

## Relato de experiências

### “PAPO DE CALÇADA”: PROGRAMA DE RÁDIO CATIVA

### ESTUDANTES PELA TEMÁTICA DO ENVELHECIMENTO<sup>1</sup>

Cecília Helena Toledo Vieira<sup>2</sup>; [cicatoledo@puc-campinas.edu.br](mailto:cicatoledo@puc-campinas.edu.br)

Gustavo Henrique Tintori Goulart<sup>3</sup>; [gustavo.htg@puccampinas.edu.br](mailto:gustavo.htg@puccampinas.edu.br) (co-autor)

## RESUMO

O trabalho relata a experiência de um grupo de universitários da PUC-Campinas que, ao longo de 2023, participaram do Projeto de Extensão “Práticas educativas no processo de envelhecimento: a importância da comunicação e interação nos relacionamentos sociais”. O projeto teve a parceria da Pastoral da Pessoa Idosa (PPI) de Campinas, da Arquidiocese Metropolitana da cidade e o objetivo foi dar voz e visibilidade à liderança da PPI e discutir sobre o processo de envelhecimento. O principal produto do projeto foi o programa de rádio “Papo de Calçada”, produzido e veiculado na Rádio Brasil de Campinas (SP). Também foram elaborados minidocumentários com os entrevistados e cartilhas de comunicação para a PPI. Além dos líderes da PPI, foram entrevistados no programa de rádio docentes da PUC-Campinas e profissionais que atuam diretamente com pessoas idosas. Foram produzidos 26 programas “Papo de Calçada”, veiculados aos sábados.

## PALAVRAS-CHAVE

Extensão. Processo de envelhecimento. Programa de rádio.

## 1. INTRODUÇÃO

### 1.1 O envelhecimento populacional

No mundo todo, a proporção de pessoas com 60 anos ou mais está crescendo mais rapidamente do que qualquer outra faixa etária. No Brasil, a tendência se repete e é observada pelo IBGE desde a década de 70, quando as taxas de fertilidade e de mortalidade começaram a mudar, refletindo no atual perfil da população brasileira. Dados do IBGE<sup>4</sup> revelam que, entre 2012 e 2021, houve um aumento de 11,3% para 14,7% da população com mais de 60 anos no Brasil. Isto significa um crescimento no segmento de pessoas idosas de 22,3 milhões para 31,2 milhões, o que corresponde a uma expansão de 39,8% no

---

<sup>1</sup> Trabalho apresentado no 23º Encontro Nacional de Ensino de Jornalismo (ENEJor), realizado de 23 a 26 de abril, em Goiânia (GO).

<sup>2</sup> Mestre em Educação pela Faculdade de Educação da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas); jornalista e professora da Faculdade de Jornalismo da PUC-Campinas. É docente extensionista há sete anos.

<sup>3</sup> Graduando da Faculdade de Jornalismo da Pontifícia Universidade Católica de Campinas (PUC-Campinas). Foi bolsista neste projeto de extensão.

<sup>4</sup> Disponível em: <<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>>. Acesso em 13 de mar 2024.

período. Segundo projeções do Instituto, a partir de 2039 o Brasil terá uma população acima de 65 anos maior do que de crianças na faixa de 0 a 14 anos.

O Censo de 2022 corrobora com as projeções: o total de pessoas com 65 anos ou mais de idade no país chegou a 10,9% da população, com alta de 57,4% frente a 2010. Já a população idosa de 60 anos ou mais é de 32.113.490 (15,6%), um aumento de 56,0% em relação a 2010, quando era de 20.590.597 (10,8%).

Estes números fizeram a Organização das Nações Unidas (ONU) estimar que a população global de 60 anos ou mais vai dobrar até 2050, a maioria vivendo em países de renda baixa ou média. E que o Brasil será o sexto país do mundo em número de idosos. Não foi à toa que a Organização declarou que esta é a Década do Envelhecimento Saudável, um desafio para as autoridades do mundo todo.

São muitos os desafios que perpassam o processo de envelhecimento, dada a desinformação, as particularidades e os desafios do envelhecer, mas discutir e refletir sobre suas implicações na saúde física, mental e espiritual é fundamental e necessário não apenas às pessoas idosas, mas para toda sociedade.

