

PLANO DE TRABALHO

1. NOME DO PROJETO

“VIVER 60+”

2. DADOS DO PROPONENTE

Instituição Proponente:

Instituto Latino-Americano de Educação para a Segurança-ILAES

CNPJ: 27.672.704/0001-67

Endereço completo:

SRTVS Quadra 701 Conjunto D Bloco A, Sala 614 Centro Empresarial Brasília. Brasília/DF

CEP: 70.340-907

Telefone da instituição: (61) 99818.1850

Nome do Dirigente: Rachel Forattini Altino Machado

CPF: 253.260.402-63

Cargo na Instituição: Diretora Presidente

Telefone da Dirigente: (61) 99873.6505

3. HISTÓRICO DA OSC

O Instituto Latino-Americano de Educação para a Segurança (ILAES) é uma organização da sociedade civil, sem fins lucrativos, fundada em 03 de maio de 2017, em Brasília, Distrito Federal. Sua missão é promover e desenvolver estudos, pesquisas, projetos e ações voltadas à governança, ao desenvolvimento e à segurança humana, adotando um enfoque integral e articulado para enfrentar os desafios sociais.

O ILAES se baseia no conceito de segurança humana, formulado pelo Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento (PNUD), que abrange sete dimensões interdependentes: econômica, alimentar, sanitária, ambiental, pessoal, comunitária e política. Este paradigma exige uma atuação integrada e multifacetada, buscando soluções que contemplem essas dimensões de forma coordenada.

A missão do ILAES é promover a melhoria contínua dos fatores que compõem a segurança, tendo como base a segurança humana, a governança e o desenvolvimento cultural, humano e socioeconômico. A instituição busca implementar ações que gerem

transformações positivas na realidade social, resultando em soluções efetivas para desafios complexos.

O ILAES almeja se consolidar como uma referência institucional na realização de ações, intercâmbio de experiências e produção de soluções eficazes, inclusivas e integradas, que contribuam para o desenvolvimento social.

Os valores que orientam o ILAES são: Ética, Transparência, Integridade, Pluralidade, Efetividade, Generosidade, Inteligência, Responsabilidade, Respeito ao ser humano e ao meio ambiente.

A organização acredita na paz como um valor social e enxerga a educação como ferramenta essencial para promover a segurança humana.

O ILAES mantém diversas parcerias, que orientam e apoiam a sua atuação, engrandecendo a sua capacidade de executar diversos projetos. Entre os principais parceiros estão: FLACSO – Faculdade Latino-Americana de Ciências Sociais (Sede Brasil), ESPG – Escola Superior de Planejamento e Gestão, Federação Nacional de Policiais Federais – FENAPEF, Projeto Segurança Humana do Ministério Público do Rio de Janeiro- MPRJ, Associação dos Gestores Públicos do Distrito Federal (ADESP DF), dentre outras.

O Instituto é credenciado no Conselho dos Direitos da Criança e do Adolescente do Distrito Federal (CDCA-DF) e é registrado na Rede Qualificadora da Secretaria de Desenvolvimento Econômico, Trabalho e Renda do Distrito Federal (SEDET).

Entre os principais projetos executados pelo ILAES, destacam-se:

- Apoio e participação nos Diálogos Públicos realizados pelo Ministério Público do Rio de Janeiro (MPRJ).
- Apoio ao Projeto Morte Zero do MPRJ realizado em parceria com a Defesa Civil do RJ para prevenção e enfrentamento a desastres visando a preservação de vidas humanas.
- Formação de instrutores de segurança pública com uso de simuladores para abordagens policiais seguras com foco na preservação da vida humana – Federação Nacional dos Policiais Federais - FENAPEF.
- Formação de Educadores Sociais para a Infância e Adolescente – Formação de 50 pessoas entre 16 e 22 anos em curso semipresencial, com carga horária de 360hrs EAD e 180hs presencial para fortalecimento dos conteúdos, socialização comunitária e planejamento das atividades de multiplicação de saberes em cidadania na comunidade local, realizada no âmbito do Projeto Juventudes executado por meio do Termo de Fomento nº18/2021 – SEJUS-CDCA – Instituto Berço da Cidadania.
- Formação de Educadores Sociais para a Infância e Adolescente – Formação de 30 pessoas entre 15 a 20 anos em curso semipresencial, com carga horária de 360hrs EAD e 180hs presencial para fortalecimento dos conteúdos, socialização comunitária e planejamento das atividades de multiplicação de saberes em cidadania na comunidade

local, realizada no âmbito do Projeto Participe & Ação executado por meio do Termo de Fomento nº17/2021 – SEJUS-CDCA – Associação para Projetos de Desenvolvimento Social – Evolução.

