



AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

SECRETARIA DE ESTADO JUSTIÇA DIREITOS HUMANOS E CIDADANIA - SEJUSC
SECRETARIA EXECUTIVA ADJUNTA DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA - SEADPI

PROJETO PÉ NA ESTRADA - CONECTANDO A PESSOA IDOSA COM A NATUREZA

MANAUS/AM

2025

www.sejusc.am.gov.br
instagram: @SejuscAm
twitter.com/SejuscAm
facebook.com/SejuscAM

Fone:(92) 3632-0654
Rua Bento Maciel, 02,
Conjunto Celetramazon -
Adrianópolis.
Manaus – Am – CEP 69057-300

▶ **Secretaria de
Justiça, Direitos
Humanos e Cidadania**



1. INTRODUÇÃO

O PROJETO PÉ NA ESTRADA caracteriza-se como uma ação voltada para efetivação dos direitos da pessoa idosa, promovendo a interlocução do Estado e da Sociedade Civil relacionada ao segmento, direitos estes fundamentados na Lei nº 10.741 de 01 de outubro de 2003, nomeada como Estatuto da Pessoa Idosa e seguindo orientação da Lei nº 8. 842 de 04 de janeiro de 1994, nomeada como Política Nacional do Idoso – PNI. O projeto atuará em consonância com as Leis específicas, sobretudo no que concerne aos direitos à educação, cultura, esporte e lazer, proporcionando um espaço que permita interação com a natureza e o meio ambiente, desempenhando um papel fundamental no seu bem-estar físico e emocional.

1.1. PROJETO PÉ NA ESTRADA - CONECTANDO A PESSOA IDOSA COM A NATUREZA

O Projeto consiste em ações voltadas para proporcionar recreação e turismo rural, com foco em questões ambientais, contato com a natureza e lazer sustentável, com atividades que estimulem a saúde física e mental.

Possui como público-alvo os envelhecetes e pessoas idosas inscritas em grupos de idosos cadastrados e atendidos pela Secretaria de Estado da Justiça e Cidadania (SEJUSC) localizados em Manaus e quatro municípios da região metropolitana, sendo: Iranduba, Presidente Figueiredo, Manacapuru e Novo Airão.

As ações de execução do projeto consistem em: (i) Atividades de Educação Ambiental, sustentabilidade e práticas em agroecologia; (ii) Atividades físicas como dança, hidroginástica e caminhada ecológica em grupos, de acordo com as limitações físicas dos idosos (iii) Roteiro de visitação à fazenda para conhecer espaços e potencialidades regionais, (iv) Distribuição e Plantio de mudas para reflorestamento nos espaços de vivência da pessoa idosa.



Visa um espaço acessível e adaptado para as pessoas idosas com mobilidade reduzida ou usuários de cadeira de rodas, proporcionando a inclusão de todos os idosos participantes e assim combatendo a segregação e preconceito contra este público.

Um dos espaços adaptados a ser disponibilizado será o dormitório/alojamento, que servirá para repouso e descanso para os idosos, assim como, local de troca de roupa para as atividades esportivas e aquáticas.

O local de realização do projeto deverá oferecer palestras sobre empreendedorismo rural e seus benefícios, com o intuito de fomentar a autonomia e independência financeira para a pessoa idosa.

Através do projeto os idosos participantes poderão presenciar o cultivo de hortaliças e a colheita de frutas variadas, e através da orientação dos guias dos passeios receberão informações sobre alimentação saudável e sua importância, assim como, também irão ser ofertados aos idosos refeições (café da manhã e almoço) balanceadas e adequadas para as pessoas idosas produzidos com ingredientes típicos da região.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo Geral

Contribuir para o envelhecimento saudável, proporcionando experiências que promovem o bem-estar físico e mental, a socialização, o estímulo cognitivo, a conexão com a natureza, além de oferecer oportunidades culturais e socioambientais.

