



Experiência – Revista Científica de Extensão, Santa Maria, v. 11, e89656, 2025 • <https://doi.org/10.5902/2447115189656>
Submissão: 11/11/2024 • Aprovação: 14/08/2025 • Publicação: 05/11/2025

Relatos de Experiência

Otium Caritatis

Leisure of Charity

Ocio de Caridad

Danubia Junca Cuzzuol^{ID}

¹Universidade Federal de Itajubá, Itajubá, MG, Brasil 

RESUMO

Vivemos em um mundo cuja velocidade das mudanças é cada vez maior, os dias parecem ter menos horas, temos muitas atividades e todas são urgentes. Esses e outros motivos não nos deixam parar e pensar o quanto estamos nos tornando cada vez mais individualistas, mais isolados, sem condições de dar e receber atenção dos que nos rodeiam. Diante desse cenário, o projeto de extensão Otium Caritatis promove um tempo de ócio criativo a alunos e servidores universitários por meio do ensino e aprendizagem de técnicas de artesanato, a fim de melhorar a capacidade dos participantes de pensar, de ter ideias, de estabelecer estratégias, de dar passos seguintes, e traçar metas para o futuro.

Palavras-chave: Ócio criativo; artesanato; saúde mental

ABSTRACT

We live in a world where changes are happening at an ever-increasing rate, the days seem to have fewer hours, we have many activities and all of them are urgent. These and other reasons do not allow us to stop and think about how we are becoming increasingly individualistic, more isolated, and unable to give or receive attention from those around us. In light of this scenario, the Otium Caritatis extension project promotes creative leisure time for university students and staff through teaching and learning handicraft techniques, in order to improve participants' ability to think, come up with ideas, establish strategies, take next steps, and set goals for the future.

Keywords: Creative leisure; handicrafts; mental health

RESUMÉN

Vivimos en un mundo donde la velocidad del cambio es cada vez mayor, los días parecen tener menos horas, tenemos muchas actividades y todas son urgentes. Estas y otras razones no nos permiten



Trabalho publicado por Experiência – Revista Científica de Extensão CC BY-NC-SA 4.0.

detenernos a pensar en cómo nos estamos volviendo cada vez más individualistas, más aislados, incapaces de dar y recibir atención de quienes nos rodean. Ante este escenario, el proyecto de extensión Otium Caritatis promueve el tiempo de ocio creativo de estudiantes y personal universitario a través de la enseñanza y el aprendizaje de técnicas artesanales, con el fin de mejorar la capacidad de los participantes para pensar, tener ideas, establecer estrategias, dar próximos pasos y establecer metas para el futuro.

Palabra-clave: Ocio creativo; artesanía; salud mental

1 INTRODUÇÃO

A transição da sociedade industrial para a pós-industrial consiste em um conjunto de trabalhadores assalariados ativos nas fábricas e um acréscimo da produção de massa e do consumo, bem como uma divisão e fragmentação da temporalidade humana por meio de setores do trabalho. Por essa razão, houve um aumento de racionalidade e aplicabilidade das ciências nas organizações do trabalho e um rompimento radical entre o espaço sensível que se vive e o lugar de trabalho, além da degradação ambiental com o aumento da urbanização (De Masi, 2000; Habowski e Conte, 2018).

Na sociedade pós-industrial, os resultados do trabalho são oriundos das tecnologias, das artes e das ciências, apresentando características de mais rentabilidade que engloba o trabalho, estudo e lazer, de um modo inteligente e construtivo para aproveitar o tempo. Em vez de colocar o foco nos aparelhos que dão vazão ao mundo do trabalho, a ideia do autor é atribuir às máquinas mais trabalho e aos sujeitos mais tempo para interagir, criar e refletir (De Masi, 2000; Mel *et al.*, 2015).

Silva (2012, p. 12) afirma que

“uma análise mais aguçada acerca das primeiras décadas do século XXI revelou uma crise no ser humano, visto que ele necessitou de renunciar aos antigos modos de subsistência, habilidades, expectativas profissionais, projetos familiares, valores e instituições tradicionais”.

Por isso, tem-se presenciado diversas complexidades que inundam a vida interconectada da contemporaneidade, assim como aconteceu na passagem da sociedade rural-braçal (pré-industrial) para a industrial, nos novos modos de produção

no mundo do trabalho, agora caracterizado pela redução da carga horária presencial em função de um trabalho de baixo custo e *on-line*.

De Masi (2000) manifesta grande descontentamento com o modelo de sociedade criado pelo ocidente, visto que está voltado para a idolatria e competitividade no trabalho, fazendo com que a criatividade seja ofuscada por padrões que encerram algo desumano. Nessa perspectiva, Conte (2012, p. 94-95) destaca que:

“os processos recentes que envolvem inovações técnico-organizacionais, apesar de todas as falácia, só em poucas situações ampliam a liberdade e tornam o trabalho mais autônomo e criativo e que geralmente, tendem a diminuí-los em razão da existência de esquemas de controle de tempo e de métodos muito mais rígidos, introduzidos mediante procedimentos informatizados, em substituição aos velhos esquemas de supervisão burláveis”.