- Formação de Educadores Sociais para a Infância e Adolescente – Formação de 30 pessoas entre 15 a 18 anos em curso semipresencial, com carga horária de 360hrs EAD e 180hs presencial para fortalecimento dos conteúdos, socialização comunitária e planejamento das atividades de multiplicação de saberes em cidadania na comunidade local, realizada no âmbito do Projeto Estamos Juntos executado por meio do Termo de Fomento nº35/2021 – SEJUS-CDCA – Instituto Comunidade – Educação e Cidadania.
- Prestação de serviços técnicos especializados de auditoria independente sobre demonstrações contábeis, bem como auditoria operacional, visando a análise dos procedimentos técnicos e operacionais adotados institucionalmente para melhor adequação ao desenvolvimento institucional destinada a modernização administrativa – Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 11ª Região DF/GO – (CREFITO 11).
- Prestação de serviços técnicos especializados visando ao desenvolvimento institucional, por meio das seguintes atividades: Auxílio na prestação de contas conforme orientação da Instrução Normativa TCU n. 84/2020, expedidas às UPCs – Unidades Prestadoras de Contas, e auditoria situacional; Programa de Integridade e Modernização Administrativa - Conselho Regional de Fisioterapia e Terapia Ocupacional da 13ª Região - MS (CREFITO 13).
- Prestação de Serviços Técnicos especializados compreendendo Análise Situacional, Programa de Integridade, Código de Ética e Conduta e políticas correlatas e Modernização Administrativa visando ao desenvolvimento institucional – Conselho Regional de Serviço Social da 8ª Região (CRESS-DF).
- Participação técnica com o objetivo de analisar e propor soluções aos desafios encontrados na atuação da segurança privada no Brasil considerando a legalidade vigente, novos cenários de segurança no Brasil e o paradigma da Segurança Humana – G4S An Allied Universal Company.
- Censo da Advocacia Brasileira, consistente em operação censitária para levantar, coletar, tratar e sistematizar os dados sobre o perfil da advocacia brasileira, permitindo criar e manter um banco de dados estruturado e sistematizado com elementos profissiográficos – Conselho Federal da OAB (CFOAB).
- Promoção da qualificação profissional de 150 pessoas LGBTQIAP+ no Distrito Federal com foco na empregabilidade, em parceria com o Ministério dos Direitos Humanos por meio do Termo de Fomento Nº 940526/2023 - SLGBTQIA+/MDHC.
- Formação de 60 mulheres em situação de vulnerabilidade social em Planaltina no Distrito Federal, por meio de curso na área de Empreendedorismo em parceria com o Ministério das Mulheres por meio de Termo de Fomento Nº 962740/2024.

- Apoio aos bailes para pessoas idosas realizados pela Francisca Corte e Euclides Assunção em diversas regiões do Distrito Federal <https://www.instagram.com/reel/DBDI56fR2L7/?igsh=MXNqazk5aHRwM3c3aA==>
- Participação da Rede de Cuidado, destinada ao atendimento à pessoa idosa, com atividades físicas e recreativas e cuidados da saúde.

4. DESCRIÇÃO DA PROPOSTA

4.1 Período de Execução Total do Projeto: 12 meses

4.2 Locais de Execução do Projeto: Plano Piloto, Ceilândia, Samambaia, São Sebastião, Recanto das Emas e Itapoã.

4.3 Linha de ação do Edital:

As ações desenvolvidas no Projeto Viver 60+ visam promover política pública para o envelhecimento saudável proporcionando o desenvolvimento de atividades em ambiente amigável e adaptado às necessidades das pessoas idosas, em conformidade com as linhas de ação estipuladas pela Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS) na Década do Envelhecimento Ativo e Saudável, de 2021.

