



**UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE – UFF
ESCOLA DE ENFERMAGEM AURORA DE AFONSO COSTA
MESTRADO PROFISSIONAL EM ENSINO NA SAÚDE -
FORMAÇÃO DOCENTE INTERDISCIPLINAR NO SUS**

**TÍTULO: FOLDER PARA DIVULGAÇÃO DA GINÁSTICA LABORAL:
“CÍRCULO DE CONVIVÊNCIA LABORAL”**

Adriana C.M. Fernandes, Elaine A. Cortez, Marcos P. F. Corvino

Este Folder da **GINÁSTICA LABORAL: “CÍRCULO DE CONVIVÊNCIA LABORAL”** foi elaborado durante o Mestrado Profissional Ensino na Saúde (MPES) na Universidade federal Fluminense (UFF) do Rio de Janeiro, Brasil, como um dos produtos do trabalho de conclusão de curso. Ele foi apresentado nas escolas que ainda não realizam os encontros, com a finalidade de divulgar a atividade entre seus funcionários e convidá-los a participarem dos encontros. Demais informações, vide trabalho de conclusão de curso da UFF.

Palavras chave: Docentes; Trabalhadores; Educação continuada; Qualidade de vida; Promoção da saúde.

Linha de Pesquisa: Educação Permanente.

PARTICIPEM TRABALHADORES!!!!

Ginástica Laboral: "Círculo de convivência laboral"

Entende-se que nesses círculos de convivência, há uma grande possibilidade de obter o conhecimento para discussões da temática qualidade de vida no envelhecimento, nas etapas da vida. Com isso, foi utilizado o mapa conceitual, uma ferramenta para aprendizagem significativa, com a intenção de elucidar, significar e exemplificar as importantes interações dessa temática, com o olhar interdisciplinar, através do professor de Educação Física, contribuindo para qualidade de vida desses trabalhadores. Tendo como referencial teórico a Política Nacional da Educação Permanente em Saúde (PNEPS) e Paulo Freire.

MAPA CONCEITUAL

Responsável: Profa. Adriana Fernandes - Tel.: (21) 98887-3544
e-mail: terapeuta.adriana@outlook.com

Local: Centro de idiomas e informática.

" A educação permanente em saúde se apoia no ensino problematizador, onde o aprendizado se dá nas experiências e vivências do cotidiano no serviço, possibilitando sua transformação" (CECCIM e FERLA, 2015)

" O envelhecimento não se encontra só na velhice, ele está presente em todas as fases da vida, inicia-se no útero e finaliza no túmulo" (SANTIN, 2010)

"Os homens se libertam em comunhão, por isso a importância da se estar em grupos" (FREIRE, 2010)

Frete do folder. Fonte: Elaboração Própria

Verso folder. Fonte: Elaboração Própria

O material dos Sete hábitos de qualidade de vida nas etapas do envelhecimento foi produzido para circular via whatsApp, em celular, nos grupos formados por professores e servidores, e postados semanalmente aos servidores para lembrar os encontros e aumentar o acesso dos mesmos.

7 HÁBITOS DE QUALIDADE DE VIDA NAS ETAPAS DO ENVELHECIMENTO

Educação

Prevenção e promoção a saúde

Educação permanente

Exercício Físico

Meditação

Terapia Psicologia

Alimentação

Sete hábitos Q.V. nas etapas do envelhecimento. Fonte: Elaboração Própria.