



*População Sénior: Problemáticas e perspetivas de intervenção*

## **Atividades Formativas 2**

**T**emática **2**: *Os seniores na sociedade atual*

**Universidade Aberta**

### A Temática

Nesta temática iremos abordar as questões ligadas ao diálogo intergeracional, à inclusão social e à qualidade de vida. Vamos procurar, igualmente, analisar o conceito de envelhecimento ativo e o papel das Instituições vocacionadas para este tipo de população, neste âmbito.

Nesta segunda atividade irá ler e analisar o material de estudo, de forma a refletir sobre um conjunto de noções essenciais a um mais adequado enquadramento e compreensão da temática. A realização das Atividades Formativas contribuirá, de forma decisiva, para a sua aprendizagem. Dar-se-á relevo ao trabalho individual, realizado no contexto da turma virtual.

### *Instruções para realizar as Atividades Formativas*

#### As Atividades Formativas

Estas atividades destinam-se a apoiar o processo de autoaprendizagem relativo à Temática 2. Através da sua realização pretende-se que trabalhe sobre um conjunto de conceitos essenciais, que irão servir de suporte à compreensão dos outros temas abordados ao longo desta unidade curricular. Para realizar estas atividades deverá ler e analisar os materiais de aprendizagem indicados para esta temática.

Ao responder às questões colocadas deverá produzir um discurso próprio.

No **Fórum dos Estudantes 2**, poderá interagir com os seus colegas, explicitar dúvidas, pedir ajuda, trocar opiniões, para que o ajudem na realização das Atividades.

Dia **2 de dezembro** será disponibilizado o *feedback* das atividades formativas 2 (*Sugestões de Respostas da Atividade Formativa 2*).

De 7 a 19 de dezembro decorrerá o **Fórum de Dúvidas 2**, moderado pelo professor. Será, então, o momento de identificar e formular com rigor e exatidão as dúvidas que persistirem, sobre as Atividades Formativas, os conteúdos em estudo e o *e-fólio B* que deverá realizar (estudantes em avaliação contínua).

### A Avaliação

A avaliação do trabalho ao longo da aprendizagem desta segunda temática de estudo será exclusivamente formativa.

1. Qual é o sentido da expressão “promoção da saúde”:
  - 1.1. no contexto geral
  - 1.2. no contexto da população sénior
2. Explique a relação entre envelhecimento, alteração de papéis e bem-estar.
3. Qual o significado de “envelhecimento ativo”?
4. Explique a relação entre envelhecimento ativo e
  - 4.1. cultura
  - 4.2. género
5. Explique a relação entre envelhecimento ativo e redes sociais de suporte.
6. Explique a importância do contacto intergeracional para o bem-estar subjetivo na população sénior.
7. Qual é o papel da aprendizagem ao longo da vida para o bem-estar subjetivo nos seniores.
8. Refira o papel das Universidades Seniores como meio de proporcionar um envelhecimento saudável.

FIM