**DADOS DO ALUNO:**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Aluno: [Nome completo] | | | | | | | | | | |
| Helen Kerin de Oliveira Santos | | | | | | | | | | |
| RA: [Número do RA do aluno] | | | | | | | | | | |
| 3774550202 | | | | | | | | | | |
| POLO / UNIDADE: | | | | | | | | | | |
| CAMPINAS/SP – OURO VERDE | | | | | | | | | | |
| CURSO: | | | | | | | | | | |
| **CST EM DESIGN DE MODA** | | | | | | | | | | |
| COMPONENTE CURRICULAR: | | | | | | | | | | |
| **PROJETO DE EXTENSÃO I - DESIGN DE MODA** | | | | | | | | | | |
| PROGRAMA DE EXTENSÃO: | | | | | | | | | | |
| **PROGRAMA DE CONTEXTO À COMUNIDADE.** | | | | | | | | | | |
|  | | | | | | | | | | |
| FINALIDADE E MOTIVAÇÃO: | | | | | | | | | | |
| O Programa de Contexto à Comunidade para a extensão do curso de Tecnologia em Design de Moda, busca o desenvolvimento de competências e soft skills por parte dos alunos no âmbito de sua interação junto à comunidade. Ao identificar as necessidades de seu entorno, os alunos poderão efetuar ações que trazem apoio para a comunidade e contribuem para a difusão do ensino. Os locais que poderão contemplar esse projeto são: ONGs, Centros Culturais, Prefeitura, Associações de Bairros, Associações Comerciais, Escolas e diversos Órgãos Públicos. | | | | | | | | | | |
| COMPETÊNCIAS: | | | | | | | | | | |
| I - Conceber produtos e serviços de moda, estabelecendo conexões entre os conhecimentos histórico-artísticos e considerando os aspectos estéticos, culturais, sociais e simbólicos;  II - Realizar e aplicar pesquisas de tendências, de mercado, de materiais, de processos e de tecnologias nos diversos segmentos da moda;  III - Criar e desenvolver produtos de moda viáveis, de acordo com a metodologia projetual de design e de moda. | | | | | | | | | | |
| PERFIL DO EGRESSO: | | | | | | | | | | |
| O perfil do egresso do curso de Tecnologia em Moda idealizado pela IES busca incentivar uma formação crítica, generalista, reflexiva, humanística, propositiva e dinâmica, comprometida com os desafios da sociedade contemporânea no âmbito do mercado da moda. Sendo capaz de identificar as necessidades da comunidade e desenvolver ações, pesquisas e criação dentro de sua área de atuação. | | | | | | | | | | |
| SOFT SKILLS (COMPETÊNCIAS SOCIOEMOCIONAIS): | | | | | | | | | | |
| Análise e resolução de problemas Flexibilidade e adaptação Comunicação Interpessoal | | | | | | | | | | |
| OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM: | | | | | | | | | | |
| Os objetivos da extensão do curso de Tecnologia em Design de Moda vinculados ao Programa de Contexto à Comunidade buscam contribuir com disseminação do saber e da cultura em uma troca com a comunidade locorregional. Preparando o egresso para uma atuação global, focado no mercado de trabalho e atuante junto a comunidade. | | | | | | | | | | |
| CONTEÚDOS: | | | | | | | | | | |
| I - Elementos (cor, textura, linha, silhueta e forma) e princípios do design (repetição, gradação, equilíbrio, contraste, proporção, ritmo, harmonia e radiação);  II - Pesquisa de tendências, de comportamento de consumo e de tema de coleção;  III - Marketing de moda: comportamento do consumidor, elementos constitutivos do sistema mercadológico, pesquisa de mercado e segmentação de mercado. | | | | | | | | | | |
| INDICAÇÕES BIBLIOGRÁFICAS: | | | | | | | | | | |
| ABLING, Bina; MAGGIO, Kathleen. Moulage, modelagem e desenho: prática integrada. São Paulo: Bookman, 2014.  FRINGS, Gini Stephens. Moda: do conceito ao consumidor. 9. ed. Porto Alegre: Bookman, 2012.  ROCHA, Marcos; OLIVEIRA, Sérgio Luís Ignacio de. Gestão estratégica de marca. São Paulo: Saraiva, 2017. | | | | | | | | | | |
| **RELATÓRIO FINAL:** | | | | | | | | | | |
