA DA EDUCAÇÃO E DO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM COGNIÇÃO E LINGUAGEM/UENF, COORDENADORA DO PROGRAMA DA TERCEIRA IDADE/UENF

Juliette King
PSICÓLOGA DO PROGRAMA DA TERCEIRA IDADE-VIDA ATIVA/UENF

NO **GOOGLE MEET**

ORGANIZAÇÃO: UENF, COGNIÇÃO E LINGUAGEM, TERCEIRA IDADE NA UENF

UNIG APRESENTA:

DEPRESSÃO NOS IDOSOS

Uma palestra sobre como depressão afeta os idosos e que medidas podemos tomar.

12 DE MAIO DE 2021 | 09H
PELO GOOGLE MEET

UNIG, TERCEIRA IDADE NA UENF

UNIG

POLIFARMÁCIA

PALESTRA INFORMANDO QUAIS SÃO OS FATORES QUE INFLUENCIAM A POLIFARMACIA NOS IDOSOS

19 DE MAIO ÀS 9H NO MEET

TERCEIRA IDADE NA UENF

28 DE ABRIL DE 2021

Queda do Idoso & Atividade Física

ENCONTRO PELO GOOGLE MEET ÀS 9:00H

UNIG UNIVERSIDADE IGUAÇU, TERCEIRA IDADE NA UENF

UM PAPO SOBRE OS 10 ANOS DO PROGRAMA VIDA ATIVA NA UENF

Quarta-feira
19h

PROFA. ELJANA CRISPIM

PROF. GERSON TAVARES

PROF. CARLOS HENRIQUE MEDEIROS

PROFA. ROSALEE ISTOE

No **meet**

22 99876-4259

LIVE NO GOOGLE MEET

SETEMBRO AMARELO E TERCEIRA IDADE

Thais Vasconcelos
Assistente Social

Dra. Rosalee Istoe
Psicóloga

Ruth de Souza
Pos em Saúde Coletiva

ORGANIZAÇÃO: UENF, COGNIÇÃO E LINGUAGEM

TERÇA-FEIRA 29/09 - 16:00h

SONO, NUTRIÇÃO E ATIVIDADES COGNITIVAS: Bate papo sobre a importância da interrelação do sono, nutrição e atividades cognitivas na terceira idade em tempos de Pandemia.

Mediadoras
Rosalee Santos Crespo Istoe
Doutora em Psicologia, Professora do Curso de Mestrado e Doutorado em Cognição e Linguagem - UENF.

Fernanda Castro Manhães
Pós Doutora em Cognição e Linguagem, Diretora Acadêmica da FAMESC (Bom Jesus do Itabapoana).

Debateadores
Edvânia P. Dias
Graduada em Nutrição e Nutricionista do Programa Vida Ativa na UENF.

Luciano Neves Reis
Médico, especialista de sono e Mestrando em Cognição e Linguagem - UENF.

Alice Tammar
Graduada em Fisioterapia e Professora de Pilates do Programa Vida Ativa na UENF.

LIVE NA PLATAFORMA ZOOM
26/05 - Terça-feira - 16h

ORGANIZAÇÃO: UENF, COGNIÇÃO E LINGUAGEM

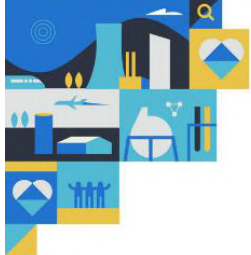
Direitos Dos Idosos

Uma palestra sobre direitos que todos os idosos deveriam conhecer.

9:00 DA MANHÃ | 14 DE ABRIL DE 2021
PELO GOOGLE MEET

Link de apresentação:

UNIG, TERCEIRA IDADE NA UENF



Ações e estratégias de equipe no período de pandemia

Estratégias

Técnicas de interação virtual com os idosos (ligações, whatsapp);
Aumento no número de assistência nas oficinas tecnológicas;
Manutenção de redes sociais com maior constância;
Ministração frequente de Lives temáticas;
Preparação da equipe para desenvolver oficinas on line e atuar de acordo com a demanda.

Distanciamento social;
Quadros de ansiedade e depressão;
Queda na autoestima;
Falta de habilidade com os recursos tecnológicos;
Limitação das relações sociais;

Desafios



MOSTRA
DE EXTENSÃO
XIII
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

"A nossa extensão permeando a sociedade
com consciência & conhecimento"