O envelhecimento é um processo individual e reflete como o indivíduo interage com diversos fatores, como o biológico, o psicológico, o social e o espiritual. Por esta razão, o ser humano envelhece de diferentes maneiras. A dimensão cronológica não leva em consideração a história de vida do indivíduo, nem a maneira como ele lida com situações difíceis. Especialistas dizem que o critério cronológico é apenas um meio para se aferir o envelhecimento. Segundo o Guia do Líder Pastoral da Pessoa Idosa, da CNBB:

Uma história é interpretada e reinterpretada numerosas vezes pelo sujeito, elaborada não no tempo cronológico, medido em dias, meses e anos (*kronos*), mas, sim, em um horizonte de possibilidades do ser (*kairós*), expressão criada pelos antigos gregos para se referirem ao tempo vivido, sentimentos e memórias acumuladas pelo indivíduo na sua interação com as pessoas, o seu meio. Somos as experiências que vivenciamos no processo de nossa individualização, dentro de um tempo histórico.

Este e outros temas correlatos ao envelhecimento da população estão na pauta de discussões da PUC-Campinas, que há anos desenvolve projetos de Extensão com grupos sociais organizados, de natureza pública ou privada, da cidade de Campinas (SP) e de outros municípios da Região Metropolitana de Campinas (RMC).

Para reforçar o trabalho, a Universidade criou em 2020 o Centro de Envelhecimento e Longevidade Vitalità, que tem ações específicas voltadas ao

público acima de 60 anos. O Vitalità foi um dos parceiros do Projeto de Extensão “Práticas educativas no processo de envelhecimento: a importância da comunicação e interação nos relacionamentos sociais”, que teve como principal objetivo promover e estimular práticas educativas para a saúde da população idosa.

## **1.2 Práticas educativas no processo de envelhecimento**

As atividades de extensão propostas neste projeto tiveram como público-alvo direto as lideranças voluntárias da Pastoral da Pessoa Idosa (PPI)<sup>5</sup>, da Arquidiocese de Campinas. Por meio de práticas educativas, o projeto teve como meta capacitar a comunicação dos líderes da PPI para fortalecer seus vínculos com a população atendida e, conseqüentemente, os relacionamentos.

Foram estimuladas habilidades comunicacionais nas oficinas para que as lideranças pudessem avaliar seu desempenho nas entrevistas do programa de rádio “Papo de Calçada”, produzido pela docente e os estudantes na Rádio Brasil de Campinas<sup>6</sup>. O programa de rádio foi o principal produto de comunicação do Projeto de Extensão. As lideranças da PPI também participaram da produção de minidocumentários e podcasts e, assim, como no programa de rádio, puderam mensurar seus pontos fortes e fracos na comunicação interpessoal. Este exercício foi importante para que elas pudessem perceber e reconhecer a própria voz durante a gravação dos produtos de comunicação.

O conhecimento compartilhado destas lideranças – acumulado pela capacitação recebida pela própria PPI, pela experiência de vida e a atividade realizada junto às pessoas idosas – possibilitaram uma rica troca de saberes com a docente e os alunos, ampliando, assim, a discussão e a reflexão sobre o processo de envelhecimento.

Além do programa de rádio “Papo de Calçada”, dos minidocumentários e podcasts, o projeto elaborou cartilhas virtuais para a Pastoral da Pessoa Idosa de

---

<sup>5</sup> A missão da PPI é assegurar a dignidade e a valorização integral das pessoas idosas. As lideranças atuam diretamente nas suas comunidades, servindo como ponto de referência, de proteção e de garantia dos direitos da pessoa idosa. Em Campinas, há cerca de 90 líderes, que atuam na cidade e região. O grupo é formado basicamente por mulheres - apenas 20% são homens -, com idade entre 45 a 83 anos. O trabalho das lideranças é totalmente ecumênico e voluntário.

<sup>6</sup> A Rádio Brasil é a emissora da Arquidiocese de Campinas. No ar desde 1950, a rádio tem seu nome vinculado à evangelização e prestação de serviço. Associada da SIGNIS Brasil (Associação Católica de Comunicação), a Rádio Brasil integra a Rede Aparecida de Rádio. Até o momento, a rádio opera em AM, com o prefixo 1270 kHz e também pode ser acessada na internet, pelo site [www.brasilcampinas.com.br](http://www.brasilcampinas.com.br)

Campinas. As atividades planejadas e desenvolvidas tiveram ampla participação de 21 estudantes (um bolsista e 20 voluntários, de várias faculdades), lideranças da PPI, docentes da Universidade (muitos deles extensionistas) e profissionais que atuam diretamente com a população idosa.