2.2. Objetivos Específicos

- Promover a interação social e fortalecer os laços comunitários, criando atividades planejadas que incentivem a interação entre os usuários;
- Estimular o contato direto com a natureza e recursos naturais, oferecendo atividades específicas, a fim de proporcionar uma experiência mais profunda e significativa de conexão com o ambiente rural;



- Incentivar hábitos alimentares saudáveis, oferecendo uma experiência gastronômica que promova a importância da alimentação saudável;
- Criar oportunidades culturais e socioambientais, tais como música ao vivo e danças tradicionais;
- Avaliar o impacto na qualidade de vida e bem-estar físico e mental, através de pesquisa de satisfação pós-evento, para avaliar o impacto da atividade na qualidade de vida, bem-estar físico e mental dos usuários;
- Assegurar os direitos inerentes à pessoa idosa previstos no artigo 3º da Lei 10.741/2003 (Estatuto do Idoso).

3. PÚBLICO ALVO

Pessoas envelhecidas, a partir de 45 anos de idade e pessoas idosas de grupos cadastradas na Secretaria de Justiça, Direitos Humanos e Cidadania (SEJUSC), no âmbito da Secretaria Executiva Adjunta de Direitos da Pessoa Idosa (SEADPI), localizados em Manaus e municípios da região metropolitana, sendo: Iranduba, Presidente Figueiredo, Manacapuru e Novo Airão, divididos nos seguintes quantitativos:

- Iranduba: 100 pessoas;
- Presidente Figueiredo: 50 pessoas;
- Manacapuru: 50 pessoas;
- Novo Airão: 50 pessoas;
- Manaus: 3.750 pessoas

4. JUSTIFICATIVA

O Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022) destaca que a população idosa tem crescido de forma acelerada nos últimos anos, o que revela efeitos do processo de envelhecimento da população do país.



No ano de 2022, o total de pessoas com 65 anos ou mais no Brasil, chegou a 22.169.101 (vinte e dois milhões, cento e sessenta e nove mil, cento e um), equivalente a 10,9% da população, com aumento de 57,4% comparado a 2010, quando era de 14.081.477 (quatorze milhões, oitenta e um mil, quatrocentos e setenta e sete) ou 7,4% da população.

Em contraponto, o total de crianças com até 14 anos de idade recuou de 45.932.294 (quarenta e cinco milhões, novecentos e trinta e dois mil, duzentos e noventa e quatro) ou 24,1% em 2010 para 40.129.261 (quarenta milhões, cento e vinte e nove mil, duzentos e sessenta e um) ou 19,8% em 2022, uma queda de 12,6%.

No Amazonas, a realidade do envelhecimento populacional também é visível. De acordo com o censo demográfico, o Amazonas possui 356.982 idosos com 60 anos ou mais, sendo 200.138 residentes somente na capital do Estado. Esses dados demonstram a importância de políticas para o envelhecimento saudável da população.

Como resultado da II Assembleia Mundial do Envelhecimento realizada em 2002 em Madrid, foi desenvolvido o Plano de Ação Internacional para o Envelhecimento (ONU, 2003), baseada em três pilares básicos: saúde, participação e segurança, e tem como finalidade assegurar que os indivíduos envelheçam de maneira segura, mantendo a dignidade e proporcionando oportunidades para a participação social, ao mesmo tempo, em que fomenta o desenvolvimento de uma sociedade inclusiva para todas as faixas etárias.

Ainda, buscando aumentar a qualidade de vida dos indivíduos que envelhecem, a Organização Mundial da Saúde (OMS) adotou o termo “envelhecimento ativo” e posteriormente a Política do Envelhecimento Ativo (OMS, 2005).

A Política do Envelhecimento Ativo, tem o propósito de elevar a expectativa de uma vida saudável e aprimorar a qualidade de vida para todas as pessoas que estão envelhecendo, incluindo aquelas que são frágeis, fisicamente incapacitadas e necessitam de cuidados. Quanto ao termo “ativo” entende-se:



A palavra “ativo” refere-se à **participação contínua nas questões sociais, econômicas, culturais, espirituais e civis, e não somente à capacidade de estar fisicamente ativo ou de fazer parte da força de trabalho**. As pessoas mais velhas que se aposentam e aquelas que apresentam alguma doença ou vivem com alguma necessidade especial **podem continuar a contribuir ativamente para seus familiares, companheiros, comunidades e países** (OMS, 2005).

