

# PROJETO ENVELHECIMENTO ATIVO COM INCLUSÃO DIGITAL



- ✓ Local: Parque dos Espanhóis Sorocaba / SP
- ✓ Público 120 idosos
- ✓ Atendimento do Serviço Social: todas as manhãs
- ✓ Envelhecimento Ativo (atividade física): 2ª, 4ª e 6ª feira
- ✓ Curso de Inclusão Digital: 3ª e 5ª feira



# ADES - AGÊNCIA DE DESENVOLVIMENTO ECONÔMICO SOCIAL

## OBJETIVO

Prestar atendimento socioassistencial, garantindo o acesso às políticas públicas relacionadas a demanda por meio dos serviços e da rede socioassistencial local e ser referência em ações voltadas aos cidadãos com idade igual ou superior a 60 anos no conceito “Envelhecimento Saudável”, priorizando a independência, participação, autorrealização, dignidade e qualidade de vida.



## O PROJETO

Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para idosos, realizando atendimentos individuais, familiares e atividades em grupo com foco:



- Educação para inclusão digital;
- Atividades físicas que promovam o envelhecimento ativo e saudável.

# PÚBLICO

Atendimento do Idoso, o que compreende pessoas com idade igual ou superior a 60 anos (havendo vagas remanescentes poderão ser aceitos adultos a partir dos 55 anos):

- Ambos os sexos;
- Alfabetizados;
- Com autonomia para comparecer às atividades.



# LOCAL DE EXECUÇÃO DO PROJETO

O projeto é desenvolvido no Parque dos Espanhóis, na Rua Doutor Campos Salles – Vila Assis – Sorocaba/SP



# ESTRUTURA DISPONÍVEL

O Parque dos Espanhóis disponibiliza ao Projeto Envelhecimento Ativo com Inclusão Digital um salão de 400 m<sup>2</sup> com cadeiras removíveis, palco e equipamento de som.

Também disponibiliza uma sala reservada para atendimento individual do serviço social e uma sala onde serão instalados os computadores para o curso de inclusão digital.



## META DE ATENDIMENTO

As oficinas de atividade física atendem em média 120 idosos por dia, com demanda reprimida de cerca de 40 idosos.

O curso de inclusão digital disponibiliza 28 vagas por módulo, totalizando ao final de 12 meses o atendimento de 84 idosos.



# CURSO DE INCLUSÃO DIGITAL

6

## Objetivos do Curso

Totalmente pensado para atender as necessidades de inclusão digital do público idoso, com foco também na inclusão social, autonomia e oferta de atividades de socialização.

- Inclusão digital de pessoas acima de 60 anos, por meio do ensino de conceitos básicos sobre uso e manejo de dispositivos digitais e suas formas de uso no dia a dia, incluindo treinamento no uso de computadores, uso de internet, uso de redes sociais, cadastro e uso de aplicativos de comunicação.
- Contribuir para um processo de envelhecimento ativo, saudável e autônomo por meio de oficinas de inclusão digital com vistas ao desenvolvimento de novas sociabilidades;
- Proporcionar oportunidades de escuta e trocas entre os usuários;



# CURSO DE INCLUSÃO DIGITAL

7

## Forma de Condução do Curso

- Seleção dos alunos pelo serviço social, respeitando a ordem de chegada
- Duas turmas por trimestre
- Aulas presenciais
- Dois educadores / monitores para um grupo de 14 alunos
- Distribuição de apostilas
- Módulos trimestrais de acordo com a evolução e interesse dos alunos
- Apoio na utilização de recursos particulares, como celular
- Aulas com duração de 1h00m / 2 vezes na semana
- Atendimento do serviço social para as demandas individuais



# OFICINA DE ATIVIDADE ESPORTIVA<sup>8</sup>



## Objetivos da Oficina

- ✓ Contribuir para um processo de envelhecimento ativo, saudável e autônomo por meio de oficinas de atividades físicas com vistas ao desenvolvimento de novas sociabilidades;
- ✓ Favorecer o desenvolvimento de atividades intergeracionais, propiciando trocas de experiências e vivências, fortalecendo o respeito, a solidariedade e os vínculos familiares e comunitários.
- ✓ Proporcionar oportunidades de escuta e trocas entre os usuários;

# OFICINA DE ATIVIDADE ESPORTIVA <sup>9</sup>



## Forma de condução da Oficina

- Aulas presenciais conduzidas pela professora de Educação Física
- Duas turmas formadas (60 alunos por turma)
- Aulas 3 vezes por semana com duração de 1h00m
- Atendimento do serviço social para as demandas individuais



# RESULTADOS ESPERADOS

- ✓ Ter evitado o isolamento dos idosos;
- ✓ Ter contribuído no processo de envelhecimento ativo dos participantes;
- ✓ Ter assegurado a inclusão digital básica, de modo que o idoso possa ter autonomia nas questões diárias que requerem uso de equipamentos de tecnologia, como computador e celular.
- ✓ Ter possibilitado espaço de fala e escuta aos participantes, de modo que reconheçam e acessem seus direitos;
- ✓ Ter sanado as dúvidas referentes a benefícios e programas de transferência de renda;
- ✓ Ter possibilitado espaço de fala e escuta aos participantes, de modo que reconheçam seus direitos;
- ✓ Ter acionado a rede socioassistencial nos casos que necessitam de proteção a pessoa.



# IMPACTOS SOCIAIS ASSOCIADOS AOS OBJETIVOS DE DESENVOLVIMENTO SUSTENTÁVEL

3

SAÚDE E BEM-ESTAR



Grupos de ginástica com atividades específicas para o público idoso;  
Grupos de convivência e fortalecimento de vínculos familiares e comunitários.

10

REDUÇÃO DAS DESIGUALDADES



Atendimento do serviço social com vistas a garantia dos direitos do público idoso e de seus familiares;  
Educação e inclusão digital do público idoso promovendo acesso ao mundo digital.

16

PAZ, JUSTIÇA E INSTITUIÇÕES EFICAZES



Compromisso institucional da ADES na eficácia dos projetos desenvolvidos.

17

PARCERIAS E MEIOS DE IMPLEMENTAÇÃO



Trabalho articulado com a rede afim de implementar projetos que atendam as políticas públicas.

# NOSSOS CONTATOS

Endereço da sede administrativa:

Rua Angelo Elias, 443

Bairro Santa Rosália

Sorocaba / SP

Endereço eletrônico:

[www.adesprojetos.com.br](http://www.adesprojetos.com.br)

[adesprojetos@gmail.com](mailto:adesprojetos@gmail.com)

Contato telefônico

(15) 99133-7452

João Nunes