A educação nesse século precisa encontrar a harmonia entre preparar os estudantes para um mundo complexo, competitivo, cheio de reviravoltas e globalizado, e atribuir sentidos e significados para agenciar rupturas educativas e construir agregações (inter)subjetivas, humanistas e ecológicas, necessárias as inter-relações sociais. Sob essa perspectiva, o movimento de ensinar, notadamente de expressão artística e recentemente midiática, é um fenômeno performático e marcado por incertezas. Tal manifestação da cultura contemporânea

“exige curiosidade, esforço ativo e criticidade para que possamos (re)construir os conhecimentos de acordo com as necessidades sentidas e reanimar as ações que conduzam a uma sociedade mais justa, criativa e humanizada em meio aos avanços e retrocessos” (Azambuja; Conte; Habowski, 2017, p. 174-175).

Considerando os desafios da educação no atual cenário tecnológico das máquinas técnicas, teóricas, sociais e estéticas, que funcionam por agenciamento e provocam desorientação global, alguns pensadores abordam os desafios da educação para o século XXI e apontam que “os educadores devem oportunizar aos alunos momentos em que eles possam desenvolver a criatividade, interpretar e aprender o sentido e o prazer associado à compreensão clara do conteúdo ensinado” (Mel *et al.*, 2015, p. 131).

A criatividade é uma das expressões que recebe grande destaque nos âmbitos sociais e educacionais, talvez pela dimensão motivadora e inspiradora para novos (re) conhecimentos e diferenciações das questões existentes no mundo. Nesse sentido, o ócio criativo engloba potencialidades expressivas, criativas e de inovação pedagógica, pois cuida das rupturas e constrói novas subjetividades na interdependência do obrar criativo nas formas de ensino, da fantasia, do lazer, da pluralidade de ideias, como implicação curiosa, metafórica, aprendente e ousada, para questionar e reestruturar saberes e experiências (De Masi, 2000).

O ócio criativo trata sobre a capacidade do ser humano de se congregar com as atividades expressivas, em trabalhos de lazer e aprendizado, associando divertimento às ações realizadas e à capacidade criativa. É no divertimento e no bom-humor que se manifesta uma educação interativa e criativa da humanidade, integrando assim, “a principal característica da atividade criativa é que ela praticamente não se distingue do jogo e do aprendizado” (De Masi, 2000, p. 10).

Educar um jovem ou um executivo para a criatividade hoje significa ajudá-lo a identificar sua vocação autêntica, ensiná-lo a escolher os parceiros adequados, a encontrar ou criar um contexto mais propício à criatividade, a descobrir formas de explorar os vários aspectos do problema que o preocupa, de fazer com que sua mente fique relaxada e de como estimulá-la até que ela dê à luz uma ideia justa. Sobretudo significa educá-lo para não temer o fluir incessante das inovações (De Masi, 2000, p. 190).

Dentro do contexto apresentado, as atividades manuais repetitivas tais como tricotar ou bordar, são descritas no manejo da recuperação de transtornos de ansiedade, pois

“ao contrário do que geralmente acreditamos, momentos como esses, os melhores momentos de nossas vidas, não são os tempos passivos, receptivos e relaxantes - embora essas experiências também possam ser agradáveis, se trabalharmos duro para alcançá-las. Os melhores momentos geralmente ocorrem quando o corpo ou a mente de uma pessoa é levada até o limite em um esforço voluntário para realizar algo difícil e que vale a pena” (Mihaly Csikszentmihalyi, 1990, p. 3).

Vieira (2014) levantou as principais técnicas de artesanato ou como também podem ser conhecidas como atividades manuais, que pode trazer inúmeros benefícios para a saúde mental dos praticantes. As principais técnicas são: crochê, o bordado, a renda, a tecelagem, cestaria, papel reciclado artesanal, cerâmica, artesanato lúdico jogos, bonecos, brinquedos, entre outros.

Considerando a abordagem aqui apresentada, o projeto de extensão Otium Caritatis objetivou a promoção de um tempo de ócio criativo à alunos e servidores universitários por meio do ensino e aprendizagem das técnicas de artesanato, a fim de melhorar a capacidade dos participantes de pensar, de ter ideias, de estabelecer estratégias, de dar passos seguintes, e traçar metas para o futuro.

Scardoelli e Waidman (2011) destacaram como benefícios na prática do artesanato os seguintes pontos: o artesanato representa uma saída da rotina, uma busca por momentos de prazer, uma ruptura com a tensão dos problemas cotidianos, se coloca em contraposição ao contexto em que os participantes vivenciam, muitas vezes, desgastante, extenuante e estressante; é uma forma de usufruir de momentos de expressão de criatividade, de gozo, de ocupação de espaço e tempos, de distrair, de rir, e momentos de cuidado de si. O artesanato pode ser considerado como um dispositivo que ultrapassa os seus objetivos, contribuindo no encontro de condições favoráveis e saudáveis para a melhoria da qualidade de vida e, consequentemente, possibilitando a manutenção e o reequilíbrio da saúde mental dos participantes.

2 FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

2.1 Conceitos e importância do ócio criativo

Em 1880, Paul Lafargue, publicou no Semanário L'Egalité, o livro intitulado Direito à preguiça. É dado a Lafargue o crédito sobre os primeiros pensamentos sobre o ócio criativo. Lafargue explica por que o trabalho (industrial, assalariado) escraviza

e empobrece continuamente os trabalhadores e reduz os homens de forma geral à condição de servos e lhes enfraquece o espírito.

