

Olá, estudante matriculado(a) a partir do terceiro semestre.

As Trilhas de Aprendizagem do Programa Propósito de Vida (PPV) fazem parte das matrizes curriculares dos cursos de graduação da UCB. **Cada estudante deve cumprir 40 horas de Trilhas de Desenvolvimento dentro da carga horária de atividades complementares do seu curso.**

Confira as atividades das trilhas para este semestre. Escolha a trilha e a atividade que deseja realizar. Lembre-se de que, **ao longo do seu curso, é necessário que você participe de atividades de pelo menos duas trilhas diferentes.**

Temos Trilhas em três modalidades, confira abaixo:

**1) Trilhas presenciais - Incrições no Portal do Estudante -**

<https://l1nq.com/dHH36>

- Trilha de Espiritualidade: Oficina: Meditação Cristã
- Trilha de Cultura: Oficina: Capoeira e Clube do Livro
- Trilha de Esporte: Oficina: Esportes coletivos de Quadra
- Trilha de Esporte: Oficina: Luta Livre e Wrestling
- Trilha de Liderança: Mentoria Universitária

**2) Trilhas On-line (síncronas) - Incrições no Portal do Estudante -**

<https://l1nq.com/dHH36>

- Trilha de Liderança: Oficina: Construindo pontes: A ciência da felicidade e a saúde mental para todos.
- Trilha de Liderança: Oficina: Gestão do tempo para uma maior Qualidade de Vida
- Trilha de Aprendizagem da Pesquisa: Oficina: Metodologia da pesquisa científica: questões introdutórias.

**3) Trilhas online – cursos autoinstrutivos**

**Cursos na Plataforma ESPERANÇAR**

Para realizar os cursos, é bastante fácil. Basta acessar o link, inscrever-se na plataforma e escolher o curso que deseja fazer.

Link: <https://esperancar.catolica.edu.br/>

### **Atenção!!!**

Nesta modalidade só serão válidos como atividades das Trilhas do PPV, os seguintes cursos:

#### **Na Trilha de Espiritualidade**

- Felicidade e Bem Viver; Cuidado Integral; Ética e Responsabilidade.

#### **Na Trilha de Liderança**

- Gestão do tempo; Mediação de Conflitos e Comunicação Não Violenta; Liderança Inspiradora; Direitos Humanos; Educação Popular e Direitos Humanos.

#### **Na Trilha de Empreendedorismo**

- Tecnologia e sustentabilidade

**ATENÇÃO! Especificamente para esta modalidade, ao final de cada curso escolhido, um certificado será emitido e você deverá registrar as horas correspondentes a ele no Portal do Aluno, no campo específico de Atividades Complementares.**

É importante não deixar para o último semestre a realização das atividades complementares das Trilhas do PPV. As atividades propostas nas trilhas são planejadas para complementar e ampliar o seu aprendizado.

Caso tenha qualquer dúvida, procure a coordenação do seu curso ou o Setor de Pastoralidade na sala A 015, no bloco central.

Abraços,

Professora Vanildes Gonçalves dos Santos, coordenadora de Pastoralidade da UCB.

Professor Luiz Claudio Oliveira, coordenador do Núcleo de Formação Geral e Humanística (NFGH).