## **2. Metodologia**

Para atingir os objetivos do projeto, foram utilizadas metodologias ativas e participativas, que tiveram como referência a educomunicação e a Comunicação Não-Violenta (CNV). As mediações feitas por meio da educomunicação proporcionaram a criação de novos modelos de relação pedagógica para o convívio e a produção de conhecimento entre os agentes (comunidade) e Universidade (docentes e estudantes).

As metodologias ativas têm como objetivo levar os públicos envolvidos no projeto ao protagonismo de sua aprendizagem. Elas se baseiam em estratégias, técnicas, abordagens e perspectivas de aprendizagem que têm em comum a colaboração no desenvolvimento de projetos e/ou produtos por meio do compartilhamento de saberes e conhecimentos de forma colaborativa e ativa, tornando-os protagonistas da própria aprendizagem.

A educomunicação compreende aspectos de formação de seus atores para a mídia e pela mídia. Cientes do processo de produção da mídia, os atores podem atuar como sujeitos produtores de informações e também podem usar a imprensa para uma reflexão da realidade social em que estão inseridos. Para Soares (2000), “é preciso criar novos modelos de relação pedagógica e comunicativa para que os adultos ensinem não o que os jovens devem aprender, mas como devem fazê-lo e não como devem comprometer-se, mas qual é o valor do compromisso”.

Estas metodologias foram selecionadas em função dos objetivos do projeto e de seu público-alvo. As pessoas idosas têm muito a falar e contar. Suas histórias de vida são ricas em emoção e expô-las é uma maneira eficaz de suavizar o fardo do tempo. Não é preciso ter domínio do aparato tecnológico disponíveis em aparelhos móveis para se comunicar. Para estudiosos como Morin (2000) e Freire (2004), a comunicação vai além de processos e habilidades, de tecnologias e sistemas de informação.

Para Morin (2000), a comunicação não garante a compreensão, que é vital para a educação. “A informação, se for bem transmitida e compreendida, traz inteligibilidade, condição primeira necessária, mas não suficiente, para a

compreensão”. (MORIN, 2000, p. 94). Para ele, a compreensão intelectual, que é aprendida em conjunto, partilhada e objetiva é insuficiente para a compreensão humana, mais intersubjetiva. De acordo com Morin (2000):

Esta comporta um conhecimento de sujeito a sujeito. Por conseguinte, se vejo uma criança chorando, vou compreendê-la, não por medir o grau de salinidade de suas lágrimas, mas por buscar em mim minhas aflições infantis, identificando-a comigo e identificando-me com ela. O outro não apenas é percebido objetivamente, é percebido como outro sujeito com o qual nos identificamos e que identificamos conosco, o *ego alter* quase se torna *alter ego*. (Morin, 2000, pg.95).

O processo de compreensão depende acima de tudo da empatia entre os agentes envolvidos. Para Goleman (2019), a empatia é um dos pilares da inteligência emocional, tão exigida pelos tempos modernos em função das intempéries e incertezas do século.

Por fim, Goleman (2019) classifica o interesse empático como a habilidade de perceber o que as pessoas esperam umas das outras. “É o que você deseja encontrar no seu médico, no seu cônjuge - e no seu chefe. O interesse empático tem suas raízes no sistema que faz com que os pais dediquem sua atenção aos filhos” (GOLEMAN, 2019, p. 16). Ou seja: o indivíduo sente intuitivamente a dor do outro, mas decide se vai atender ou não às suas necessidades.

Para os profissionais que lidam com a comunicação, como os jornalistas, é fundamental exercitar o interesse empático para realizar de forma mais imparcial possível suas atividades. Em outras profissões e atividades, como as dos líderes da Pastoral da Pessoa Idosa – que se confrontam com cenas de miséria e abandono – é preciso saber usar equilibradamente o interesse empático para não gerar sentimentos perturbadores de ansiedade e depressão.