Tanto no final do século XIX, como hoje, no século XXI, portanto 140 anos depois do texto de Lafargue, a idiotice da defesa do trabalho como categoria genérica só fez embrutecer mais e mais a humanidade, para não falar dos flagelos e da tirania provocados aos trabalhadores. De fato, sem precisar que tipo de trabalho se trata e em que condições jurídicas a sociedade capitalista se organizou para subtrair de forma privada dos assalariados a sua potencialidade de gerar riqueza, a defesa inconteste do trabalho é uma perversidade que encontra na modernidade o respaldo na tirania jurídica-político da produção, imposta pelos proprietários das forças de produção, dos meios de troca e circulação de capitais (Lafargue, 1999).

Domenico de Masi (2000), sociólogo italiano, autor da teoria do exercício do ócio criativo, revoluciona a ideia de trabalho e aprendizagem, na época pós-industrial. Tal teoria aspira a conciliação do trabalho com o lazer, de forma a facilitar o dia a dia. Essa conciliação dar-se-ia, por exemplo, com a inserção de períodos de descanso ou de atividade não-laboral, de caráter recreativo, durante a jornada de trabalho. De Mais (2000) acredita que a humanidade está presa às máquinas e à necessidade de produzir sempre mais, entrando, dessa forma, em uma lógica desgastante, a qual poderia ser atenuada através do ócio criativo.

Ainda segundo Domenico de Masi (2000) existe um ócio alienante, que nos faz sentir vazios e inúteis. Mas existe também um outro ócio, que nos faz sentir livres e que é necessário à produção de ideias, assim como as ideias são necessárias ao desenvolvimento da sociedade.

Tendo em vista essas reflexões sobre o nosso cotidiano e em como tem-se estado presos à rotina, ao pensamento de exigência constante por criatividade, inovação e que sempre precisamos de mais tempo para produzir, ao invés de repensar a necessidade de tantos afazeres e a possibilidade de obtermos um melhor desempenho se tivermos mais tempo para nossas ações e para nós mesmos, acreditamos que seja salutar

empregar as técnicas do ócio criativo, aquele que é necessário para a produção de ideias e faz com que se tenha uma sensação boa ao realizá-lo, em busca de uma melhora no desempenho escolar e pessoal (Gesser, 2019).

O ócio criativo ganha destaque diante das ambiguidades, desorientações, confrontos, bifurcações e controvérsias da contemporaneidade, cuja lógica do trabalho exclui o tempo para o ócio e a felicidade dos espaços escolares (De Masi, 2000). A preocupação em vincular as interfaces do ócio criativo e da educação já foi pauta de discussões no século passado, visto que a sociedade, com base na lógica do capital, conduziu a desarticulação entre corpo e mente, o trabalho manual em detrimento do trabalho intelectual, assim como a urgência das tecnologias virtuais e o tempo livre (Habowski; Conte, 2020).

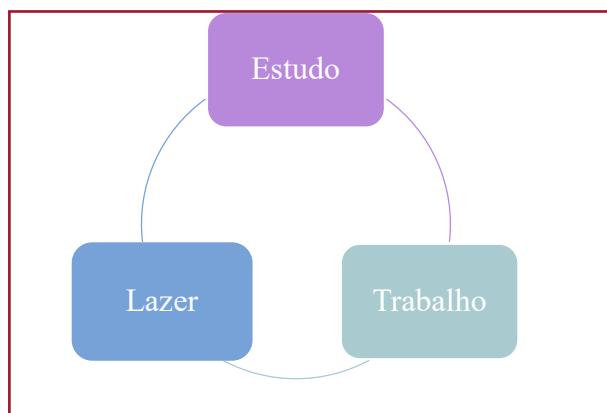
Os processos educacionais, que são constituídos por pessoas, precisam compreender a importância do encontro, das relações, da fantasia, do lazer, da alegria, dos afetos, da curiosidade, do (re)inventar e ousar saber, como forma de qualificação criativa ao questionamento dos conhecimentos amparados na neutralidade, conformismo e no triunfo da economia unidimensional (egoísta e competitiva do mercado). A educação, em qualquer modalidade de ensino, precisa construir comunidades de aprendizagem apoiadas no ócio criativo (inclusive enquanto teletrabalho), mas empenhada nas vantagens para a saúde, democracia, economia e para as tecnologias flexíveis, na possibilidade de possuir mais tempo para o exercício do ócio criativo – capacidade humana para dar um sentido ao tempo de trabalho (para administrar mais o tempo próprio e superar as desorientações) (Habowski; Conte, 2020).

Para De Masi (2000, p. 16): “quando trabalho, estudo e jogo coincidem, estamos diante daquela síntese exaltante que eu chamo de ‘ócio criativo’. Assim sendo, acredito que o foco desta nossa conversa deva ser este tríplice passagem da espécie humana: da atividade física para a intelectual, da atividade intelectual de tipo repetitivo à atividade intelectual criativa, do trabalho-labuta nitidamente separado do tempo livre e do estudo ao ‘ócio criativo’, no qual estudo, trabalho e jogo acabam coincidindo

cada vez mais". Segundo o autor, tem-se as seguintes definições que também são apresentadas na Figura 1:

- Trabalho (economia): é o trabalho em si, as funções necessárias ao cumprimento de uma tarefa.
- Estudo: é a possibilidade se obter conhecimento através do estudo constante, utilizando os recursos que a sociedade digital proporciona, como o uso da internet, por exemplo.
- Lazer: é o espaço lúdico com brincadeira e convivência que deve estar presente em qualquer atividade que se faça. É a forma de evitar a mecanização do trabalho, dando-lhe "alma".

