

PROJETO "REVIVER AFUEM" DE LAZER E QUALIDADE DE VIDA

Renata Ester Donatti Secorun; Dennis Kira Shinai; Tânia de Cássia Catânio; Rodrigo Luciano Dias Cavaliere
CESUMAR - Centro Universitário de Maringá, Maringá - Paraná

Giuliano Gomes de Assis Pimentel (Orientador)
CESUMAR - Centro Universitário de Maringá, Maringá - Paraná

Entre outras constatações, as atividades realizadas no tempo livre contribuem para a formação de laços de amizade entre as pessoas, melhorando seu convívio social. Pessoas que se divertem juntas, acabam compartilhando idéias e valores. Em complemento, a atividade física de lazer (todo exercício corporal que se busca no tempo livre) é vista como um momento, dentre outras oportunidades, para cuidar de si, na perspectiva da qualidade de vida. Considerando tal pressuposto, o projeto de extensão intitulado "REVIVER AFUEM" (protocolo n. ° 041/02 CESUMAR) vem, desde o primeiro semestre de 2002, sendo desenvolvido na Sede Social da Associação dos Funcionários da Universidade Estadual de Maringá (AFUEM), com o objetivo de contribuir para melhor qualidade de vida dos associados e seus dependentes, além da comunidade em geral. Dentre as estratégias de intervenção no espaço de lazer da AFUEM, estruturou-se: a) eventos recreativos de lazer (recreação para as mães, festa junina, bingo, tardes recreativas e murais); e b) atividades permanentes (musculação, ginástica localizada, natação e hidroginástica). Todas as atividades foram desenvolvidas por acadêmicos do curso de Educação Física do Centro Universitário de Maringá, sob orientação profissional. Através deste projeto, como destaque, foi possibilitada a construção da academia de musculação para atender diariamente os associados e a comunidade. Conforme registros da associação, após a implantação do projeto, ocorreu aumento do fluxo de pessoas que freqüentam diariamente a Sede Social da AFUEM. Conclui-se que a realização deste tipo de projeto ligado aos interesses culturais no lazer dos associados é uma maneira de proporcionar atividades que contribuam para o desenvolvimento global do indivíduo, pois trabalham com aspectos diferenciados do ser humano (físico, social, afetivo e intelectual), componentes importantíssimos na busca pela qualidade de vida da maioria pessoas.

renata_ester@hotmail.com; giuliano@cesumar.br