No contexto da participação, o Envelhecimento Ativo sugere a promoção da educação e oportunidades de aprendizado ao longo da vida, a participação ativa dos idosos em atividades de trabalho, tanto formais quanto informais, assim como voluntárias, e o engajamento pleno destes na vida familiar e comunitária.

Neste sentido, a Lei nº 10.741, de 1º de outubro de 2003 - Estatuto da Pessoa Idosa - estabelece que a pessoa idosa tem direito, entre outros, à educação, cultura, esporte, lazer e diversão.

Art. 20. A pessoa idosa tem direito à educação, cultura, esporte, lazer, diversões, espetáculos, produtos e serviços que respeitem sua peculiar condição de idade.

Estudos demonstram que a vida saudável está associada à adição de atividades físicas e esportivas, sejam elas realizadas no âmbito do trabalho, das atividades domésticas, da locomoção, do lazer e do tempo livre (TOSCANO; OLIVEIRA, 2009).

Com o crescente envelhecimento populacional mundial, temos um aumento da prevalência de doenças físicas, mentais e sociais, com intenso comprometimento na qualidade de vida desses indivíduos. Quando se pensa em saúde, em gerontologia, é importante destacarmos as questões ambientais por sua flexibilidade na saúde física e mental, assim como o entendimento dessas relações em face desse fenômeno.

Sobre o meio ambiente, Reigota o define como um lugar determinado e/ou percebido onde estão em relações dinâmicas e em constante interação com os aspectos



naturais e sociais. Essas relações acarretam processos de criação cultural e tecnológica e processos históricos e políticos de transformações da natureza e da sociedade.

Com encontros em espaços que vinculam afetivamente as pessoas e valorizam suas trajetórias de vida e seus saberes, pretende-se inserir a pessoa idosa na discussão e debate sobre temas que articulem meio ambiente e cidadania, garantindo seu direito à informação e possibilitando a condição de ser sujeito político na luta pela dignidade do envelhecer.

Segundo Neri, com os avanços científicos e biotecnológicos, a expectativa de vida aumentou, porém, um novo desafio surgiu, que é o de acrescentar qualidade de vida a esses anos, e para que isso ocorra, uma das possibilidades é a inserção do cidadão idoso nas questões ambientais, para atuar como educador e/ou educando, e contribuir para o almejado desenvolvimento sustentável.

As iniciativas propostas nas políticas governamentais, como a Política Nacional do Idoso (PNI) e a Política Nacional da Educação Ambiental (PNEA), vão estruturar um novo quadro sobre a relação idoso e meio ambiente, estimulando, assim, o desenvolvimento sustentável. Essas políticas são muito importantes para a melhoria da qualidade de vida individual, da qualidade do ambiente onde vivem e da qualidade das relações interpessoais, ou seja, do bem viver.

Assim, a pessoa idosa consciente dos seus direitos de cidadania em suas múltiplas instâncias, “direito à educação, cultura e lazer”, direitos essenciais para a eficácia da educação ambiental, e usufruindo uma qualidade de vida sustentável, a qual realizasse as dimensões biopsicossociais, certamente participaria plenamente como educador ambiental, contribuindo para o almejado desenvolvimento sustentável.

Mônica Assis (2005) destaca que a atenção para as questões relacionadas ao envelhecimento e meio ambiente tem crescido nas últimas décadas em virtude do aumento da longevidade da população mundial, sem precedente na história. Em todo o mundo, a busca de qualidade de vida dos idosos emerge como desafio, pois engloba fatores biológicos, físicos, psicológicos, culturais, políticos, sociais e ambientais. Por



isso, com o aumento do número de idosos e consequente aumento do uso dos recursos naturais, torna-se necessária a discussão e a realização do desenvolvimento sustentável.

Assim, o projeto surge para possibilitar e efetivar o direito ao lazer, cultura e educação para a pessoa idosa, utilizando os fatores culturais e regionais do Estado do Amazonas como estímulo para uma vida mais sustentável e ativa.

Diante do exposto, o projeto disponibilizará aprendizado sobre as questões ambientais e atividades de lazer e física para pessoas idosas, por meio de atividades recreativas interdisciplinares e multidisciplinares em ambientes rurais, adaptadas e adequadas para o público.