Figura 1 – Tríade do ócio criativo



Fonte: Adaptado de De Masi (2000)

Quando o indivíduo consegue unir estes três pontos, ele está praticando o ócio criativo, que é uma experiência harmônica e única, que proporciona sempre uma melhor readaptação para todas as necessidades da sociedade pré-industrial, respeitando a individualidade do sujeito e proporcionando mais alegria e produtividade ao próprio trabalho (De Masi, 2000, p. 190).

O ócio criativo está relacionado com experiências que permitem aceder a altos níveis de complexidade. Cada um de nós tem um potencial criativo que podemos desenvolver e nos permite levar a cabo experiências de vida satisfatórias (Cabeza; Amigo, 2013). Assim é confirmado também pelos estudos de Csikszentmihalyi (2001),

que entende por criatividade a capacidade para mudar espontaneamente a forma como contemplamos, pensamos ou agimos no mundo. Esta realidade de mudança é favorecida a partir das vivências de ócio porque “no mundo das ideias, o ócio permite à mente desligar-se temporariamente da realidade tal como a contemplamos, para que emergam novas possibilidades que serão posteriormente transformadas em realidade” (Csikszentmihalyi, 2001, p. 19-20).

2.2 Atividades manuais e o artesanato

As atividades manuais repetitivas tais como tricotar ou bordar, são descritas positivas no manejo da recuperação de transtornos de ansiedade, pois

“ao contrário do que geralmente acreditamos, momentos como esses, os melhores momentos de nossas vidas, não são os tempos passivos, receptivos e relaxantes - embora essas experiências também possam ser agradáveis, se trabalharmos duro para alcançá-las. Os melhores momentos geralmente ocorrem quando o corpo ou a mente de uma pessoa é levada até o limite em um esforço voluntário para realizar algo difícil e que vale a pena” (Mihaly Csikszentmihalyi 1990, p. 3).

Vieira (2014) levantou as principais técnicas de artesanato ou como também podem ser conhecidas como atividades manuais, que pode trazer inúmeros benefícios para a saúde mental dos praticantes. As principais técnicas são: crochê, o bordado, a renda, a tecelagem, cestaria, papel reciclado artesanal, cerâmica, artesanato lúdico jogos, bonecos, brinquedos, entre outros.

O conceito de artesanato gira em torno da ideia de que toda a produção artesanal é resultante da transformação de matérias-primas, com predominância manual, por indivíduos que detenham o domínio integral de uma ou mais técnicas, aliando criatividade, habilidade e valor cultural (possui valor simbólico e identidade cultural), podendo no processo de sua atividade ocorrer o auxílio limitado de máquinas, ferramentas, artefatos e utensílios (vieira, 2014).

Quanto aos trabalhos manuais, são conceituados como aqueles em que, em geral, são utilizados moldes pré-definidos e materiais industrializados. As técnicas são

aprendidas em cursos rápidos oferecidos por entidades assistenciais ou fabricantes de linhas, tintas e insumos. Normalmente constituem uma ocupação secundária, realizada no intervalo das tarefas domésticas ou como passatempo (Vieira, 2014).

O artesanato é concebido como um fenômeno heterogêneo, complexo e diversificado. Como uma forma de expressão cultural entre a tradição e a contemporaneidade. O trabalho artesanal no mundo contemporâneo está, desta forma, envolto em diversas dimensões sociais: cultural, econômica e institucional. Sua importância vem da capacidade deste segmento de promover a inclusão social por meio da geração de renda e ocupação e de resgatar valores culturais e regionais (Keller, 2014).

Em estudo da Universidade de Columbia de 2009 sugere que o tricô pode beneficiar pacientes internados com distúrbios alimentares, reduzindo suas preocupações ansiosas sobre o controle da alimentação, peso e forma e que do ponto de vista clínico, o tricô é barato e fácil de aprender, pode continuar durante a interação social e pode proporcionar uma sensação de realização (Clave, 2009).

Em 2011, pesquisadores da Mayo Clinic em Rochester divulgaram estudo em que um grupo de 1321 pessoas com idades entre 70 e 89 anos, tiveram substancial aumento cognitivo e diminuição da perda de memória após realização de práticas manuais tais como Tricô e Crochê (Geda *et al.* 2011).

Por fim, Scardoelli e Waidman (2011) destacaram como benefícios na prática do artesanato os seguintes pontos: o artesanato representa uma saída da rotina, uma busca por momentos de prazer, uma ruptura com a tensão dos problemas cotidianos, se coloca em contraposição ao contexto em que os participantes vivenciam, muitas vezes, desgastante, extenuante e estressante; é uma forma de usufruir de momentos de expressão de criatividade, de gozo, de ocupação de espaço e tempos, de distrair, de rir, e momentos de cuidado de si. O artesanato pode ser considerado como um dispositivo que ultrapassa os seus objetivos, contribuindo no encontro de condições favoráveis e saudáveis para a melhoria da qualidade de vida e, consequentemente, possibilitando a manutenção e o reequilíbrio da saúde mental dos participantes.