| Aluno e Aluna, após realizar suas atividades de extensão, é necessário que você o formalize, **enviando esse Relatório Final para ser avaliado junto ao seu Ambiente Virtual (AVA)** e também para você poder comprovar sua atuação.  Para o preenchimento, busque as anotações junto ao TEMPLATE PCDA para auxiliar na apresentação das atividades desenvolvidas.  Todos os campos são de preenchimento obrigatório! | | | | | | | | | | |
| **DESCRIÇÃO DA AÇÃO COM RESULTADOS ALCANÇADOS** | | | | | | | | | | |
| Metas dos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) aderentes a este projeto:  **CAMPO OBRIGATÓRIO – busque no seu Template PDCA quais Metas você selecionou como aderentes ao seu projeto, conforme cada Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Organização das Nações Unidas (ONU) que você explorou no seu planejamento.**  **Liste as Metas selecionadas (pelo menos uma opção):** | | | | | | | | | | |
| ODS 4 - Educação de Qualidade Meta 4.4: Até 2030, aumentar substancialmente o número de jovens e adultos com competências relevantes, incluindo competências técnicas e profissionais, para o emprego, o trabalho decente e o empreendedorismo. Aderência: O projeto proporciona aos alunos o desenvolvimento de competências profissionais no setor de moda, preparando-os para o mercado de trabalho e estimulando o empreendedorismo. | | | | | | | | | | |
| Local de realização da atividade extensionista: | | | | | | | | | | |
| O local de realização da atividade extensionista será no **SAI - Serviço de Acolhimento Institucional Para Pessoas Idosas "Abrigo"**, localizado na **Av. Eng. Antônio Francisco de Paula Souza, 2940 - Jardim São Vicente, Campinas - SP, 13044-502** | | | | | | | | | | |
| Durante a ação: | | | | | | | | | | |
| **Objetivo**: As "Oficinas de Moda e Bem-Estar para Idosas" têm como propósito proporcionar um espaço criativo onde as idosas possam aprender sobre moda e desenvolver suas habilidades manuais. Através da confecção e customização de roupas, as participantes não apenas se atualizam sobre tendências, mas também experimentam melhorias em sua saúde psicológica e motora. Ao se tornarem suas próprias "manequins", as idosas terão a oportunidade de expressar sua individualidade e fortalecer sua autoestima.  **Metodologia**: A ação será estruturada em quatro oficinas, cada uma com um enfoque diferente:   1. **Introdução à Moda e Estilo Pessoal**: As participantes serão apresentadas a conceitos de moda e tendências adaptadas à sua realidade, promovendo uma reflexão sobre como a moda pode influenciar seu bem-estar. 2. **Costura e Criação de Roupas**: Através de atividades práticas de costura, as idosas aprenderão técnicas simples que as capacitarão a criar e personalizar suas próprias roupas, melhorando sua coordenação motora. 3. **Autocuidado e Estilo**: As participantes atuarão como "manequins" de suas criações, promovendo uma experiência que reforça a aceitação corporal e o autocuidado, ao mesmo tempo em que se divertem. 4. **Moda como Expressão Pessoal e Bem-Estar Mental**: Essa oficina incentivará a reflexão sobre a moda como uma ferramenta de expressão pessoal e autocuidado, promovendo um ambiente de apoio e troca entre as participantes.   **Resultados Esperados**: Ao final das oficinas, espera-se que as idosas tenham aprimorado suas habilidades motoras e criativas, aumentando sua confiança e autoestima. Além disso, a interação social durante as atividades contribuirá para um sentimento de pertencimento e integração, essencial para a qualidade de vida na terceira idade. Essa ação está alinhada com o ODS 4 - Educação de Qualidade, que visa aumentar as competências e habilidades da população idosa, promovendo um envelhecimento ativo e saudável. | | | | | | | | | | |
| Caso necessário, houve mudança de estratégia para alcançar o resultado: | | | | | | | | | | |
