



PARECER CONEXT N.17/2026

Referência: 01-P-50298/2025

Interessado: Faculdade de Ciências Médicas

Assunto: CURSO DE EXTENSÃO-S- FCM-0916

O CONSELHO EXECUTIVO DE EXTENSÃO - CONEXT em sua 58ª Reunião Ordinária, realizada em 13/03/2026, aprovou o CURSO DE EXTENSÃO-S (conforme segue):

PROCESSO Nº: 01-P-50298/2025

NOME: INTRODUTÓRIO DE MINDFULNESS EM 8 SEMANAS

TIPO: CURSO DE EXTENSÃO-S

SIGLA: FCM-0916

OFERECIMENTO: 001 e sob demanda

FORMA DE REALIZAÇÃO: A DISTÂNCIA

CARGA HORÁRIA : 16h

CUSTO POR ALUNO: R\$ 461,54 e sob demanda

PÚBLICO ALVO: O público-alvo deste curso compreende pessoas maiores de 18 anos, com ensino médio completo e que estejam interessadas em aprimorar suas habilidades de atenção, autoconsciência e autorregulação emocional. O curso é especialmente indicado para quem busca estratégias eficazes de manejo do estresse, aumento do bem-estar e melhoria da qualidade de vida. O curso é voltado tanto para o público em geral quanto para estudantes e profissionais de qualquer área que desejem integrar práticas de Mindfulness ao seu cotidiano pessoal e profissional.

PRÉ-REQUISITO: MÉDIO

NÚMERO DE VAGAS: 15

PROFESSOR RESPONSÁVEL: DR. LUIS FERNANDO FARAH DE TOFOLI

EMENTA : Saindo do piloto automático. Mindfulness do corpo. Mindfulness dos movimentos. Expandindo Mindfulness: Lidando com dificuldades. Mindfulness e o silêncio. Mindfulness e compaixão. Mindfulness para toda vida.

APROVADO NA CONGREGAÇÃO DA FCM EM: 12/12/2025

Encaminhe-se à CEPE para deliberação.

Campinas, 13 de março de 2026.

Prof. Dr. Rodolfo de Carvalho Pacagnella
Coordenador Geral de Extensão
Vice-Presidente do CONEXT

Documento assinado eletronicamente por RODOLFO DE CARVALHO PACAGNELLA, COORDENADOR GERAL DE EXTENSÃO, em 16/03/2026, às 15:13 horas, conforme Art. 10 § 2º da MP 2.200/2001 e Art. 1º da Resolução GR 54/2017.



**A autenticidade do documento pode ser conferida no site:
sigad.unicamp.br/verifica, informando o código verificador:
BB2AC9B0 5AEC4184 B624B76A 96478C41**