Segundo Cabeza e Amigo (2013), o último estudo sobre Atividades Culturais em Espanha 2010-11, publicado pelo Ministério da Cultura, mostra que o estilo de ócio cultural tem aumentado o seu número de adeptos, tal como era esperado. Os resultados do estudo indicam que:

- a. As atividades culturais mais frequentes, em termos anuais, são ouvir música, ler e ir ao cinema, com taxas de 84,4%, 58,7% e 49,1%, respetivamente.
- b. Estas atividades são seguidas em intensidade pela visita a monumentos, que é realizada cada ano por 39,5% da população, a assistência a museus ou exposições, 30,6% e 25,7%, respetivamente, e a concertos de música atual, 25,9%.
- c. Em posições intermédias encontramos a assistência anual a bibliotecas, 20,5%, ao teatro, 19,0%, a jazigos arqueológicos, 13,9%, a galerias de arte, 13,6%, e a concertos de música clássica, com taxas anuais de assistência de 7,7% da população.
- d. Entre as realizadas com menor frequência encontram-se a assistência a espetáculos de ballet ou dança (6,1%), ópera (2,6%) ou zarzuela (1,6%) e as visitas a arquivos, que realiza cada ano 5% do objeto coletivo de estudo.
- e. Pelo que se refere a outras práticas culturais ativas, as mais frequentes em termos anuais são a fotografia (29,1%), a pintura ou desenho (13,2%), o interesse pela escrita (7,1%) e as vinculadas às artes musicais, (8% toca algum instrumento e 2,4% cantam num coro). 2,1% fazem teatro e 3,9% ballet ou dança.

Apesar de não estar em umas das primeiras colocações, faz-se um destaque para a pintura ou desenho, classificação essa que se encaixa as práticas de artesanato. Cabe ressaltar que esses dados se referem a um estudo realizado na Espanha. Já em um contexto nacional, De Masi (2020) em uma entrevista cedida a Eleva Educação em 2020, afirma, após ser indagado se todo mundo poderia praticar ócio criativo:

"Após a 2ª Guerra mundial, a sociedade mudou rapidamente e passou de industrial para pós-industrial. Ou seja, nossa sociedade não era mais baseada na produção agrícola, que é importante, mas não o cerne. Não se baseava mais na produção artesanal ou na industrial; baseava-se na produção de bens imateriais. São eles: informação, serviços, símbolos, valores e estética. Os produtos de bens imateriais não dependem do trabalho operário, tanto que hoje, 30% são operários e 70% são funcionários, profissionais, gerentes e executivos que executam um trabalho intelectual. Esse tipo de trabalho pode ser conciliado com o estudo, o lazer e a diversão; pode transformar-se em ócio criativo. Assim, hoje, 70% dos trabalhadores poderiam praticar o ócio criativo. Se a organização fosse pensada e voltada ao ócio criativo".

Além disso, De Masi (2020) afirma, que:

"A escola é peça fundamental para a formação do ócio criativo. O objetivo da escola é preparar indivíduos adultos ao ócio criativo. Ou seja, não preparar um adulto apenas a emotividade, pois isso será primitivo; não preparar um adulto apenas a racionalidade, pois isso seria alienante; mas sim, preparar um adulto ao ócio criativo. Assim, temos um adulto que sabe conciliar bem: o estudo, o trabalho e o lazer; que sabe conciliar bem a emotividade com a racionalidade e que seja criativo".

3 METODOLOGIA

Neste projeto de extensão foi utilizado o método PDCA. O PDCA, também conhecido como ciclo de Shewhart ou de Deming, foi reconhecido no decorrer dos anos 50, graças ao professor William Deming em suas palestras no Japão (Deming, 1990).

Campos (1996) explica que o PDCA é um método de gerenciamento de processos ou de sistemas. É o caminho para se atingirem as metas atribuídas aos produtos dos sistemas empresariais, objetiva o controle e alcance de resultados eficazes e confiáveis nas atividades organizacionais, padroniza informações, evita erros e facilita a mudança para uma cultura onde foca na melhoria contínua (Agostinetto, 2006).

O PDCA é formado por quatro fases (Deming, 1990):

1. *Plan* (Planejamento): as metas são determinadas, bem como o plano para o alcance do objetivo;
2. *Do* (Execução): esclarecimento de metas e planos para os envolvidos compreenderem e apoiar a proposta;

-
3. *Check* (Verificação): conferência de dados obtidos mediante a meta, para compreender se o rumo definido está alinhado;
 4. *Action* (Ação): transformar a estratégia que deu certo, na atual maneira de executar as atividades.

Para a condução e o acompanhamento do projeto, foi utilizado o ciclo PDCA para estabelecer as metas, executá-las, verificá-las e por fim aprimorá-las. O projeto iniciou no final de abril com a seleção dos dois alunos bolsistas que atuaram diretamente na execução de todas as etapas.

A etapa de planejamento ocorreu durante a primeira semana do projeto, de 02 de maio de 2024 até 10 de maio de 2024. Neste momento, entramos em contato com instituições da cidade de Itabira onde fomos recebidos pela Oncoviva e pelo projeto Acalentar da Associação feminina União e Paz. Neste mesmo período, também foi desenvolvido a identidade visual do projeto para seu uso em eventos, assim como para as redes sociais projeto: @otiumcaritatis.

Figura 2 – Logo do projeto Otium Caritatis



Fonte: elaborado pelo autor.