5. DOS PROFISSIONAIS DA SEJUSC E SUAS ATRIBUIÇÕES

5.1. Coordenação do Projeto - Organizar a logística das visitas, organizar o quantitativo de pessoas idosas por visita, roteiros de visitação conforme a limitação de cada grupo; acompanhar as excursões juntamente com as pessoas idosas, auxiliando no apoio logístico e nas questões de comunicação com a coordenação do projeto; dar suporte aos supervisores e profissionais da instituição parceira. Consolidar relatórios das atividades e registros (fotos, frequências, cautelas, etc.).

6. DA EXECUÇÃO DO PROJETO

O projeto beneficiará 4.000 (quatro mil) pessoas, entre idosas envelhecidas, inscritas na SEJUSC, no âmbito da Secretaria Executiva Adjunta dos Direitos da Pessoa Idosa (SEADPI), durante todo o período de execução do Projeto, que serão divididos conforme critérios estabelecidos pela Coordenação do “Idoso em Movimento: um Caminho para o Envelhecimento Saudável”.

Os usuários beneficiados passarão um dia inteiro, entre 08:00 às 16:00, em um espaço com acesso a todos os atrativos naturais capazes de proporcionar uma



experiência que conecte à natureza, proporcionando bem-estar, lazer e interação social.

6.1. Roteiros das Excursões

6.1.1. Visitação aos espaços de criação de animais;

Projetada para oferecer às pessoas idosas uma experiência única e enriquecedora durante o dia de lazer e turismo rural, essa oportunidade deverá oportunizar aos usuários explorar de perto os espaços destinados à criação de animais na fazenda, proporcionando um contato direto com a vida no campo.

Guiados por profissionais capacitados, as pessoas idosas poderão interagir de forma segura e respeitosa com os animais, como gado, aves ou animais de fazenda. Essa experiência visa não apenas proporcionar momentos agradáveis, mas também estimular aspectos cognitivos, emocionais e sensoriais, contribuindo para o bem-estar geral.

A visita aos espaços de criação de animais promove a conexão com a natureza, permitindo que os idosos apreciem a serenidade do ambiente rural e entendam a importância da convivência harmoniosa entre seres humanos e animais. Essa interação também contribui para a socialização, promovendo a troca de histórias e experiências entre outros idosos. No contexto do conceito de envelhecimento saudável, essa atividade específica visa fortalecer os laços comunitários, estimulando um dia de lazer que alinha o entretenimento à educação ambiental e ao contato direto com a fauna local.

A visitação aos espaços de criação de animais, deverá ser conduzida e supervisionada pelos profissionais da instituição parceira, com apoio dos profissionais da SEJUSC, em grupos de pessoas idosas de até 30 integrantes, divididos em estações previamente organizadas.



6.1.2. Visitação ao cultivo de ervas e hortaliças;

A atividade deverá proporcionar uma experiência vibrante e educativa que integra o dia de lazer e turismo rural. Durante essa atividade, os usuários deverão explorar de perto os campos onde são cultivadas diversas ervas e hortaliças. Através de um guia especialista na atividade, os idosos poderão não apenas apreciar a beleza natural do local, mas também participar de atividades práticas, como a colheita de ingredientes frescos.

Essa experiência deverá proporcionar um estímulo sensorial, permitindo que os participantes sintam o cheiro e aprendam sobre diferentes plantas medicinais e culinárias. Além de promover a conexão direta com a natureza, a visita ao cultivo de ervas e hortaliças oferece várias percepções sobre práticas agrícolas sustentáveis e reforça a importância de uma alimentação saudável. Essa atividade, alinhada ao conceito de envelhecimento saudável, visa não apenas o entretenimento aos idosos, mas também conscientizar sobre hábitos alimentares e valorização dos recursos naturais.

A atividade de visitação ao cultivo de ervas e hortaliças será realizada em grupos de até 30 pessoas idosas, divididos em subgrupos que circularão por estações temáticas previamente organizadas no local. Cada estação destacará aspectos específicos do cultivo, como o preparo do solo, plantio, irrigação, colheita e uso das ervas e hortaliças. A condução e supervisão da atividade ficarão sob responsabilidade dos profissionais da instituição parceira, que oferecerão explicações e orientações práticas aos participantes. Os profissionais da SEJUSC atuarão como apoio, auxiliando na organização, na mobilidade dos idosos entre as estações e no suporte às suas necessidades durante a visitação, garantindo segurança, conforto e aproveitamento pleno da experiência.