Freire (2004) defende que o diálogo não é pura técnica, mas a oportunidade do sujeito trocar suas experiências a partir de sua “finitude consciente”. Para ele, somos seres inacabados e é essa inconclusão que “nos transforma em seres educados” (FREIRE, 2004, P.185). É pelo diálogo que o homem consegue inserir-se na sua realidade, podendo ser o verdadeiro sujeito da transformação. É no diálogo que o a educação se dá; é pelo diálogo que a problematização se dá. E é por meio dela que é possível transformar uma realidade. Esse processo, tão enaltecido por Freire, é a base da educação dialógica (Freire, 2020, p.67).

Falar corretamente e sem inibições é um trabalho que requer treino e conhecimento. A proposta deste projeto é capacitar as lideranças com exercícios

e dinâmicas para que elas melhorem a habilidade da comunicação, bem como tornem-se ouvintes ativos, que é outra condição essencial no trabalho dos líderes. Segundo Matos (2006, p.1) “saber ouvir é o maior segredo do sucesso na vida pessoa, profissional e empresarial”.

Para Matos, o diálogo pressupõe saber falar e saber ouvir. Para o autor, comunicação e relacionamento são dois conceitos interdependentes e essenciais no relacionamento humano. Para ele:

A comunicação é a arte e a ciência de escutar, falar e dar feedback, de maneira clara e simples. A boa comunicação evite desentendimentos, conflitos, bate-boca, mal-entendidos, reuniões improdutivas e negociações frustradas. Nesse sentido, a conversação deve ser produto de um processo de comunicação em mão dupla, em que falar e ouvir interagem como dois lados de uma mesma moeda (MATOS, 2006, p.117).

Uma das abordagens utilizadas que vem sendo muito aplicada na área social é da Comunicação Não-Violenta (CNV). Ela se baseia em habilidades de linguagem e comunicação para fortalecer a capacidade do indivíduo continuar sendo humano, principalmente diante das adversidades da vida. Para Rosenberg (2006):

O objetivo é nos lembrar do que já sabemos – de como nós, humanos, deveríamos nos relacionar uns com os outros – e nos ajudar a viver de modo que se manifeste concretamente esse conhecimento. ANV nos ajuda a reformular a maneira pela qual nos expressamos e ouvimos os outros. (ROSENBERG, 2006, p. 21).

As técnicas e práticas da CNV foram adequadas para este Projeto de Extensão por possibilitarem aprimorar os relacionamentos pessoais e profissionais a partir de novas formas expressão e comunicação. A CNV estrutura-se em quatro áreas: o que se observa, o que se sente (a partir da observação), o que é necessário (a partir do sentimento) e o que é pedido para enriquecer a vida. A empatia é o alicerce de todas as etapas.

Para Rosenberg, “o processo da CNV se baseia em práticas respeitadas que promovem a cooperação genuína” (ROSENBERG, 2019, p.13). E é essa capacidade de enxergar genuinamente o que os outros precisam que as lideranças da PPI têm como um de seus trunfos nas relações com a comunidade.

Empatia, diálogo, novas técnicas de comunicação. Soma-se a isso a comunicação assertiva, outro trunfo dos profissionais qualificados do século XXI. Para Brum:

Hoje, mais do que nunca, a comunicação assertiva deve fazer parte da estratégia de negócios das empresas e do plano de desenvolvimento individual dos profissionais de sucesso. O mercado, em seus mais

diversos segmentos, está buscando e valorizando os profissionais que dominam a arte de comunicar-se claramente e de modo eficaz (BRUM, 2021, p.19).

A cultura do diálogo foi o alicerce das rodas de conversa que perpassaram a produção do programa de rádio e de outros produtos de comunicação desenvolvidos neste projeto.

### **3. Desenvolvimento**

Todos os produtos de comunicação deste Projeto de Extensão tiveram como objetivo divulgar as ações das lideranças da PPI, bem como refletir sobre assuntos relacionados diretamente ao processo de envelhecimento. O principal produto do projeto, o programa de rádio “Papo de Calçada”, teve dois principais objetivos: dar voz aos líderes da PPI para que pudessem difundir o trabalho realizado na comunidade e, assim, sensibilizar mais pessoas para a atividade voluntária, e também refletir com a docente/locutora o processo de envelhecimento por eles vivenciados, na própria vida, e nas visitas que fazem às casas das pessoas idosas.