A segunda etapa consistiu na execução do projeto. Foram realizados encontros semanais para que o projeto pudesse ser executado. Ou seja, os participantes do projeto se encontraram, presencialmente, no Hall da universidade para dar início as atividades, trocando suas experiências, compartilhando aprendizados, troca de *know*

how, além de, principalmente, ser um momento de ócio criativo para os participantes, de lazer, de descanso, como forma de estimular a criatividade e inovação. Assim, preparamos o ambiente com uma ambientação que favoreça esse tempo de ócio criativo. Esta etapa compreendeu o maior tempo de duração do projeto, em torno de 7 meses. Neste período, fabricamos para a Oncoviva - um grupo de voluntários movidos pelo amor, que acolhe com carinho pacientes oncológicos dando-lhes alegria e conforto - nos meses de junho, julho e agosto um total de 25 toucas e 4 cachecóis de lã para os pacientes oncológicos.

Figura 3 – Entregas para Oncoviva



Fonte: elaborado pelo autor.

Nos meses de setembro e outubro de 2024, foram fabricadas peças para o projeto acalentar - projeto na cidade de Itabira desenvolvido pela associação feminina união e Paz (AFUP). Este projeto distribui kits de maternidade para as gestantes em situação de vulnerabilidade atendidas no hospital da cidade. Nestes dois meses foram fabricados 23 itens de bebê para compor os kits.

Figura 4 – Kits de bebês para o Hospital



Fonte: elaborado pelo autor.

Realizamos ainda oficinas à comunidade, entre elas, oficina à Casa Lar- serviço de acolhimento provisório em unidades residenciais, nas quais pelo menos uma pessoa ou casal trabalha como educador residente – em uma casa que não é a sua – prestando cuidados a um grupo de crianças e adolescentes afastados do convívio familiar por meio de medida protetiva de abrigo (ECA, Art. 101), em função de abandono ou cujas famílias ou responsáveis encontrem-se temporariamente impossibilitados de cumprir sua função de cuidado e proteção, até que seja viabilizado o retorno ao convívio com a família de origem ou, na sua impossibilidade, encaminhamento para família substituta - onde foram ensinados pontos básicos do crochê para as crianças e adolescentes que ali vivem. No final da oficina todos puderam desenvolver seu próprio material.

Figura 5 – Oficina à casa Lar



Fonte: elaborado pelo autor.

Estivemos presentes na 3^a feira UNIFEI de apoio às associações e cooperativas de Itabira que ocorreu no dia 04 de setembro de 2024. Foi um dia incrível de exposições e vendas que celebra a arte e o empreendedorismo local. Com a participação das associações AIFA (@AIFAITABIRA), AIAA (@centroitabiranodeartesanato), e LabMus (@labmusitabira).

Figura 6 – 3^a feira UNIFEI de apoio às associações e cooperativas de Itabira



Fonte: elaborado pelo autor.

No mês de outubro, participamos do evento “UNIFEI de Portas Abertas”, que recebeu alunos das escolas de ensino fundamental, tanto da rede pública quanto da privada, da cidade de Itabira. Durante o evento, os estudantes tiveram a oportunidade de visitar o campus e conhecer os trabalhos realizados na universidade. O objetivo do “UNIFEI de Portas Abertas” é aproximar os alunos do ensino médio da nossa região da realidade acadêmica, científica e tecnológica da UNIFEI. Queremos inspirar e despertar o interesse dos jovens para os diversos cursos e áreas de pesquisa que nossa universidade oferece.

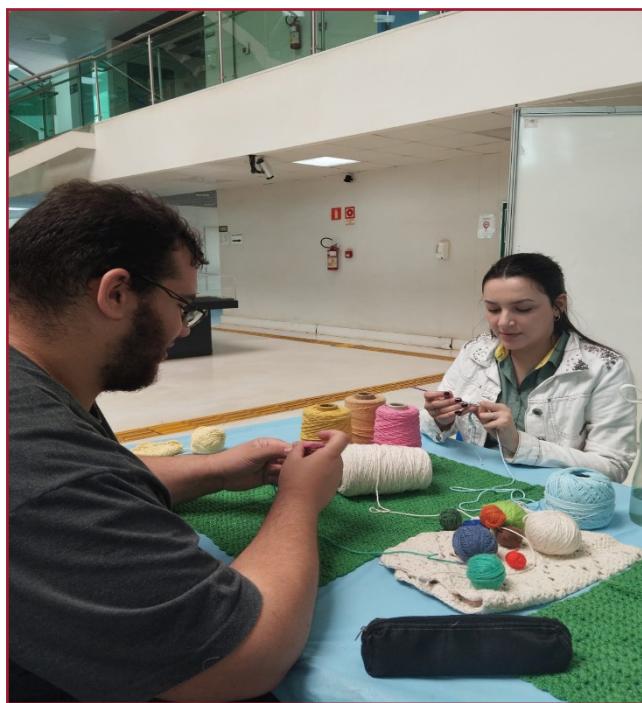
Figura 7 – UNIFEI de portas abertas



Fonte: elaborado pelo autor.

Também desenvolvemos oficinas e atendimentos semanais na universidade. Alguns alunos e servidores voluntários nos ajudaram na fabricação de peças que foram entregues neste ano de 2025 ao asilo na cidade vizinha São Domingos do Prata.

