



UNIVERSIDADE UNIVERSIDADE PROF. EDSON ANTONIO VELANO

Coordenação de Extensão Universitária – Campus Belo Horizonte
PROCESSO DE SELEÇÃO PARA PARTICIPAÇÃO COMO EXTENSIONISTA NOS
PROJETOS MEDIT(AÇÃO) E APROVEITE SEU DIA
AGOSTO/DEZEMBRO 2023

Serão selecionados, 04 alunos para cada projeto regularmente matriculados no curso de medicina da UNIFENAS para contribuírem como extensionistas durante o segundo semestre de 2023.

Este projeto de extensão é voltado para o público constituído por alunos de medicina, professores e funcionários da Unifenas BH, além do público idoso do projeto Unilongevidade, principalmente para o Projeto Medit(ação). As práticas da meditação e da yoga acontecem através de encontros presenciais semanais na UNIFENAS, em dois *Campi*: o Medit(ação) no Campus Boaventura/BH/MG às **quintas-feiras, no horário de 17:00 horas às 19:00 horas** e o Aproveite seu Dia (Relaxamento e Saúde) no Campus Itapoã/BH/MG às **quartas-feiras, no horário de 12:00 horas às 14:00 horas**. Os dois projetos têm também uma reunião on-line, às **segundas-feiras, das 19:00h às 21:30h**.

O trabalho parte da aplicação de técnicas de mindfulness, meditação tântrica, pranayamas (exercícios de respiração) e posturas de *yoga* visando facilitar o acesso à saúde e bem-estar psíquico para funcionários e alunos.

O aluno extensionista participa de todas as atividades semanais e presenciais e se dedica a atividades de gestão, desenvolvimento, monitoramento e avaliação do projeto presencialmente e à distância ao longo de cada semana, como: receber os inscritos nos dias dos encontros, organizar email e redes sociais do projeto, publicar temas e estudos relacionados ao projeto nas redes sociais, receber palestrantes quando for o caso, 5. acompanhar os encontros do projeto, auxiliar os coordenadores do projeto, receber o material enviado pelos alunos curriculares.

DO PROCESSO SELETIVO

1. Poderão participar do processo seletivo os alunos regularmente matriculados (conforme tabela abaixo) e que se inscreverem em formulário próprio disponível no site da Diretoria de Extensão e Assuntos Comunitários.

CURSO	PERÍODO
Medicina-Belo Horizonte	Alunos que estão cursando o 3º AO 8º período no segundo semestre de 2023.

1.1. Não haverá cobrança de taxas no processo seletivo.



2. O processo seletivo constará de duas etapas:

1ª Etapa – Inscrições: de 17/08/23 às 22:00h de 20/08/23, pelo seguinte link:
<https://forms.gle/94PrQE4kX8Bvxkj99>

No ato da inscrição, o candidato deverá preencher todos os campos do formulário e ao final dele escrever uma carta de no máximo 5 linhas para explicar porque tem interesse em ser aluno extensionista nos Projetos de Meditação e como poderá colaborar para melhorar as atividades dos mesmos. A análise desta carta terá caráter eliminatório.

2ª Etapa – **Análise das inscrições e cartas enviadas.**

2.1. A Diretoria de Extensão e Assuntos Comunitários estabelece a impossibilidade de recurso para avaliação e/ou revisão das etapas do processo seletivo. Os critérios para seleção são de responsabilidade da Comissão Organizadora indicada pela Coordenação de Extensão Universitária – Campus Belo Horizonte.

2.2. O resultado será divulgado no dia 22 de agosto no site da Diretoria de Extensão e Assuntos Comunitários e através de e-mail cadastrado no ato da inscrição.

Belo Horizonte, 17 de Agosto de 2023

Daniela Almeida Freitas e Denise Carmona

Profas. Coordenadora dos Projetos Medit(ação) e Aproveite Seu Dia
Extensão Universitária – Campus Belo Horizonte