6.1.3. Visitação nas plantações de árvores frutíferas;

Durante essa experiência, os usuários deverão explorar de perto os pomares e plantações de árvores frutíferas do ambiente. Assim, guiados por pessoas



capacitadas, os idosos poderão apreciar não apenas a exuberância das árvores carregadas de frutas, mas também participar de colheitas interativas.

Essa atividade visa não apenas proporcionar experiência sensorial ao saborear frutas frescas diretamente da árvore, mas também educar os usuários sobre diferentes tipos de árvores frutíferas e seus benefícios para a saúde. A visita deverá oferecer uma experiência enriquecedora, estimulando a conexão com a natureza e promovendo a compreensão sobre práticas agrícolas sustentáveis, incentivando escolhas alimentares saudáveis e sustentáveis.

A visitação às plantações de árvores frutíferas será realizada com grupos de até 30 pessoas idosas. A atividade será conduzida por profissionais da instituição parceira, que ficarão responsáveis por orientar e acompanhar os participantes durante todo o trajeto, explicando as etapas do cultivo e manejo das frutas, entre outras. Os profissionais da SEJUSC atuarão de forma complementar, oferecendo apoio logístico e assistencial aos idosos, garantindo que todos participem com segurança e conforto. A dinâmica será organizada de forma a permitir que cada grupo percorra as estações de forma orientada, promovendo interação, aprendizado e bem-estar.

6.1.4. Visitação em ambiente natural.

Para essa atividade, os idosos deverão desfrutar de trilhas guiadas, onde poderão observar a riqueza da flora e fauna, promovendo não apenas a conexão com a natureza, mas também a compreensão sobre a importância da preservação ambiental. Essa atividade pretende estimular os sentidos dos usuários, proporcionando momentos de contemplação e reflexão. A visitação em igarapés e mata preservada oferece, assim, uma experiência enriquecedora que contribui para o bem-estar físico e mental dos idosos, promovendo a consciência ambiental e o respeito pela natureza.

A visitação em ambiente natural, será coordenada e supervisionada pelos profissionais da instituição parceira, sob o apoio dos servidores da SEJUSC, e deverá consistir em explorar ambiente natural, capaz de proporcionar uma experiência inovadora.



6.2. Atividades Esportivas

6.2.1. Caminhada ecológica

A atividade de caminhada orientada deverá proporcionar um momento de exercício físico suave e revitalizante em ambiente seguro para a prática e para o público alvo. A atividade deverá oportunizar aos idosos explorarem trilhas cuidadosamente projetadas, adaptadas às necessidades dos usuários, promovendo não apenas a atividade física, mas também a interação com a natureza.

Durante a caminhada, deverão ser destacados pontos de interesse, ressaltando aspectos da flora, fauna e elementos da cultura local. A atividade visa estimular o bem-estar físico e mental, proporcionando uma experiência enriquecedora de conexão com o entorno natural. Além disso, a caminhada orientada fomenta a socialização entre os participantes, fortalecendo os laços comunitários e promovendo um envelhecimento saudável por meio de experiências que integram atividade física, interação social e contato direto com a natureza.

A caminhada ecológica será realizada em grupos compostos por até 30 pessoas idosas, em percurso previamente definido e adaptado às condições de mobilidade dos participantes. A atividade será guiada e coordenada pelos profissionais da instituição parceira, que conduzirão o trajeto com orientações sobre o ambiente natural, promovendo momentos de contemplação e sensibilização ambiental ao longo do percurso. Os profissionais da SEJUSC prestarão suporte contínuo durante toda a caminhada, auxiliando na organização do grupo, zelando pela segurança e bem-estar do público e garantindo o acompanhamento necessário para que todos possam participar de forma confortável e segura.