Figura 8 – Confecção de toucas



**Oficinas
Otium Caritatis**

Serão ofertadas duas oficinas de crochê:
1a Oficina: 21/10/2024
2a Oficina: 28/10/2024

Horário: 12h ás 15:30h
Local: Laboratório de Música

Inscrição para oficinas no QRcode:



Aguardamos você!
Time Otium Caritatis



Fonte: elaborado pelo autor.

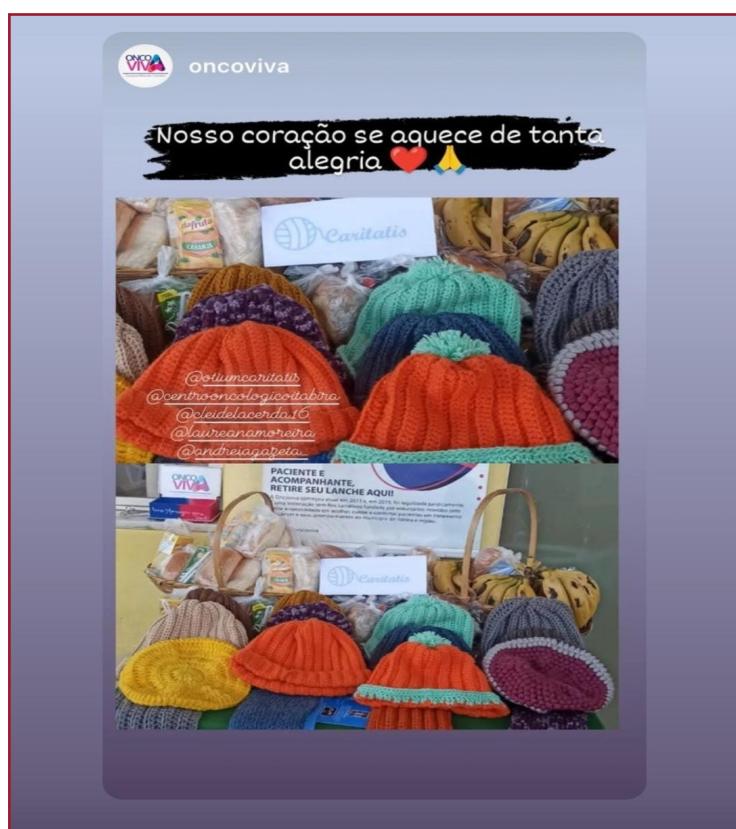
Na terceira etapa do projeto, realizamos uma avaliação abrangente, considerando diversos aspectos fundamentais. Analisamos as técnicas de artesanato

que foram aprendidas, o modo de execução do projeto e a escolha dos materiais, tanto físicos quanto não físicos. Também levamos em conta o local onde as atividades foram realizadas e outros fatores envolvidos no processo.

Além disso, focamos nos resultados em relação à saúde mental dos participantes, identificando benefícios e possíveis malefícios decorrentes da experiência. Essa avaliação nos permitiu refletir sobre o que poderia ser feito para otimizar ao máximo o tempo dedicado ao ócio criativo, promovendo um ambiente ainda mais construtivo e positivo.

Essa etapa teve uma duração média de uma semana e ocorreu na primeira semana de novembro, momento oportuno para consolidar aprendizados e planejar os próximos passos.

Figura 9 – Retorno das entidades atendidas



Fonte: elaborado pelos autores.

Por fim, na quarta etapa, que aconteceu no final de novembro após a última entrega de peças fabricadas, passamos pelo processo de adequação e ajustes do projeto, para que assim, possamos iniciar uma nova rodada no próximo ano de 2025.

4 PRETENÇÕES FUTURAS PARA O PROJETO DE OTIUM CARITATIS

Como objetivos futuros para o projeto, tem-se as seguintes ações (Quadro 1):

Quadro 1 – Objetivos futuros para o projeto

Mobilizar a socialização das técnicas aplicadas, o caráter social de difusão, preservação e comprometimento com a identidade cultural:
<ul style="list-style-type: none">• Seleção de profissionais que tenham conhecimento nas técnicas aplicadas para o público-alvo.• Produção e solicitação de material para utilização nos encontros entre professores e alunos.• Parceria com as escolas na oferta de espaços confortáveis para a realização dos cursos nos bairros ou escolas beneficiados.
Promover a inserção da comunidade em momentos de lazer, interação social e renda familiar:
<ul style="list-style-type: none">• Divulgação em mídias digitais.• Entrevistas em rádio e TV local.• Ações de divulgação nos bairros e estações culturais.
Possibilitar o movimento econômico a partir da comercialização e fonte de renda:
<ul style="list-style-type: none">• Promover encontros para a troca de experiência entre os alunos das práticas artesanais e artesãos/artistas do município;• Ampliar a oferta das técnicas artesanais orientada pelos profissionais da área;

Fonte: elaborado pelo autor

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O projeto de Extensão Otium Caritatis, ao proporcionar um espaço de ócio criativo, exerce um papel fundamental no bem-estar e desenvolvimento pessoal de alunos e servidores universitários. O ensino de técnicas de artesanato não apenas capacita os participantes em habilidades manuais, mas também estimula o pensamento crítico e a resolução de problemas, fomentando a geração de novas ideias e a formulação de estratégias para o futuro.