18ª SEMANA
NACIONAL DE
CIÊNCIA E
TECNOLOGIA

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Ferramentas utilizadas

Instagram: @uenfterceiraidade



Grupos de Whatsapp

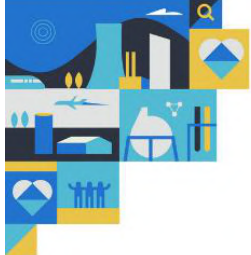


Google meet



Zoom





**MOSTRA
DE EXTENSÃO
XIII**
UENF
UFF
IFF
V UFRRJ

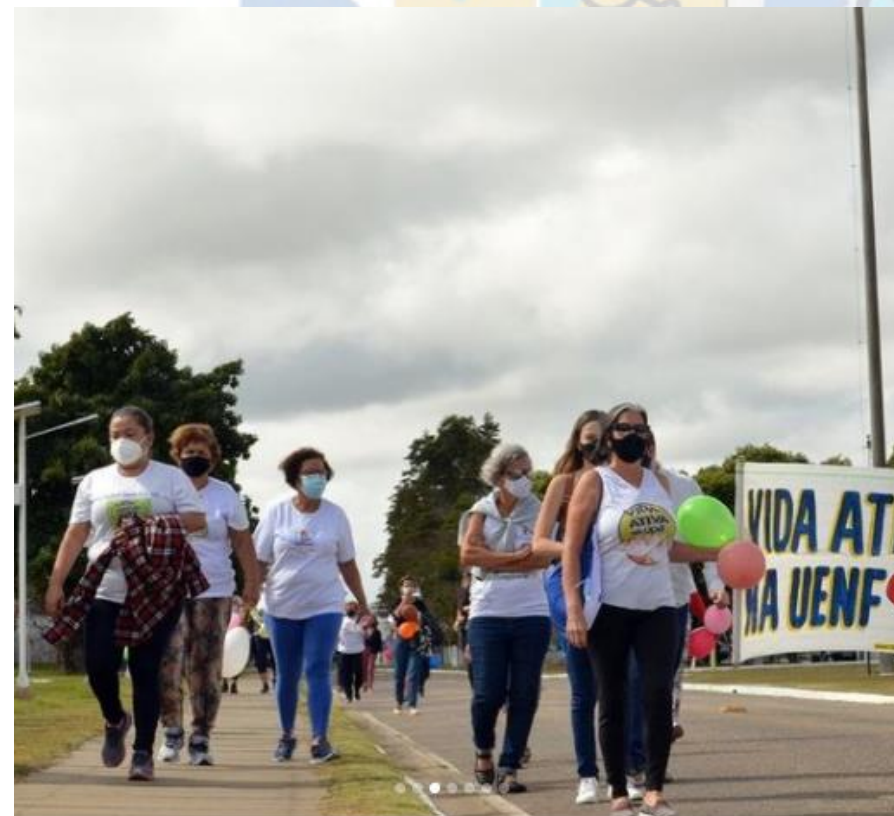
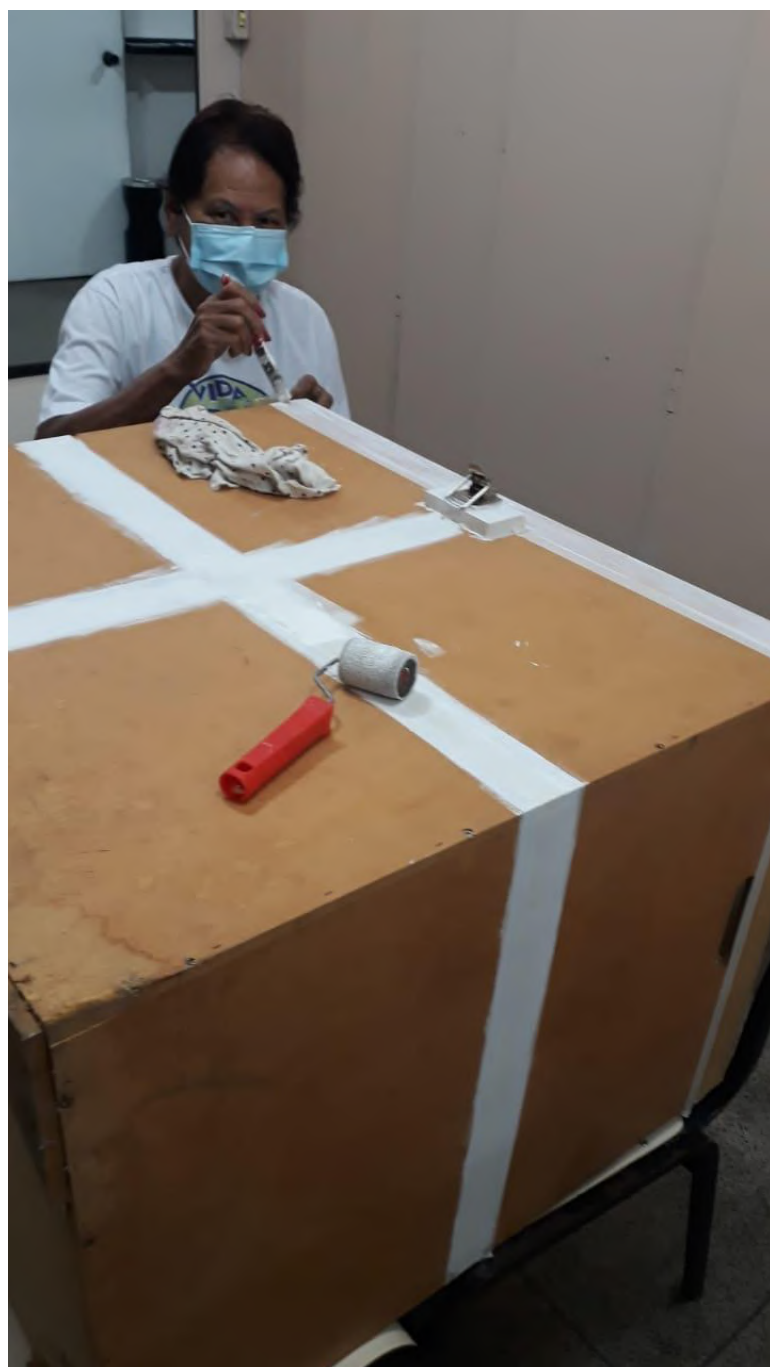
**"A nossa extensão permeando a sociedade
com consciência & conhecimento"**



**18ª SEMANA
NACIONAL DE
CIÊNCIA E
TECNOLOGIA**

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA

Retorno Presencial - 2021





Resultados

As estratégias desenvolvidas no início da pandemia permitiu a continuidade das atividades, mesmo que com outra modalidade, ajustes foram realizados e como resultado foi possível garantir a permanência no projeto de grande parte dos idosos e suas vidas continuaram sendo impactadas positivamente pelas ações do Programa de Extensão.