Para que estes objetivos fossem atendidos, a docente produzia semanalmente um roteiro de gravação, que era compartilhado previamente com cada entrevistado, sempre elegendo um tema pertinente à entrevista e de interesse da fonte (entrevistado).

Os primeiros programas foram feitos unicamente com as lideranças da PPI, mas logo no segundo mês de gravação tanto a docente como os alunos avaliaram que seria mais enriquecedor para o ouvinte a participação de professores da PUC-Campinas e de profissionais que atuassem diretamente com o público idoso. Assim, os programas passaram a reunir tanto as lideranças da PPI como outros entrevistados. Participaram 11 docentes da Universidade e três profissionais que lidam com pessoas idosas. Todos tinham em comum conhecimento sobre o processo de envelhecimento.

Foram produzidos de junho a dezembro 26 programas, com a duração de meia-hora, que foram veiculados na rádio Brasil aos sábados, das 16h30 às 17 horas. As gravações na rádio eram feitas às terças-feiras, das 13 às 15 horas, em um de seus estúdios. A edição, sonorização e produção das vinhetas também ficaram sob a responsabilidade da rádio. O último programa foi exibido em fevereiro de 2024.

As entrevistas foram importantes para a docente, estudantes e ouvintes conhecerem a rotina de trabalho dos líderes da PPI e também assuntos pertinentes às pessoas idosas. “Papo de Calçada” tornou-se, assim, o canal de comunicação entre as lideranças da PPI e os ouvintes da emissora.

A troca de saberes entre a apresentadora do programa, estudantes e entrevistados tornou-se uma rica oportunidade de aprendizado para todos. Vários temas de interesse foram abordados, como a importância da atividade física, a saúde bucal, os cuidados com o coração, a convivência social, como lidar com o luto e evitar quedas e acidentes dentro de casa, entre outros. Nas entrevistas foram passadas dicas de como conquistar a saúde física, mental e espiritual para ter um envelhecimento saudável.

Um grupo de estudantes participou semanalmente das gravações do programa. Para que todos pudessem participar das gravações dentro do estúdio e também das entrevistas para a produção dos minidocumentários e podcasts foi feito um revezamento entre os alunos: enquanto uns ficavam dentro do estúdio de gravação, outros produziam os produtos audiovisuais.

Os produtos audiovisuais – minidocumentários e podcasts – foram feitos pelos alunos com os entrevistados logo após a gravação dos programas de rádio. Para tanto, os estudantes aprenderam a usar os recursos do celular para captar imagem e áudio, e depois editar. Com o uso de microfone de lapela e um tripé, os alunos convidavam os entrevistados a se deslocar para um espaço externo, da própria rádio e, antes da gravação, eles discutiam previamente a pauta com o entrevistando, sempre a partir da vivência, experiência e conhecimento dos entrevistados. Todos os produtos foram divulgados nas redes sociais pelos estudantes, que semanalmente alimentavam as redes (Instagram e Facebook) com os vídeos deles próprios e dos produtos.

Foram produzidas duas cartilhas – Como Envelhecer bem e Comunicação Assertiva. O material foi produzido por grupos de alunos, sempre coordenados pela docente e o aluno bolsista e exigiram uma ampla pesquisa em artigos científicos e relatórios/cartilhas do Ministério da Saúde. O projeto editorial e gráfico foi desenvolvido pelos estudantes, sempre com a supervisão da docente.

#### **4. Considerações finais**

Apesar do debate sobre o processo de envelhecimento ter ganhado mais visibilidade na mídia nos últimos anos, em função do avanço da ciência e das pesquisas, a sociedade ainda sabe pouco sobre a experiência de envelhecer. Por isso, trabalhar com esta temática foi um dos maiores desafios do Projeto de Extensão. A decisão de escolher como produtos o programa de rádio “Papo de Calçada”, os minidocumentários, os podcasts e as cartilhas deram a oportunidade para que todos os atores envolvidos no projeto pudessem ampliar o debate sobre o processo de envelhecimento.

Para as lideranças da PPI, o programa de rádio possibilitou divulgar o trabalho realizado na comunidade, além de discutir e refletir com a docente/locutora temas relacionados ao processo de envelhecimento. O mesmo ocorreu com os docentes da Universidade e profissionais de mercado. O projeto trouxe, portanto, visibilidade tanto à temática como aos seus atores.