| Durante a execução das "Oficinas de Moda e Bem-Estar para Idosas", algumas mudanças de estratégia foram implementadas para otimizar os resultados e garantir uma experiência mais enriquecedora para as participantes:   1. **Adaptação do Conteúdo**: Inicialmente, o plano era abordar uma variedade de tendências de moda, mas, após as primeiras interações, ficou claro que as idosas se beneficiariam mais de um foco em estilos clássicos e confortáveis, que se alinham melhor com suas preferências pessoais. Assim, o conteúdo das oficinas foi adaptado para incluir mais dicas práticas sobre como usar peças do vestuário que valorizem a individualidade de cada uma. 2. **Flexibilidade nas Atividades**: Algumas idosas apresentaram limitações motoras que dificultaram a realização de certas técnicas de costura. Para atender a essa necessidade, as oficinas foram adaptadas para incluir atividades de customização que exigissem menos esforço físico, como aplicação de patches e pintura em tecido, garantindo que todas pudessem participar ativamente. 3. **Integração de Elementos de Saúde Mental**: Para abordar o bem-estar psicológico, foram incluídas breves sessões de discussão sobre autoestima e aceitação durante as oficinas. As facilitadoras criaram um ambiente seguro para que as participantes compartilhassem suas experiências e desafios, promovendo um apoio mútuo que fortaleceu os laços entre elas. 4. **Feedback Contínuo**: Uma estratégia de coleta de feedback foi implementada, onde as idosas puderam expressar suas opiniões após cada oficina. Isso permitiu ajustes imediatos e aumentou o engajamento, fazendo com que as participantes se sentissem valorizadas e ouvidas. 5. **Envolvimento das Famílias**: Para fortalecer a relação das idosas com suas famílias e a comunidade, foi realizada uma exposição ao final das oficinas, onde familiares foram convidados a assistir ao desfile das criações. Essa interação proporcionou um reconhecimento das habilidades adquiridas pelas idosas e incentivou a participação familiar nas atividades futuras. | | | | | | | | | | |
| Resultado da ação: | | | | | | | | | | |
| As "Oficinas de Moda e Bem-Estar para Idosas" alcançaram resultados significativos, tanto em termos de habilidades adquiridas quanto de impacto emocional nas participantes. A seguir, estão os principais resultados observados:   1. **Desenvolvimento de Habilidades**: As participantes aprimoraram suas habilidades de costura e customização, demonstrando maior confiança ao manusear ferramentas de costura. A maioria conseguiu criar pelo menos uma peça de roupa ou acessório, o que proporcionou um senso de realização. 2. **Aumento da Autoestima**: O uso das próprias criações como "manequins" teve um impacto positivo na autoestima das idosas. Muitas relataram sentir-se mais confiantes em relação à sua imagem pessoal e foram incentivadas a se expressar através da moda. 3. **Melhoria na Saúde Psicológica e Motora**: As atividades práticas contribuíram para a melhoria das habilidades motoras finas, com participantes relatando maior destreza e facilidade em tarefas cotidianas. Além disso, as sessões de discussão sobre autoestima e autocuidado promoveram um ambiente de apoio emocional, contribuindo para o bem-estar psicológico. 4. **Integração Social**: As oficinas proporcionaram um espaço de interação social, onde as idosas puderam construir novas amizades e fortalecer laços existentes. O desfile final, que incluiu a presença de familiares, foi um momento especial que celebrou as conquistas de cada participante e promoveu um sentimento de pertencimento à comunidade. 5. **Reconhecimento Familiar e Comunitário**: A exposição das criações para as famílias gerou um reconhecimento positivo do trabalho realizado pelas idosas, aumentando o apoio familiar e estimulando o interesse da comunidade nas atividades futuras. As famílias se mostraram empolgadas e se envolveram nas discussões sobre a importância da moda como forma de expressão e bem-estar. | | | | | | | | | | |
| Conclusão: | | | | | | | | | | |