4.4 Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS) que o projeto busca efetivar:

A Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU), que estabelece os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), apresenta um conjunto de diretrizes que visam promover o bem-estar de todas as pessoas, garantindo que ninguém fique para trás. Esses objetivos abrangem áreas fundamentais para a construção de sociedades mais justas, inclusivas e sustentáveis.

Entre os ODS, muitos têm impacto direto nas políticas públicas voltadas para a população idosa, contribuindo para assegurar direitos, inclusão social, saúde, qualidade de vida e dignidade para essa faixa etária. É nesse contexto que o Projeto Viver 60+ se insere, alinhando suas ações e metas a diversos ODS, reafirmando o compromisso com o desenvolvimento sustentável e a valorização do idoso. A seguir, destacam-se os principais ODS com os quais o Projeto Viver 60+ está alinhado:

ODS 1 – Erradicação da Pobreza

O envelhecimento da população tem levado ao aumento da pobreza entre os idosos, principalmente devido à falta de uma aposentadoria digna ou a perda de poder aquisitivo. O Projeto Viver 60+, contribui para a melhoria da saúde e a prevenção de doenças, consequentemente reduzindo as despesas médicas ou as dificuldades de acesso aos serviços públicos de saúde pelos participantes. As atividades do projeto proporcionam o desenvolvimento de habilidades, aumentando a autoconfiança e autoestima dos idosos,

incentivando a inserção e o engajamento valorizando sua importante participação econômica nos núcleos familiares e comunidade.

ODS 3 – Saúde e Bem-Estar

Este ODS está diretamente relacionado com a promoção da saúde do idoso e ao acesso a serviços de saúde de qualidade. Ao promover a saúde e o bem-estar por meio de atividades físicas, culturais e de sociabilização, bem como a atuação de Instrutor Social com formação em Fisioterapia, Enfermagem e Psicologia, o Projeto Viver 60+ alinha-se às políticas que incluem atenção primária à saúde, prevenção de doenças crônicas, manutenção da mobilidade, redução do estresse e ansiedade, combate ao isolamento, fortalecimento de redes de apoio e amizade e promoção da saúde mental, itens esses que são essenciais para garantir que os idosos vivam de forma saudável e com qualidade de vida.

ODS 10 – Redução das Desigualdades

O ODS 10 visa garantir que os idosos tenham acesso a serviços públicos, transporte, educação e cultura, além de combater a violência e a exclusão social. Nesse sentido a busca por igualdade de oportunidades e a eliminação da discriminação contra os idosos são aspectos fundamentais. O Projeto Viver 60+ proporciona aos idosos de diferentes origens socioeconômicas o acesso a oportunidades de lazer, cultura e saúde, independentemente de sua situação financeira. Ao promover a integração dos idosos nessas atividades reduz-se o isolamento social, possibilitando a participação mais ativa na comunidade. Além disso, incentiva o público atendido continuar a ser economicamente ativo, participando ou se reinserindo no mercado de trabalho e voluntariado.

ODS 11 – Cidades e Comunidades Sustentáveis

Este objetivo busca criar cidades inclusivas, seguras resilientes e sustentáveis. Isto demanda a adaptação da infraestrutura urbana para facilitar a mobilidade e a acessibilidade dos idosos. No DF está trabalhando para tornar os ambientes urbanos mais inclusivos para as pessoas idosas, por meio da acessibilidade no transporte público, no uso de espaços públicos e na adequação de moradias. Ao proporcionar atividades saudáveis e seguras para os idosos em instalações acessíveis, equipadas com rampas, corrimãos e sinalização adequada, bem como atividades em parques e áreas verdes promovem maior integração do público atendido com esses espaços e contribuir com a conscientização ambiental.

