

## **Após 2 anos, Universidade Aberta da Terceira Idade retoma atividades em S.Caetano**

---

Beatriz Gomes

Depois de dois anos de pandemia, a UniMais (Universidade Aberta da Terceira Idade) retoma as atividades na próxima terça-feira (02). A iniciativa faz parte de uma política pública chamada envelhecimento ativo, apresentada pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e adotada por vários países. Em entrevista ao RDtv, a fisioterapeuta e coordenadora da Pós-Graduação stricto sensu em Ensino em Saúde da USCS (Universidade de São Caetano do Sul), Rosamaria Rodrigues Garcia, explica que a UniMais proporciona acesso as oportunidades dos quatro pilares do envelhecimento ativo, como aprendizagem, participação social, segurança e saúde.

Lucila Lorenzini, coordenadora da Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade) da Prefeitura de São Caetano, explica que, como maneira de prevenção, as portas da UniMais ficaram fechadas por conta da pandemia, mas com a retomada das atividades, foi possível voltar às aulas. “Os alunos estão aguardando ansiosamente para o dia 02 de agosto, isto porque além dos novos estudantes, os veteranos irão voltar ao ritmo normal de aprendizado”, ressalta Lucila.

Neste ano, foram feitas 250 inscrições, entre veteranos e novos alunos. Rosamaria esclarece que, a universidade optou por não incluir mais alunos por uma questão de segurança. “Nos preocupamos muito com os nossos estudantes, sempre presamos pela proteção deles e queremos que eles assistam as aulas com tranquilidade, sem correr nenhum risco”, diz a fisioterapeuta.

A especialista expõe ainda que o curso terá novidades, entre elas, a valorização do protagonismo da pessoa idosa, com a produção de materiais, vídeos, atividades educativas, exposições, entre outras atividades, que valorizem os talentos dos alunos, que muitas vezes ficam guardados e esquecidos. “Outra coisa que não podemos deixar de fora na nossa programação é inclusão digital e das redes sociais, para que eles possam se comunicar melhor e também, saber um pouco mais sobre os riscos que existem na internet, como também as facilidades”, relata

Rosamaria.

Para se inscrever é preciso ter acima de 50 anos, 1 cópia do RG, 1 cópia do CPF, 1 cópia do Comprovante de Residência e duas fotos 3x4. O programa é estruturado para atender semanalmente, às terças e quintas-feiras, das 14h às 17h.

As disciplinas oferecidas abordam os seguintes temas:

- Música e Saúde
- Pilates
- Corpo e Equilíbrio
- Segurança e Qualidade de Vida
- Nutrição
- Motivação e Comportamento
- Informática
- Teatro
- Criatividade
- Oficinas de Expressão Oral
- Oficinas de Arte e Cultura
- Oficinas de Dança
- Turismo
- Workshop: Saúde e Qualidade de Vida

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3131951/apos-2-anos-universidade-aberta-da-terceira-idade-retoma-atividades-em-s-caetano/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site Repórter Diário - Santo André/SP

**Seção:** Educação