

## **ATIVIDADES EXTENSIONISTAS**

### **Proposta de Tema / Relatório Final**

#### **Curso**

- ( ) Bacharelado em Engenharia da Computação
- ( ) Bacharelado em Engenharia de Software
- ( x ) CST em Análise e Desenvolvimento de Sistemas
- ( ) CST em Banco de Dados
- ( ) CST em Ciência de Dados
- ( ) CST em Desenvolvimento Mobile
- ( ) CST em Gestão da Tecnologia da Informação
- ( ) CST em Jogos Digitais
- ( ) CST em Redes de Computadores

#### **Disciplina**

- ( x ) Atividade Extensionista I: Tecnologia Aplicada à Inclusão Digital – Levantamento
- ( ) Atividade Extensionista II: Tecnologia Aplicada à Inclusão Digital – Projeto
- ( ) Atividade Extensionista III: Tecnologia Aplicada à Inclusão Digital – Análise
- ( ) Atividade Extensionista IV: Tecnologia Aplicada à Inclusão Digital – Implementação

#### **Etapa**

- ( ) Validação da proposta
- ( x ) Trabalho final

## **Aluno(s) e RU(s)**

<b>Aluno</b>	<b>RU</b>
GUILHERME CANDIDO SANTOS	4332546

## **Título**

**Mentoria Tech para a Terceira Idade: Conectando Gerações**

## **Setor de Aplicação**

- I. Comunidades carentes: O projeto pode ser implementado em comunidades de baixa renda, proporcionando acesso à tecnologia e promovendo a inclusão digital entre os idosos dessas comunidades. Isso ajudaria a diminuir a exclusão digital e a capacitar os idosos para se conectarem e aproveitarem os benefícios do mundo digital.
- II. Casas de apoio a idosos: O projeto pode ser aplicado em casas de apoio a idosos, oferecendo mentoria tecnológica para os residentes. Essa abordagem forneceria aos idosos a oportunidade de aprender sobre tecnologia, melhorar sua qualidade de vida e manter-se conectados com suas famílias e amigos.
- III. Escolas: O projeto pode ser implementado em escolas, envolvendo tanto os estudantes como os idosos da comunidade. Os estudantes atuariam como mentores, proporcionando aprendizagem tecnológica aos idosos, enquanto os idosos compartilhariam suas experiências de vida. Essa colaboração intergeracional traria benefícios para ambos os grupos e criaria um ambiente de aprendizado enriquecedor.

## **Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS)**

- ( ) 01. Erradicação da pobreza
- ( ) 02. Fome zero e agricultura sustentável
- ( ) 03. Saúde e bem-estar
- (x) 04. Educação de qualidade

- 
- ( ) 05. Igualdade de gênero
  - ( ) 06. Água potável e saneamento
  - ( ) 07. Energia limpa e acessível
  - ( ) 08. Trabalho decente e crescimento econômico
  - ( ) 09. Indústria, inovação e infraestrutura
  - (x) 10. Redução das desigualdades
  - ( ) 11. Cidades e comunidades sustentáveis
  - ( ) 12. Consumo e produção responsáveis
  - ( ) 13. Ação contra a mudança global do clima
  - ( ) 14. Vida na água
  - ( ) 15. Vida terrestre
  - ( ) 16. Paz, justiça e instituições eficazes
  - (x) 17. Parcerias e meios de implementação

## **Objetivos**

- I. Capacitar os idosos em habilidades tecnológicas: Promover a aprendizagem e o domínio de dispositivos eletrônicos, redes sociais e aplicativos pelos idosos, permitindo que eles utilizem essas ferramentas de forma autônoma e confiante.
- II. Promover a inclusão digital e social dos idosos: Reduzir a exclusão digital enfrentada pelos idosos de comunidades carentes, proporcionando-lhes acesso às oportunidades e benefícios da era digital. Isso inclui o uso de tecnologia para comunicação, acesso a informações, serviços online e participação ativa na sociedade.
- III. Estimular a interação intergeracional e a troca de conhecimentos: Criar um ambiente de aprendizado colaborativo, onde os idosos possam compartilhar suas experiências de vida e os mentores possam fornecer conhecimentos tecnológicos. Incentivar a aproximação entre gerações, promovendo a compreensão mútua, a valorização das habilidades de cada grupo e o fortalecimento dos laços comunitários.