ODS 16 – Paz, Justiça e Instituições Eficazes

Este ODS visa garantir que os direitos dos idosos sejam respeitados, combatendo abusos, exploração e violência contra essa população. O combate ao abuso financeiro e físico dos idosos é uma prioridade, e existem diversas políticas de apoio psicológico e legal para as vítimas. Dessa forma, a parceria entre a instituição governamental e o Instituto na implementação e desenvolvimento do Projeto Viver 60+ ajudam na construção de

instituições mais inclusivas e responsáveis voltadas para a conscientização combate da discriminação etária, da violência contra idosos, promovendo a igualdade e o respeito aos direitos dessa faixa da população do Distrito Federal.

4.5 Políticas Públicas Voltadas para os Idosos que o projeto busca efetivar:

O projeto “Viver 60+” irá promover na modalidade presencial, atividades esportivas, culturais, sociais de saúde e bem-estar, garantindo o cumprimento da principal lei que protege as pessoas idosas no Brasil é o Estatuto do Idoso, Lei nº 10.741/2003, que prevê em seu Art. 3º É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do poder público assegurar à pessoa idosa, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

O projeto Viver 60+ está integrado a várias propostas estabelecidas no Plano Plurianual (PPA) do Distrito Federal para o período 2024-2027 tais como programas voltados para a melhoria do acesso a serviços de saúde, educação e segurança social e elaboração de programas desportivos educativos.

No Distrito Federal, o Estatuto do Idoso é implementado por meio de políticas públicas específicas, como o Centro de Referência de Assistência Social (CRAS) e o Serviço de Atendimento Domiciliar, além de outras iniciativas de apoio e assistência, como a Defensoria Pública e a Secretaria de Assistência Social.

Nesse contexto, as políticas públicas para idosos no DF estão alinhadas tanto com a legislação nacional (como o Estatuto do Idoso) quanto com a Agenda 2030 da ONU, que busca garantir um desenvolvimento mais inclusivo e sustentável para todos. No DF, é possível ver um esforço significativo para atender as necessidades dos idosos, promovendo sua autonomia, participação social e bem-estar.

4.6 Identificação do Objeto:

Executar o Projeto “VIVER 60+”, com objetivo central de oferecer atividades que integrem convivência social a promoção da saúde e o bem estar de pessoas idosas com a oferta itinerante e regular de atividades físicas adaptadas às necessidades específicas do público alvo, aliadas às atividades pontuais nas áreas de cultura, lazer e engajamento social, promovendo uma abordagem integral de bem-estar à população 60+ do Distrito Federal, nas seis Regiões Administrativas, I - Plano Piloto, IX – Ceilândia, XII – Samambaia, XIV - São Sebastião, XV - Recanto das Emas e XXVIII – Itapoã, com a realização de no mínimo 300 Pessoas, contribuindo, ainda, para o cumprimento de Objetivos do Desenvolvimento Sustentável – ODS e do Estatuto do Idoso e a Política Nacional do Idoso.

4.7 Justificativa da proposição:

A composição da população mundial mudou drasticamente nas últimas décadas. Entre 1950 e 2010, a expectativa de vida em todo o mundo subiu de 46 para 68 anos. Nas próximas três décadas, em decorrência das melhorias na área de saúde, do maior acesso à educação e da redução das taxas de natalidade globais. Atualmente a população mundial com mais de 65 anos é de 761 milhões de pessoas. Este número deverá mais que dobrar, atingindo mais de 1,5 bilhão de pessoas em 2050.

Atualmente, dos 203 milhões de brasileiros registrados pelo Censo 2022 realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), 15,6% correspondem à parcela de idosos, ou seja, cerca de 32 milhões de pessoas. A expectativa de vida do brasileiro é de 77 anos. Considerando apenas as mulheres, a expectativa de vida é de 80,5 anos, enquanto a dos homens é de 73,6 anos. Com o crescimento acelerado da população idosa no Brasil, a previsão do IBGE é que, em 2030, haverá mais brasileiros com idade superior a 60 anos do que crianças. Isto coloca o Brasil em sexto lugar entre os países do mundo em número de idosos.

