

## **SUSTENTAÇÃO AMBIENTAL E SAÚDE NO AMBIENTE DE TRABALHO DA ESEFID 2018**

Coordenador: MARTA MARIA RATENIEKS ROESSLER

Autor: Juliana Nólíbos Jorge

Esse trabalho se propõe a apresentar as ações desenvolvidas pelo Projeto de Extensão Sustentação Ambiental e Saúde no Ambiente de Trabalho da Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (ESEFID/UFRGS), composto por um grupo interdisciplinar de docente, técnicos e discentes. O seu objetivo geral é sensibilizar a comunidade acadêmica, assim como a do entorno, acerca da adoção de práticas mais sustentáveis e promotoras da saúde no ambiente da Universidade, enquanto seus objetivos específicos são: orientar sobre consumo consciente e o descarte adequado dos resíduos sólidos; despertar para a importância dos cuidados com o corpo, promovendo qualidade de vida e evitando doenças e lesões; e incentivar o cuidado com as outras formas de vida (animais e vegetais) que coabitam o nosso ecossistema, a partir de uma perspectiva ecológica. A metodologia do projeto se desenvolveu através da promoção de atividades que dialogaram com as questões de saúde e sustentabilidade, como: a Tenda Livre, evento realizado em outubro de 2017 para a comunidade interna e externa à UFRGS, que contou com oficinas de compostagem, yoga, alimentação saudável, alongamento, tai chi chuan, identificação e uso de plantas alimentícias não-convencionais (PANCs), e plantio de mudas frutíferas pelo campus; e as Oficinas sobre Coleta Seletiva na ESEFID, realizadas com os alunos calouros dos cursos de Fisioterapia, Educação Física e Dança, durante o primeiro semestre de 2018, nas quais os alunos conheceram o processo de coleta seletiva no campus e a sua importância para o meio ambiente e para a economia da Universidade, assim como foram conscientizados sobre a sua responsabilidade nesse processo. Durante as oficinas, os discentes realizaram um passeio pelo campus, observando e coletando os resíduos encontrados pelo caminho, estimulando a reflexão sobre o papel do aluno no cuidado com o ambiente. Este projeto também estimulou o desenvolvimento de novos projetos, como: o Projeto de Ginástica Laboral na ESEFID, focado em aplicar sessões de ginástica laboral em diversos setores da unidade, a fim de prevenir e reduzir doenças relacionadas ao trabalho e melhorar a qualidade de vida neste ambiente; e o Projeto de Arborização e Hortas Urbanas na ESEFID, com o objetivo de realizar atividades de plantio, produção e identificação de mudas de árvores nativas e PANCs, assim como explorar o seu uso culinário e seus

benefícios nutricionais, envolvendo a comunidade do campus. O processo avaliativo foi realizado a partir de relatos dos participantes das ações da Tenda Livre, e aplicação de instrumento de avaliação da Oficina sobre Coleta Seletiva. Observou-se que todas as ações tiveram um resultado positivo, sensibilizando e motivando os participantes quanto às temáticas abordadas. Os participantes elogiaram as iniciativas, solicitaram uma nova edição da Tenda Livre, e sugeriram que as oficinas sobre resíduos fossem realizadas com todos os alunos da ESEFID.