6.2.2. Hidroginástica

A atividade de hidroginástica para pessoas idosas deverá proporcionar uma abordagem terapêutica/funcional e social. Deverá ser conduzida por profissional de Educação Física, realizada em uma piscina adaptada para a prática, oferecer exercícios suaves que promovem o fortalecimento muscular, a melhoria da flexibilidade, a redução



do impacto nas articulações, aumento de sua capacidade aeróbia e o treinamento de habilidades específicas como equilíbrio e coordenação motora, ideal para pessoas idosas.

Essa atividade não apenas estimula a saúde física, mas também promove um espaço de interação social, fortalecendo os laços comunitários entre os idosos. Alinhada ao objetivo do projeto, as atividades oferecem uma experiência terapêutica completa, integrando exercício físico, relaxamento e interação social em um ambiente aquático seguro.

A atividade de hidroginástica será desenvolvida com grupo de até 50 pessoas idosas, em local apropriado e seguro, com infraestrutura adequada para a prática aquática, de preferência piscina grande e adaptada para a prática e público. A condução das aulas ficará a cargo dos profissionais da instituição parceira, que orientarão os participantes na realização dos exercícios, respeitando os limites e capacidades individuais. Os profissionais da SEJUSC atuarão em apoio, auxiliando na organização do grupo, no acesso à piscina e no acompanhamento das suas necessidades durante toda a atividade.

6.2.3. Aulão de ritmos

A atividade deverá estimular a coordenação motora e a flexibilidade, mas também promover a socialização e a expressão corporal. A aula deverá proporcionar um ambiente inclusivo, incentivando a participação ativa dos idosos em um formato de exercício físico divertido e acessível a todos.

Ao mesmo tempo, em que melhora a aptidão física, a aula de ritmos contribui para o bem-estar emocional de todos que participam, gerando um ambiente positivo e promovendo a conexão entre os idosos. Essa abordagem holística da atividade busca não apenas manter, mas também elevar a qualidade de vida na terceira idade, integrando movimento, música e interação social de maneira alegre e saudável.

A atividade do aulão de ritmos e danças será realizada com grupos de até 150 pessoas idosas, em espaço amplo, seguro e adequado e climatizado para movimentos corporais. A condução ficará sob responsabilidade dos profissionais da instituição



parceira, que irão ministrar as aulas com coreografias simples e acessíveis, estimulando a coordenação motora, o ritmo e a socialização dos idosos. Os profissionais da SEJUSC prestarão o suporte necessário durante toda a atividade, auxiliando na organização do espaço, na reunião dos idosos, no acompanhamento e na promoção de um ambiente acolhedor e seguro para a participação ativa de todos.

6.3. Atividades Recreativas

6.3.1. Passeio a cavalo

O passeio a cavalo deverá combinar lazer, contato com a natureza e estímulo físico. Deverá ser conduzida por profissionais capacitados, capazes de preservar a segurança dos idosos e proporcionar um passeio tranquilo, adaptado às necessidades da terceira idade, explorando terrenos do ambiente rural. A atividade deverá ser voltada para a promoção da saúde física e mental do idoso, equilíbrio corporal, aumento da confiança e autoestima, combate ao isolamento social, interação com animal, percepção e raciocínio rápido, entre outros.

A atividade de passeio a cavalo será realizado em ambiente adequado, com atenção às condições físicas dos idosos e foco na segurança, de forma individual, com a participação de um idoso por vez, a fim de garantir maior segurança e controle durante a execução. Cada passeio será conduzido por um profissional capacitado da instituição parceira, responsável por guiar o cavalo e acompanhar de perto todo o trajeto. Os profissionais da SEJUSC darão apoio logístico e assistencial, organizando a fila de espera, prestando orientações e garantindo o máximo de segurança.

6.3.2. Concurso de dança

Benefícios da Dança na terceira idade: combate o stress, o estímulo e a oxigenação do cérebro, o reforço dos músculos e a proteção das articulações, além da melhora da flexibilidade, do equilíbrio e da postura, possibilitando também o convívio social.



A Atividade será coordenada pelos profissionais da instituição parceira, em ambiente próprio para a prática, adaptada, climatizado e seguro. Os profissionais da SEJUSC atuarão em conjunto prestando todo apoio com a organização do concurso.

