



INSTITUTO FEDERAL
Paraíba
Pró-Reitoria de Extensão e Cultura



ENEX 2024
7º ENCONTRO DE
EXTENSÃO E CULTURA DO IFPB

"COMPARTILHANDO SABERES E GERANDO CONHECIMENTO:
O DIÁLOGO COMO PRINCÍPIO DEMOCRÁTICO
DE TRANSFORMAÇÃO DA REALIDADE"



PRÁTICAS INTERDISCIPLINARES VISANDO A PROMOÇÃO DE UMA VIDA SAUDÁVEL PARA AS PESSOAS IDOSAS DO NÚCLEO AINDA É TEMPO DE VIVER

Beatriz Alves de Sousa
Ana Cecília Tomás Vasconcelos
Ana Francisca Leite Malvino

IFPB - Reitoria
Beatriz.alves@ifpb.edu.br
IFPB - Campus João Pessoa
ana.tomas@academico.ifpb.edu.br
IFPB - Campus Itaporanga
ana.malvino@academico.ifpb.edu.br

Resumo: Apresenta ações que estão sendo desenvolvidas no Núcleo ainda é tempo de viver mediante a execução do projeto “Práticas interdisciplinares visando a promoção de uma vida saudável para as pessoas idosas do núcleo ainda é tempo de viver” que tem como objetivo a promoção de uma vida saudável para as pessoas idosas do referido Núcleo, por meio de oficinas de trabalhos manuais, oficinas de culinária, oficinas de memórias, rodas de conversas e ações intelectuais e culturais, que buscam infundir a interação social. o sentimento de utilidade, de valorização e o empoderamento dessas pessoas. Logo, a partir da metodologia proposta é perceptível que o desenvolvimento de ações que leva as pessoas idosas a melhorar suas habilidades funcionais, a adquirir hábitos saudáveis, a estimular a capacidade cognitiva e que também, promova o engajamento social influenciam diretamente no bem-estar e na qualidade de vida dessas pessoas. Assim, compreendemos que as atividades que estão sendo realizadas no núcleo em questão, através desse projeto, se configuram como de extrema importância para as pessoas idosas beneficiárias, medida que, essas se sentem acolhidas, valorizadas e inclusas socialmente o que lhes garantem dignidade, cidadania, bem como, uma melhoria na saúde funcional, emocional e mental.

Palavras-chave: idosos; vida saudável; qualidade de vida; Núcleo ainda é tempo de viver.

Agradecimento: Pró-reitoria de Extensão e Cultura IFPB