## Metodologia



## Resultados Esperados/Obtidos

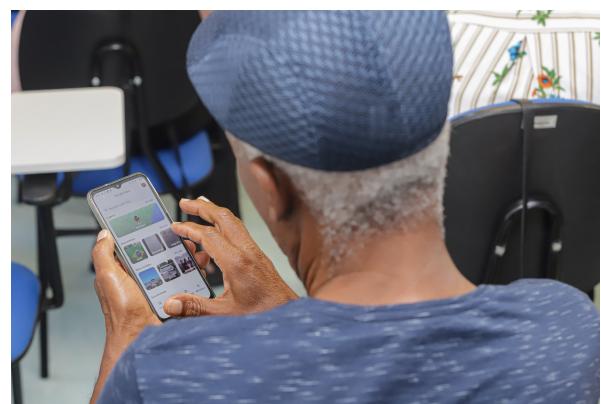
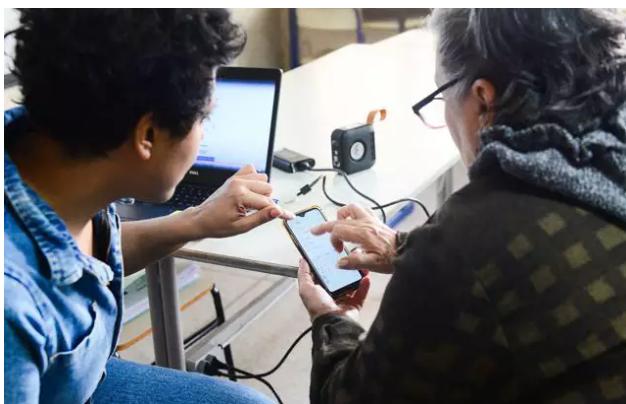
### Resultados Esperados:

- Idosos mais tecnologicamente alfabetizados: Espera-se que os idosos desenvolvam uma compreensão mais sólida dos conceitos básicos de tecnologia e ganhem confiança para usar dispositivos e aplicativos.
- Redução do Isolamento Social: O projeto pode ajudar a reduzir o isolamento social entre os idosos, pois eles podem usar a tecnologia para se conectar com familiares, amigos e comunidade online.
- Fortalecimento das Habilidades de Comunicação: Os mentores aprenderão a comunicar de maneira eficaz com a terceira idade, aprimorando suas habilidades interpessoais e de ensino.
- Empoderamento dos Idosos: Espera-se que os idosos se sintam empoderados ao adquirir novas habilidades tecnológicas, o que pode melhorar sua independência e qualidade de vida.
- Relações Intergeracionais Fortalecidas: O projeto promoverá o estabelecimento de relações positivas entre as gerações, com mentores e idosos aprendendo uns com os outros.
- Acesso a Serviços e Informações Online: Os idosos terão mais acesso a serviços públicos, informações de saúde e outros recursos online.

- Melhoria na Saúde Mental: O uso da tecnologia para a interação social e a aprendizagem pode contribuir para a melhoria da saúde mental dos idosos, reduzindo o risco de depressão e solidão.

## **Resultados Obtidos**

- Aumento da Proficiência em Tecnologia: Após a mentoria, os idosos demonstraram uma melhoria significativa em sua proficiência em tecnologia, conseguindo realizar tarefas como videochamadas, envio de e-mails e uso de aplicativos de redes sociais.
- Redução no Isolamento Social: Os idosos relataram que se sentem menos isolados desde que começaram a participar do programa, graças à capacidade de se conectar virtualmente com outras pessoas.
- Feedback Positivo dos Participantes: Tanto mentores quanto idosos deram feedback positivo sobre a experiência de mentoria, expressando satisfação com os resultados alcançados e o fortalecimento das relações intergeracionais.
- Aumento no Uso de Serviços Online: Observou-se um aumento significativo no uso de serviços online entre os idosos, incluindo consultas médicas virtuais, compras online e acesso a informações educacionais.
- Melhoria da Autoestima e Bem-Estar: Muitos idosos relataram uma melhoria na autoestima e no bem-estar emocional, atribuindo isso à sensação de realização ao aprender e usar a tecnologia.



## **Considerações Finais**

1. Importância da Adaptação às Necessidades Individuais: Um dos principais aprendizados foi a importância de adaptar o programa de mentoria às necessidades individuais dos idosos. Cada idoso tem um nível diferente de proficiência em tecnologia e interesses variados, e foi fundamental personalizar os planos de mentoria para atender a essas diferenças. Isso exigiu flexibilidade por parte dos mentores e a capacidade de ajustar as abordagens de ensino conforme necessário.
2. Impacto das Relações Intergeracionais: O projeto destacou o poder das relações intergeracionais. Além do aprendizado tecnológico, os mentores e idosos desenvolveram vínculos significativos ao longo do programa. Isso proporcionou um ambiente de apoio emocional, onde os idosos se sentiram à vontade para fazer perguntas e compartilhar suas experiências de vida, e os mentores aprenderam a valorizar a sabedoria e a história dos mais velhos.
3. Necessidade de Suporte Contínuo: Um aprendizado importante foi a importância de oferecer suporte contínuo aos idosos após o término formal do programa. Muitos idosos continuaram a utilizar a tecnologia e a manter contato com seus mentores mesmo após o encerramento oficial do projeto. Isso ressalta a necessidade de manter canais de suporte disponíveis para os idosos à medida que continuam a explorar a tecnologia.