No Distrito Federal o envelhecimento da população acompanha as estatísticas e previsões nacionais e mundiais. De acordo com a Pesquisa Distrital por Amostra de Domicílios (PDAD) atualizada em 2022, vivem no Distrito Federal cerca de 249 mil pessoas com 65 anos ou mais, representando cerca de 8,8% da população total da capital federal. A expectativa de vida é de 76 anos.

Considerando-se a grande velocidade com que ocorre o envelhecimento da população e o cenário dos desafios sociais, econômicos e de saúde decorrentes, torna-se essencial a formulação de políticas públicas neste setor. O principal desafio dessas políticas é melhorar a qualidade de vida das pessoas com mais de 60 anos possibilitando que elas permaneçam independentes e ativas à medida que envelhecem e que seja reconhecida sua importância como participantes ativos no desenvolvimento da sociedade.

Uma vida mais longa traz consigo oportunidades para os idosos. Isso se reflete não somente e suas famílias, mas também na sociedade como um todo. Anos adicionais oferecem a chance de alcançar objetivos negligenciados ao longo dos anos, tais como como complementação de estudos uma nova carreira, bem-estar físico e mental, dentre outros.

A contribuição dos idosos na renda familiar no Brasil é significativa, sendo que 52% deles são os principais responsáveis pelo sustento da casa. De acordo com uma entrevista com a economista Ana Amélia Camarano, pelo Instituto Humanitas Unisinos, 34% dos domicílios brasileiros dependem de 70% da renda dos idosos. No entanto, a extensão dessas oportunidades e contribuições depende muito do fator saúde. Enquanto uma parcela da população idosa é economicamente ativa e saudável, outra parcela considerável encontra-se com falta de recursos econômicos e de saúde essenciais.

Pessoas mais velhas enfrentam desafios únicos como o isolamento e redução de atividades profissionais e vínculos sociais. O Projeto Viver 60+ pode ser um grande diferencial na vida dessas pessoas, gerando maior interação social. Participar de atividades com pessoas da mesma faixa etária oferece um senso de pertencimento à comunidade e a construção de amizades e conexões significativas entre os idosos, contribuindo para o envelhecimento bem-sucedido.

A expectativa de vida é moldada por fatores relacionados a renda, educação, gênero, etnia e local de residência, entre outros. A combinação entre esses fatores e a predominância de um ou outro criam uma variedade de cenários e podem gerar as grandes disparidades e desigualdade social, econômica ou cultural. Políticas públicas focadas em reduzir essas desigualdades são essenciais para promover a redução da pobreza, e contribuir para uma sociedade mais justa e equitativa.

Uma das iniciativas que ampliam a qualidade de vida dos idosos é o projeto Viver 60+, realizado pela Secretaria de Justiça e Cidadania do Distrito Federal. Este projeto visa a valorização da população idosa ao ofertar atividades que integrem convivência social e promoção da saúde e bem-estar de pessoas idosas com a oferta itinerante e regular de atividades físicas adaptadas às necessidades específicas do público-alvo, aliado a atividades pontuais nas áreas de cultura, lazer e engajamento social, promovendo uma abordagem integral de bem-estar à população idosa do Distrito Federal.

Entretanto, ainda existem desafios a serem enfrentados, especialmente no que diz respeito à maior inclusão social, acessibilidade, combate à pobreza e aumento da capacidade de atendimento nas áreas de saúde e assistência social. A aplicação efetiva do Estatuto do Idoso, juntamente com o cumprimento dos ODS, são passos importantes para melhorar a qualidade de vida dos idosos no Distrito Federal e no Brasil como um todo.

Um projeto como o Viver 60+ irá desempenhar papel crucial na promoção do bem-estar físico, mental e social da população com mais de 60 anos nas Regiões Administrativas atendidas. Com atividades presenciais planejadas para envolver o mínimo de 300 participantes nos turnos matutino e vespertino. Além das atividades físicas, culturais, lúdicas e de sociabilização conduzidas pelos educadores, o atendimento por Instrutor Social com formação em Fisioterapia, Enfermagem e Psicologia são serviços de extrema importância para saúde global dos participantes.

