



**Figura 1:** Dr. Thomaz Décio Abdalla Siqueira (Comissão Própria de Avaliação - CPA/UFAM – Presidente da CPA), em frente ao antigo prédio da Faculdade de Educação – FACED/UFAM (no centro de Manaus). Kemel Barbosa, 2020.

## POEMA

O valioso tempo dos maduros

“Contei meus anos e descobri que terei menos tempo pra viver  
daqui para frente do que já vivi até agora.

Tenho muito mais passado do que futuro.

Sinto-me como aquele menino que recebeu uma bacia de cerejas.

As primeiras, ele chupou displicente, mas percebendo que faltam  
poucas, rói o caroço.

Já não tenho tempo para lidar com mediocridades.

Não quero estar em reuniões onde desfilam egos inflamados.

Inquieto-me com invejosos tentando destruir quem eles admiram, cobiçando seus lugares, talentos e sorte.

Já não tenho tempo para conversas intermináveis, para discutir assuntos inúteis sobre vidas alheias que nem fazem parte da minha.

Já não tenho tempo para administrar melindres de pessoas, que apesar da idade cronológica, são imaturos.

Meu tempo tornou-se escasso para debater rótulos, quero a essência, minha alma tem pressa.

Sem muitas cerejas na bacia, quero viver ao lado de gente humana, muito humana: que sabe rir de seus tropeços, não se encanta com triunfos, não se considera eleita antes da hora, não foge de sua mortalidade, quero caminhar perto de coisas e pessoas de verdade.

O essencial faz a vida valer a pena.

E para mim, basta o essencial!"

**Autor:** Mário de Andrade (Disponível em:

<https://institutoloureiro.com.br/o-valioso-tempo-dos-maduros/>

Acessado em 20/06/2021 às 14:55 min.

### **Os Artigos selecionados são:**

**EFEITOS DO TREINO DE HIPERTROFIA NO PERFIL GLICÊMICO DE MULHERES DIABÉTICAS TIPO 2: CONCEPÇÃO, DINAMIZAÇÃO E AVALIAÇÃO DE UM PROGRAMA DE INTERVENÇÃO** – Rafael Castro Guimarães;

**TRANSTORNO DO DESENVOLVIMENTO DA COORDENAÇÃO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA PRODUÇÃO CIENTÍFICA NO BANCO DE DADOS DA ScieELO** - Marta Patrícia Faianca Sodré; Francianne Farias dos Santos; João Otacílio Libardoni dos Santos;

**UMA HISTÓRIA DE AMOR: TRAJETÓRIA HISTÓRICA DA INDÚSTRIA DE CONSTRUÇÃO PESADA NO BRASIL** - Jefferson Fernandes de Souza;

**PROMOÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA DA PESSOA IDOSA NO SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS – SCFV** – Clenilton Martins Faria; Daieny Panhan Theodório;

**ESTADO E POLÍTICAS DE AÇÃO NUMA ZONA DE FRONTEIRA** - Elane Lopes Monteiro; SOUZA, Sebastião Perez Souza; Wendell Teles de Lima;

**ESTUDO DO PERFIL DA COORDENAÇÃO MOTORA GROSSA EM PRÉADOLESCENTES** - Carneiro, N. B.; 2 Ferreira, L. F.;

**INFLUÊNCIA DO TREINAMENTO DE FORÇA NO EQUILÍBRIO EM IDOSOS** - Cauany Beatriz Amorim Bulcão; Marcelle Esteves Reis Ferreira; Gustavo Marques Porto Cardoso; Wilton Nascimento Figueredo;

**ESTRESSE NO CONTEXTO ACADÊMICO** - Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior; Carla de Oliveira Duarte;

**JUDAS AHSVERUS E A SOCIEDADE ESQUECIDA** - Aline D' Paula Miranda Silva.

**BANNER DA *LIVE* ELABORAÇÃO DE PROJETOS PARA CAPTAÇÃO DE RECURSOS SOCIAIS 30/05/2021:**

**ELABORAÇÃO DE PROJETOS SOCIAIS** – Dr. Thomaz Décio Abdalla Siqueira;

**METÁFORA E A PRODUÇÃO DE SENTIDOS: UMA ANÁLISE COGNITIVO-DISCURSIVA DOS ENUNCIADOS PRESIDENCIAIS** - Shirlen Viana;

**ESTUDO DE CASO: PLANEJAMENTO E MÉTODOS, 2.<sup>a</sup> ed. 2001** - Shirlen Viana;

**EMERGÊNCIA E URGÊNCIA NA EDUCAÇÃO FÍSICA ESCOLAR: expectativa no isolamento social** – Dra. Carmen Silvia Martini;

**ATIVIDADES RÍTMICO-CULTURAIS: Unidade II - Valor Educacional – Parte I** - Dra. Carmen Silvia Martini.

#### **PLANOS DE AULAS:**

**PLANO DE AULA 01 - TEMA: BENEFÍCIOS DA ATIVIDADE FÍSICA A SAÚDE MENTAL** - Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior;

**PLANO DE AULA 02 - TEMA: COMO A ATIVIDADE FÍSICA PODE CONTRIBUIR PARA UMA MELHOR QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE SOBRE O ESTRESSE NO CONTEXTO ACADÊMICO** - Nelzo Ronaldo de Paula Cabral Marques Junior.



**Figura 2:** Professor Titular da Faculdade de Educação Física e Fisioterapia – FEFf da Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Presidente da Comissão Própria de Avaliação – CPA e Editor do BIUS – FEFf/UFAM. **Fonte:** Ronaldo Marques (2021).

## Nasceu julho

Nasceu julho  
Esperanças  
Águas de chuva  
Lavando a alma  
e trazendo bonança.

Dias de vitória  
Dias de honra  
Estação mudou  
E a vida teima em girar.

Nasceu julho  
Nasce aqui novo amar.  
Renovam-se as promessas  
Pelos sonhos que se sonhou

Há contentamento  
Há realização  
Doce é ver chegar o que se tanto esperou.

Nasce julho

E com ele bons tempos sobre nós virão  
Renasce a esperança

Vivifica-se a cada manhã  
Sonhos que sonhados sozinhos  
No coração de Deus se formarão

Em breve a água lava  
A chuva serôdia cai fazendo brotar a semente  
Nasceu Julho  
e os dias de sol brilharão novamente!  
Faça desse novo mês algo fantástico!

**Fonte:** <https://www.mensagenscomamor.com/um-poema-para-cada-mes> Acessado em 30/06/2021 às 16h39 min.



**Figura 3:** Campus Universitário da Universidade Federal do Amazonas - UFAM. **Fonte:** Kemel Barbosa (2021).



**Figura 4:** Comissão Própria de Avaliação – CPA/ UFAM. **Fonte:** Kemel Barbosa (2021).