**Categoria do manuscrito:** Do diagnóstico à ação: experiências em promoção da atividade física.

**Programa de estimulação e reabilitação cognitiva: Oficina da Lembrança**

**A Stimulation and rehabilitation program: Oficina da Lembrança**

**Título resumido:** Oficina da Lembrança

**Rodrigo de Rosso Krug –** Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas (PPGCM), Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

**Lariane Mortean Ono** - Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas (PPGCM), Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

**Anna Quialheiro –** Universidade do Sul Catarinense (UNISUL), Tubarão, Santa Catarina, Brasil.

**Eleonora d’Orsi** – Universidade Federal de Santa Catarina (UFSC), Programa de Pós-Graduação em Ciências Médicas (PPGCM), Florianópolis, Santa Catarina, Brasil.

**Luiz Roberto Ramos –** Universidade de Federal de São Paulo (UNIFESP), Programa de Pós-Graduação em Saúde Coletiva (PPGSC) São Paulo, São Paulo, Brasil.

**André Junqueira Xavier** – Universidade do Sul Catarinense (UNISUL), Palhoça, Santa Catarina, Brasil.

**Autor para contato:**

Rodrigo de Rosso Krug. Centro de Ciências da Saúde, bloco A, sala 126, Campus Universitário, Trindade, Florianópolis, SC, Brasil. CEP: 88040-410. Fone: 48 37213418. E-mail: rodrigo\_krug@hotmail.com

**Número de palavras no texto: 1789**

**Número de palavras no resumo: 144**

**Número de palavras no abstract: 138**

**Número de referências: 14**

**Número de ilustrações: 1**

**RESUMO**

Este artigo apresenta o método do programa de estimulação e reabilitação cognitiva “Oficina da Lembrança”, em execução em três universidades brasileiras. São elegíveis para este programa pessoas da comunidade com 50 anos ou mais de idade que apresentam queixas de memória e apresentam interesse em participar. Cada sessão é composta de um a três encontros/semana (aproximadamente 20 encontros/semestre), com grupos de 10 a 20 participantes que realizam atividades em computadores, atividades físicas e um encerramento com relatos individuais orais com compartilhamento das experiências vividas no encontro (aproximadamente 90 minutos). No primeiro e no último encontro do semestre são coletados variáveis sociodemográficas, de saúde e comportamentais, status cognitivo, capacidade funcional e a presença de sintomas depressivos. Programas como este são extremamente importantes na sociedade atual, pois podem proporcionar vários benefícios à população, principalmente auxiliar na melhora da função cognitiva, promoção da saúde e integração social.

**PALAVRAS-CHAVE:** Idosos. Atividade motora. Uso de Computadores. Terapia Cognitiva.

**ABSTRACT**

This article presents the method of the stimulation and cognitive rehabilitation program “Oficina da Lembrança, running in three universities Brazilian. Are eligible for this program people of community with aged 50 or older, have memory complaints and interest in participating. Each session is composed by one the three weekly/meetings (approximately 22 meetings/semester), with groups of 10 the 20 participants who perform activities on computers, physical activities and is a foreclosure with oral individual accounts and sharing meeting experiences (approximately 90 minutes). In the first and last meeting of semester are collected variables sociodemographic, of health and lifestyle factors, cognitive status, functional capacity/disability and the presence of depressive symptoms. Programs like this are extremely important in today's society, they can provide several benefits to population, especially helping to improve cognitive function, health promotion, quality of life and social integration.

**KEYWORDS:** Aged. Motor Activity. Computers. Cognitive Therapy.