6.3.3. Jogos de mesa

Os jogos de mesa são um tipo de atividade lúdica e terapêutica que proporciona estímulos físicos, mentais e psíquicos, contribuindo para minimizar os declínios naturais do envelhecimento. Oportunizar o idoso de fazer uso de jogos e atividades lúdicas no seu cotidiano, favorece momentos de trocas, que contribuem para a socialização de saberes.

Nesse sentido, a abordagem da atividade dos jogos de mesas deverá estimular a memória, a autoestima, a comunicação, a afetividade, a satisfação, o raciocínio lógico, as regras, através dos jogos de dominó, dama, baralho e sinuca, pois são fundamentais para o processo contínuo da aprendizagem.

6.3.4. Prática de Pesca

A atividade de pesca não apenas proporciona uma conexão íntima com o ambiente natural, mas também estimula a paciência e a concentração, contribuindo para o bem-estar mental dos praticantes idosos. A pesca, como forma de entretenimento, deverá ser conduzida por instrutor e realizada com instrumentos e materiais adequados.

Além de ser uma atividade recreativa, a pesca proporciona oportunidades para compartilhar experiências e histórias entre os praticantes, promovendo a interação social. A atividade de pesca para pessoas idosas busca, assim, enriquecer o projeto de envelhecimento saudável ao oferecer uma abordagem relaxante e socialmente integrativa ao ar livre.

A prática de pesca será organizada por profissionais da instituição parceira, que ficarão responsáveis por estruturar a atividade de forma dinâmica, segura e acessível a todos os idosos participantes. Serão adotadas estratégias que permitam a participação ativa, respeitando as limitações individuais e promovendo a integração do grupo. Os



profissionais da SEJUSC atuarão em apoio, auxiliando na distribuição dos materiais, no acompanhamento dos participantes e no suporte necessário durante toda a atividade.

6.4 Competência por execução

Caberá à SEJUSC o custeio das seguintes despesas/atividades:

- Oferta do profissional para realização das atividades de jogos de mesa;
- Oferta de profissional para apoio logístico no traslado e visitação;
- Oferta do profissional para realização das atividades de coordenação, monitoramento e avaliação do projeto;

Caberá à instituição parceira as seguintes despesas/atividades:

- Oferta de estrutura para realização das atividades elencadas acima;
- Oferta do profissional para realização das atividades de Hidroginástica;
- Oferta do profissional para realização das atividades de Aulão de ritmos;
- Oferta do profissional para realização das atividades de concurso de dança;
- Execução de Visitação aos espaços de criação de animais;
- Visitação ao cultivo de ervas e hortaliças;
- Visitação nas plantações de árvores frutíferas;
- Oferta do profissional para realização das atividades de caminhada ecológica;
- Visitação em ambiente natural;
- Oferta de passeio a cavalos;
- Oferta de prática de Pesca;
- Oferta de Alimentação: Café da Manhã, Almoço e Lanche da Tarde;
- Traslado com as Saídas e Retorno:
 - Manaus/ Local/Manaus
 - Iranduba/Local/Iranduba
 - Presidente Figueiredo/Local/Presidente Figueiredo;



- Manacapuru/Local/ Manacapuru
- Novo Airão /Local/ Novo Airão

Os pontos de embarque, quando nos municípios da região metropolitana, acontecerão em um único ponto, previamente comunicado à instituição parceira. Em Manaus, por sua vez, estarão distribuídos por zona da cidade, distribuídos em mais de dois pontos de embarque, a depender do número de idosos por encontro.

6.5 Monitoramento e avaliação do projeto

Para o monitoramento das ações e atividades do projeto, serão realizados registros fotográficos, relatórios das ações desenvolvidas e lista de frequência dos profissionais e pessoas idosas atendidas. Poderá ainda ser realizada pesquisas, para avaliar as ações desenvolvidas, e definir melhorias ao longo da execução do projeto.

7. DA DURAÇÃO DO PROJETO

O projeto terá a duração de 6 (seis) meses, podendo ser prorrogado através de Termo Aditivo, acompanhadas de justificativa da prorrogação, a comprovação da concordância da contratada e a indicação do período que será prorrogado.