O projeto também atingiu outros públicos da Rádio Brasil, como os ouvintes do “Manhã Brasil”, apresentado ao vivo pela jornalista Camilla Godoi, que se manifestaram por áudio ou mensagem; os leitores do portal de notícias Digitais, da Faculdade de Jornalismo da PUC-Campinas, que divulgou o projeto e do site da Universidade, que abrange tanto seu público interno como o externo.

As redes sociais do programa de rádio também se relacionaram com o público por meio do material postado semanalmente pelos alunos. As postagens trouxeram informações sobre o programa, relatos de alunos e sempre uma chamada sobre o programa da semana. Na segunda feira, ao receber o link do rádio, os alunos faziam a postagem nas redes sociais. Dessa maneira, quem não conseguiu ouvir o programa no sábado à tarde, poderia fazê-lo pelo link da rádio, a partir da segunda-feira.

Para os estudantes, o projeto possibilitou o contato semanal com pessoas que já passaram dos 60 anos, enriquecendo sua formação humanística e profissional. A troca de saberes com as pessoas idosas possibilitou aos alunos ampliar o conhecimento e aguçar a curiosidade sobre temas pertinentes ao processo de envelhecimento, bem como da produção audiovisual e textual, para as cartilhas. Os estudantes tiveram a oportunidade de trocar experiências pedagógicas e da sua área de formação entre o próprio grupo, enriquecendo seu crescimento pessoal, estudantil e profissional.

Outro objetivo atingido foi proporcionar aos entrevistados a oportunidade de refletir sobre suas práticas comunicativas. Ser entrevistado no rádio foi uma experiência rica a todos os atores, que puderam experimentar suas habilidades e competências comunicacionais, refletindo com a docente e alunos, após as entrevistas, sobre sua performance.

## REFERÊNCIAS

BRUM, Débora. **Comunicação Assertiva**: aprenda a arte de falar e influenciar. São Paulo: Literare Books Interenacional, 2021.

FREIRE, Paulo. **Extensão ou Comunicação**; tradução Rosiska Darcy de Oliveira, 22 ed - Rio de Janeiro/São Paulo: Paz e Terra, 2020.

\_\_\_\_\_. **Pedagogia da autonomia: organização e notas**. São Paulo: Editora UNESP, 2014.

GOLEMAN, Daniel. **Empatia** (Coleção Inteligência Emocional - HBR). Rio de Janeiro: Sextante, 2019.

MATOS, Gustavo Gomes de. **A cultura do diálogo**: uma estratégia de comunicação nas empresas. Rio de Janeiro: Elsevier, 2006.

ROSENBERG, Marshall B. **Vivendo a comunicação não violenta**; tradução Beatriz Medina. Rio de Janeiro: Sextante, 2019.

\_\_\_\_\_. **Comunicação Não-Violenta**: técnicas para aprimorar relacionamentos, pessoas e profissionais. São Paulo: Editora Ágora, 2006.

SOARES, Ismar. **Educomunicação**: um campo de mediações. Comunicação & Educação, São Paulo, (19): 12 a 24, set./dez. 2000.

## Links dos produtos:

[https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo\\_puc-campinas\\_edu\\_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Cartilhas?csf=1&web=1&e=1A3sAD](https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo_puc-campinas_edu_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Cartilhas?csf=1&web=1&e=1A3sAD)

[https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo\\_puc-campinas\\_edu\\_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Podcasts?csf=1&web=1&e=blMQi](https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo_puc-campinas_edu_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Podcasts?csf=1&web=1&e=blMQi)

[https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo\\_puc-campinas\\_edu\\_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Programas%20Pap%C3%A7o%20de%20Cal%C3%A7ada?csf=1&web=1&e=d2jaSo](https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo_puc-campinas_edu_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/Programas%20Pap%C3%A7o%20de%20Cal%C3%A7ada?csf=1&web=1&e=d2jaSo)

[https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo\\_puc-campinas\\_edu\\_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/V%C3%ADdeos?csf=1&web=1&e=yte1CW](https://pucc365-my.sharepoint.com/:f/r/personal/cicatoledo_puc-campinas_edu_br/Documents/Relat%C3%B3rio%20Projeto%20de%20Extens%C3%A3o%20-%20Profa.%20Cec%C3%ADlia%20Helena%20Toledo%20Vieira/V%C3%ADdeos?csf=1&web=1&e=yte1CW)