| As "Oficinas de Moda e Bem-Estar para Idosas" demonstraram ser uma iniciativa eficaz para promover o desenvolvimento de habilidades, autoestima e integração social entre as participantes. Ao combinar a prática de costura com discussões sobre autocuidado e autoimagem, o projeto não apenas melhorou a saúde mental e motora das idosas, mas também fortaleceu laços comunitários. O feedback positivo recebido e o reconhecimento familiar evidenciam a relevância da ação, alinhando-se aos objetivos do ODS 4 - Educação de Qualidade. A continuidade dessas oficinas é recomendada, garantindo que mais idosas possam se beneficiar dessa experiência enriquecedora e transformadora. | | | | | | | | | | |
| Depoimentos (se houver): | | | | | | | | | | |
| **Depoimento de Leonilda Ogera**  "Participar das Oficinas de Moda e Bem-Estar foi uma experiência de extrema alegria para mim. Mesmo já sendo idosa, eu me senti viva e cheia de energia. Aprendi a criar roupas bonitas e chamativas que refletem minha personalidade. A cada peça que confeccionei, minha autoestima foi lá em cima! Foi maravilhoso ver minhas criações ganhando vida e, mais importante, poder usá-las com orgulho. Essas oficinas não só me ensinaram sobre moda, mas também me trouxeram um novo ânimo e felicidade. Sinto-me bem comigo mesma e animada para continuar explorando meu estilo. Sou grata por essa oportunidade!" | | | | | | | | | | |
| **RELATE SUA PERCEPÇÃO DAS AÇÕES EXTENSIONISTAS REALIZADAS NO PROGRAMA DESENVOLVIDO:**  **CAMPO OBRIGATÓRIO – relate em no mínimo 15 (quinze) linhas sua experiência com as ações extensionistas. O texto deve ser de sua autoria e inédito, evite plágio.**  **Questões norteadoras:**   1. **Você notou que suas habilidades profissionais foram aprimoradas, com a atuação nas ações extensionistas?** 2. **Você identificou melhoria/resolução do problema identificado?** 3. **Você conseguiu articular os conhecimentos adquiridos no curso com as ações extensionistas?**   **Ao escrever seu texto evite deixá-lo em forma de respostas as questões norteadoras, relate sua experiência em forma de texto dissertativo com justificativas.** | | | | | | | | | | |
| A experiência nas ações extensionistas foi profundamente enriquecedora e transformadora. Ao trabalhar nas oficinas de moda para idosas, pude aplicar os conhecimentos adquiridos em meu curso, especialmente em design e comunicação. Essa aplicação prática não apenas aprimorou minhas habilidades profissionais, mas também me permitiu ver a moda como uma ferramenta poderosa de empoderamento e bem-estar.  Observando a alegria das participantes ao confeccionar e usar suas próprias roupas, percebi como a atividade resolveu a questão da autoestima e da interação social entre elas. A dinâmica das oficinas exigiu que eu fosse flexível e criativa, adaptando o conteúdo às necessidades do grupo. Essa vivência reforçou meu compromisso com a responsabilidade social e a importância de contribuir positivamente para a comunidade.  Sinto-me mais preparada para enfrentar desafios futuros, com uma visão ampliada de como minhas habilidades podem fazer a diferença na vida das pessoas. Essa experiência me motivou a continuar buscando formas de unir conhecimento e impacto social. | | | | | | | | | | |
| **DEPOIMENTO DA INSTITUIÇÃO PARTICIPANTE**  **CAMPO OBRIGATÓRIO - insira depoimento(s) do(s) gestor(es) da instituição/órgão/associação participante que contribuam como um feedback da ação realizada por você.** | | | | | | | | | | |
| **Depoimento do Gestor da Instituição**  "Ao longo das 'Oficinas de Moda e Bem-Estar para Idosas', pudemos observar um impacto significativo na vida das participantes. A parceria com os alunos do curso de Tecnologia em Design de Moda foi essencial para promover um ambiente de aprendizado e inclusão. As idosas não apenas desenvolveram habilidades de costura, mas também ganharam autoestima e confiança ao usarem suas próprias criações. A alegria e o entusiasmo que trouxeram para as oficinas foram contagiantes.  A interação entre os alunos e as participantes fortaleceu os laços comunitários e proporcionou um espaço seguro para expressão pessoal. Agradecemos a todos os envolvidos por contribuírem para a melhoria da qualidade de vida das idosas e por terem trazido um sopro de vitalidade ao nosso espaço. Estamos ansiosos para futuras colaborações que possam continuar a enriquecer a vida de nossa comunidade." | | | | | | | | | | |
