

Memórias e Sustentabilidade: Construindo Qualidade de Vida na Terceira Idade

Wendel A. Souza¹, Eduardo J. S. Almeida¹, Aislaine O. Miranda¹, Milena L. P. Marques¹,
Manassés S. Silva^{1,2}

Colégio Estadual de Seabra de Tempo Integral (CES)
Av. Franklin de Queiroz, 0595, Centro, Seabra - BA
²Universidade Federal da Bahia (UFBA), Campus Salvador

wendelalcantaradesouza@gmail.com, eduardodejesusxp10@gmail.com,
aislainemiranda@gmail.com, milena.marques13@nova.educacao.ba.gov.br,
manasses.tec@gmail.com

A crescente preocupação com a preservação ambiental e a necessidade de promover práticas sustentáveis no cotidiano tornam essencial a inserção de ações educativas voltadas a diferentes faixas etárias, incluindo a terceira idade, grupo frequentemente subestimado em programas de educação ambiental. Partindo desse contexto, o presente trabalho justifica-se pela relevância de oferecer a estudantes da Universidade Aberta da Terceira Idade (UATI), da Universidade Estadual da Bahia (UNEB), campus Seabra, oportunidades de aprendizado ativo sobre temáticas ambientais, possibilitando reflexões práticas e construção de saberes alinhados à sustentabilidade. O objetivo central foi sensibilizar os participantes quanto à importância do consumo consciente, da preservação dos recursos naturais e da adoção de atitudes simples, mas transformadoras, em seu dia a dia. Como objetivos específicos, buscou-se promover o reaproveitamento criativo de materiais, incentivar o cultivo de hortas caseiras e valorizar a conexão entre meio ambiente, saúde e qualidade de vida. A metodologia adotada foi pautada em práticas ativas, por meio da realização de oficinas dinâmicas ministradas por estudantes do projeto “EcoSaberes: educação ambiental em ação”, desenvolvidas pelos alunos do primeiro e terceiro ano do Colégio Estadual de Seabra de Tempo Integral (CES). As atividades foram organizadas de modo a estimular a interação e a troca de experiências. Inicialmente, promoveu-se uma roda de conversa, na qual os estudantes da terceira idade puderam compartilhar percepções, histórias de vida e memórias ambientais, resgatando comparações entre o passado e as transformações ambientais e culturais vivenciadas ao longo dos anos. Em seguida, aplicou-se um jogo de “verdade ou falso” sobre questões ambientais, que possibilitou a fixação lúdica dos conteúdos apresentados e incentivou a reflexão crítica. Posteriormente, realizou-se um momento de desenhos e pinturas, em que os participantes expressaram, por meio de representações artísticas, temas ligados à preservação da natureza e às práticas sustentáveis, demonstrando grande envolvimento criativo. Entre os assuntos abordados destacaram-se: dicas para evitar o desperdício de alimentos e embalagens; formas de reduzir o lixo doméstico; importância do uso racional da água e da energia; valorização de alimentos locais e da estação; impactos das mudanças climáticas no cotidiano; e benefícios de atividades de contato direto com a natureza, como caminhadas ecológicas em praças e parques. Os principais resultados revelaram uma participação ativa e entusiasmada dos 20 estudantes da terceira idade, que demonstraram interesse em aplicar os conhecimentos no cotidiano, especialmente nas práticas de separação correta de resíduos, no uso consciente da água e no cultivo de pequenas hortas em casa. Além disso, observou-se que as oficinas possibilitaram o fortalecimento do sentimento de pertencimento socioambiental e contribuíram para a promoção da autoestima dos participantes, ao reconhecerem-se como agentes de transformação em suas comunidades. Conclui-se que a experiência foi significativa não apenas pelo aprendizado teórico, mas também pela vivência prática, que reforçou

a conexão entre meio ambiente, qualidade de vida e bem-estar na terceira idade. Assim, o trabalho evidencia o potencial da educação ambiental como ferramenta inclusiva, capaz de promover mudanças de atitude, valorizar saberes intergeracionais e estimular práticas sustentáveis em diferentes contextos sociais e etários.

Palavras-chave: sustentabilidade; oficinas educativas; qualidade de vida.