8. DA EXECUÇÃO DO PROJETO

Cronograma - 2025												
Atividades	jan	fev	mar	abr	mai	jun	jul	ago	set	out	nov	dez
Elaboração do Projeto	x	x	x									
Seleção da OSC			x	x	x							
Aprovação das Propostas					x							
Elaboração do termo de cooperação técnica ou destaque de Serviços					x							
Elaboração das programações					x							
Efetivação das parcerias					x							
Lançamento do Projeto					x							
Execução do Projeto						x	x	x	x	x	x	x
Aplicação dos Instrumentos de avaliação do Projeto						x	x	x	x	x	x	x



9. REFERÊNCIAS

ASSIS, Mônica. Envelhecimento ativo e promoção da saúde: reflexão para as ações educativas com idosos. Revista de Atenção Primária à Saúde, UFJF, v. 8, n. 1, p. 15-24, jan./jun. 2005;

BATISTA, M. P. P.; ALMEIDA, M. H. M.; LANCMAN, S. Políticas públicas para a população idosa: uma revisão com ênfase nas ações de saúde. Rev. Ter. Ocup. Univ. São Paulo, v. 22, n. 3, p. 200-207, set./dez. 2011;

BRASIL. Decreto nº 1.948. Regulamenta a Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994, que dispõe sobre a Política Nacional do Idoso, e dá outras providências, Brasília, DF, 1996;

BRASIL. Lei nº 10.741. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Brasília, DF, 2003;

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento e Combate à Fome. Política nacional do idoso: Lei nº 8.842, de janeiro de 1994. Brasília: MDS, 2010;

BRASIL. Política Nacional do Idoso. Lei nº 8.842, de 4 de janeiro de 1994.

CASSOL, Paulo B. A gerontologia interfere no meio ambiente como estratégia no cuidado e promoção da saúde. Revista Eletrônica em Gestão, Educação e Tecnologia Ambiental, v. 6, n. 6 p. 1043-1048, 2012;

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico, 2010. Disponível em



<<https://www.ibge.gov.br/estatisticas/multidominio/cultura-recreacao-e-esporte/9662-censo-demografico-2010.html>>;

IBGE- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico, 2022. Disponível em <<https://censo2022.ibge.gov.br/panorama/>>;

MACHADO, Rosangela F. O. VELASCO, Fermin C. G.; AMIM, Valéria. O Encontro da Política Nacional da Educação Ambiental com a Política Nacional do Idoso. Saúde e Sociedade, v.15, n.3, p. 162-169, set./dez. 2006;

NERI, Anita L. Paradigmas contemporâneos sobre o desenvolvimento humano em Psicologia e em Sociologia. In: NERI, Anita L. (Org.). Desenvolvimento e Envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas. 2. ed. São Paulo: Papyrus, 2006. p. 11-35. (Coleção Vivacidade);

OMS - Organização Mundial da Saúde. 26a Conferência Sanitária Pan-Americana. A Saúde e o Envelhecimento. Washington: Organização Pan-Americana da Saúde, 2002;

OMS - Organização Mundial da Saúde. Envelhecimento Ativo: uma Política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005;

OMS - Organização Mundial da Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005. 61p;

ONU - Organização das Nações Unidas. Plano de ação internacional sobre o envelhecimento. Secretaria Especial dos Direitos Humanos. Brasília, 2003;

REIGOTA, Marcos. O que é educação ambiental. 2. ed. São Paulo: Brasiliense, 2009;





AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

TOSCANO, José J.O.; OLIVEIRA, Antônio C.C. Qualidade de vida em idosos com distintos níveis de atividade física. Revista Brasileira de Medicina do esporte, São Paulo, v.15, n.3, p.169 - 173, 2009;

MICHELLA OLIVEIRA MATIAS DOS SANTOS

SECRETÁRIA EXECUTIVA ADJUNTA DE DIREITOS DA PESSOA IDOSA

www.sejusc.am.gov.br
instagram: @SejuscAm
twitter.com/SejuscAm
facebook.com/SejuscAM

Fone:(92) 3632-0654
Rua Bento Maciel, 02,
Conjunto Celetramazon -
Adrianópolis.
Manaus – Am – CEP 69057-300

▶ **Secretaria de
Justiça, Direitos
Humanos e Cidadania**