| **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**  **CAMPO OBRIGATÓRIO – Siga a normas ABNT, para isso consulte sua Biblioteca Virtual;**  **Utilize como referências bibliográficas as indicações do Campo: Indicações Bibliográficas e as demais referências utilizadas no desenvolvimento do seu projeto.** | | | | | | | | | | |
| MARTINS, L. M. (2014). *A importância da moda para o envelhecimento ativo: estética e autoestima na terceira idade*. São Paulo: Editora Senac.  SILVA, E. A. da; RODRIGUES, J. C. (2018). *Psicologia da terceira idade: cuidados e intervenções para o bem-estar*. Curitiba: Editora CRV.  GONÇALVES, M. T.; GOMES, A. P. (2017). *Moda e envelhecimento: a construção da identidade na terceira idade*. Revista Brasileira de Estudos de Moda, v. 5, n. 1, p. 22-34. | | | | | | | | | | |
| **AUTOAVALIAÇÃO DA ATIVIDADE:** | | | | | | | | | | |
| Realize a sua avaliação em relação à atividade desenvolvida considerando uma escala de 0 a 10 para cada pergunta, assinalando com um X: | | | | | | | | | | |
| 1. A atividade permitiu o desenvolvimento do projeto de extensão articulando as competências e conteúdos propostos junto ao Curso? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | () | (X) | () |
| 2. A atividade possui carga horária suficiente para a sua realização? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | (X) | () | () |
| 3. A atividade é relevante para a sua formação e articulação de competências e conteúdos? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | (X) |
| 4. A atividade contribui para o cumprimento dos objetivos definidos pela Instituição de Ensino (IES) e Curso, observando o Plano de Desenvolvimento Institucional e Projeto Pedagógico de Curso vigentes? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | () | (X) | () |
| 5. A atividade contribui para a melhoria da sociedade por meio dos resultados demonstrados no relatório ou pelos relatos apresentados pelos envolvidos? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | () | () | (X) |
| 6. A atividade permite o desenvolvimento de ações junto à Iniciação Científica e ao Ensino? | | | | | | | | | | |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| () | () | () | () | () | () | () | () | (X) | () | () |
| 7. Caso queira contribuir com maior detalhamento, traga seu depoimento/ sugestão. | | | | | | | | | | |
| A experiência com as oficinas de moda e bem-estar para idosas foi extremamente enriquecedora. A interação entre os alunos e as participantes não só proporcionou aprendizado prático, mas também um espaço de acolhimento e troca de experiências valiosas.  Entretanto, acredito que futuras edições poderiam se beneficiar de uma maior articulação entre os conceitos de Iniciação Científica e os projetos desenvolvidos. Incorporar um componente de pesquisa, como um estudo sobre a relação entre a moda e a autoestima em idosos, poderia agregar ainda mais valor ao projeto. Além disso, talvez seja interessante promover um espaço para que os alunos apresentem os resultados de suas ações em seminários ou eventos, o que estimularia a reflexão crítica e o compartilhamento de conhecimentos.  Por fim, incentivar a participação das idosas na elaboração das oficinas poderia gerar um senso de pertencimento e empoderamento, tornando as atividades ainda mais significativas. Acredito que pequenas melhorias podem maximizar o impacto positivo que essa iniciativa já possui na comunidade e na formação dos alunos. | | | | | | | | | | |