A interação promovida entre os participantes é uma das chaves para o sucesso do projeto, pois cria um ambiente colaborativo onde a troca de experiências enriquece o aprendizado. Essas trocas não apenas fortalecem laços sociais, mas

também possibilitam o compartilhamento de conhecimentos e perspectivas diversas, fundamentais para o crescimento pessoal e profissional.

Além disso, os momentos de prática artesanal contribuem significativamente para o desenvolvimento da concentração e do foco, uma vez que essas atividades exigem atenção aos detalhes e um engajamento completo no processo criativo. Com isso os participantes aprendem a valorizar o presente, promovendo um sentido de presença que muitas vezes perdido na correia do dia a dia.

Em suma, o Otium Caritatis não só enriquece a vida acadêmica, mas também promove um espaço de reflexão e autodescoberta, onde os participantes podem estabelecer metas e se preparar para os desafios futuros, tudo isso enquanto desfrutam do prazer e da satisfação que ao artesanato oferece.

REFERÊNCIAS

AZAMBUJA, Paula Lima; CONTE, Elaine; HABOWSKI, Adilson Cristiano. O planejamento docente na educação infantil: metamorfoses e sentidos ao aprender. **Pesquisa em Foco**, São Luís, v. 22, n. 2, Jul./Dez. 2017.

CABEZA, Manuel Cuenca; AMIGO, Macarena Cuenca. O encontro entre o ócio e a cultura: Reflexões sobre o ócio criativo desde a investigação empírica. **Revista Lusófona de Estudos Culturais**, v. 1, n. 2, p. 4-27 | 28-48, 2013.

CLAVE BRULE, M. **Managing anxiety in eating disorders with knitting**, 2009. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1936713/> Acesso em: 1 de ago. 2022.

CONTE, Elaine. Aporias da performance na educação. **Tese** (Doutorado em Educação). Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, 2012.

CSIKSZENTMIHALYI, M.; CUENCA CABEZA, M.; BUARQUE, C.; TRIGO, V. Y OTROS, (2001) **Ocio y desarrollo. Potencialidades del ocio para el desarrollo humano**. Colección de Documentos de Estudios de Ocio. Bilbao: Universidad de Deusto.

DE MASI, Domenico. **Como praticar ócio criativo nos dias de hoje**. Disponível em: <https://vocesa.abril.com.br/carreira/como-praticar-ocio-criativo-nos-dias-de-hoje-segundo-domenico-de-masi/>. Acessado em: 1 de ago. 2022.

DE MASI, Domenico. **O Ócio Criativo**. Entrevista a Maria Serena Palieri. Tradução de Léa Manzi. Rio de Janeiro: Sextante, 2000. Tradução de: Ozio Creativo.

GEDA, Yonas E. *et al.* Engaging in cognitive activities, aging, and mild cognitive impairment:a population-based study. **The Journal of neuropsychiatry and clinical neurosciences**, v. 23, n. 2, p. 149-154, 2011.

GESER, ANA CLAUDIA *et al.* **Ócio criativo aplicado nos estudantes do IFC-campus Araquari**, 2019.

HABOWSKI, Adilson Cristiano; CONTE, Elaine. O ócio criativo e a educação para o século XXI. **ARTEFACTUM-Revista de estudos em Linguagens e Tecnologia**, v.16, n. 1, 2018.

HABOWSKI, Adilson Cristiano; CONTE, Elaine. O ócio criativo e suas perspectivas na educação. **Linhas Críticas**, v. 26, 2020.

KELLER, Paulo Fernando. O artesão e a economia do artesanato na sociedade contemporânea. **Política & Trabalho**, n. 41, 2014.

LAFARGUE, Paul. **O direito à preguiça**. São Paulo: Editora Hucitec, 1999.

MEL, Lucimeire Vieira Rigonato da Silva *et al.* Os Desafios dos Educadores do Século XXI: Ensinar Com Alegria e Criatividade. **Rev. Saberes**, Rolim de Moura, vol. 3, n. 2, jul./dez., p. 126-137, 2015.

MIHALY CSIKSZENTMIHALYI . **Flow: The Psychology of Optimal Experience**, 1990, Publisher: Harper & Row Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/224927532_Flow_The_Psychology_of_Optimal_Experience Acesso em: 1 de ago. 2022.

SCARDOELLI, Márcia Glaciela da Cruz; WAIDMAN, Maria Angélica Pagliarini. " Grupo" de artesanato: espaço favorável à promoção da saúde mental. **Escola Anna Nery**, v. 15, p. 291-299, 2011.

SILVA, Susi Alves Silva. Quatro pilares da educação para o século XXI: análise de sua aplicação em uma escola de Aracaju. **Dissertação de Mestrado**. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 2012.

VIEIRA, Geruza Silva de Oliveira *et al.* **Artesanato: identidade e trabalho**. 2014.

Contribuição de autoria

1 – Danubia Junca Cuzzuol

Bacharel em Matemática pela Universidade Federal do Espírito Santo (UFES), mestrado e doutorado em Matemática pela Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG).
<https://orcid.org/0000-0001-6365-4616> · danubia@unifei.edu.br
Contribuição: Escrita - primeira redação, Escrita - revisão e edição

Como citar este artigo

CUZZUOL, D. J. Otium Caritatis. **Experiência. Revista Científica de Extensão**, V.11, e89656, 2025. DOI: <https://doi.org/10.5902/2447115189656>. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/experiencia/article/view/89656>. Acesso em: xx/xx/xx.