4.8 Objetivos:

4.8.1 Objetivo Geral:

Oferecer atividades que integram convivência social e promoção da saúde e do bem-estar de pessoas idosas nas seis regiões administrativas onde será executado o Projeto Viver 60+.

4.8.2 Objetivos Específicos:

- Ampliar o acesso a atividades de convivência e integração social para pessoas idosas nas seis Regiões Administrativas onde o Projeto for implantado.
- Promover ações de saúde preventiva e práticas de bem-estar que contribuam para a qualidade de vida da população idosa;
- Fomentar a participação ativa dos idosos em atividades que estimulem a socialização e o fortalecimento de vínculos comunitários;
- Desenvolver oficinas e palestras sobre temas relevantes para o envelhecimento saudável;
- Incentivar a prática de atividades físicas e culturais regulares, adaptadas às condições físicas e socioculturais dos participantes;
- Oferecer suporte para enfrentar os desafios da terceira idade, promovendo o envelhecimento ativo.

4.8.3 Detalhamento das ações

O Projeto Viver 60+ oferecerá espaços acolhedores onde o público idoso poderá desfrutar de momentos de qualidade, participando de atividades que estimulam a interação social, o autoconhecimento e o contato com o ambiente. Essas atividades buscam promover não apenas o lazer, mas também o bem-estar físico, cultural e emocional dos participantes, proporcionando um ambiente onde eles se sintam valorizados e respeitados. As atividades incluirão práticas adaptadas às necessidades e capacidades dessa faixa etária, com foco em alongamentos, exercícios de mobilidade, atividades recreativas e culturais que incentivem a sociabilização e o fortalecimento de vínculos.

4.8.3.1 Resumo descritivo de cada ação

O Projeto Viver 60+ busca criar um espaço de acolhimento e valorização para a população idosa, promovendo o bem-estar físico, mental e social através de atividades estruturadas em seis eixos principais: Atendimento/Instruções de autocuidado na área da Saúde, Atividades Físicas Adaptadas, Expressão Corporal e Artes do Movimento, Atividades Recreativas e Jogos, Histórias Vivas, Sociabilização, Bem-estar e Cidadania. Abaixo, detalhamos cada um desses eixos:

Ações	
a) Atendimento/Instruções de autocuidado na área da Saúde	Este eixo promove o Atendimento/Instruções de autocuidado na área da das pessoas idosas com o intuito de proporcionar o equilíbrio entre a saúde física, mental e social. Serão oferecidos semanalmente, instruções personalizadas com profissionais especializados nas modalidades de psicologia, fisioterapia e enfermagem. As atividades desenvolvidas por Instrutor Social com formação em Psicologia ajudam a lidar com a ansiedade, depressão

	<p>e solidão, a manutenção da memória e concentração e colabora com a adaptação a mudanças, tais como aposentadoria, perdas e limitações físicas. Esses temas serão tratados pelos profissionais em formato de palestras, rodas de conversas e oficinas. As atividades desenvolvidas pelo Instrutor Social com formação em fisioterapia visam retratar iniciativas e orientações que contribuam na melhoria de mobilidade, fortalecimento muscular, flexibilidade, prevenção de quedas, coordenação motora, melhoria da capacidade respiratória e gestão da dor, essas orientações ocorrerão por meio de palestras, oficinas e rodas de conversas. Por fim, as atividades a serem desenvolvidas pelos Instrutores Sociais com formação em enfermagem visam orientar a população idosa com informações que proporcionam assistência e acompanhamento aos participantes durante as atividades, o monitoramento de condições crônicas, a orientação sobre higiene e os cuidados preventivos, essas orientações serão realizadas por meio de palestras, rodas de conversas e oficinas.</p> <p>Em todas essas categorias, poderá haver demonstração ou simulação de atividades práticas, conforme método lúdico a ser escolhido pelo referido instrutor social.</p>
<p>b) Atividades Físicas Adaptadas</p>	<p>O segundo eixo promove o fortalecimento físico de pessoas idosas, com foco na mobilidade, flexibilidade e saúde corporal, visando mais autonomia e qualidade de vida. As atividades incluem sessões de 50 minutos com exercícios de alongamento, mobilidade articular e fortalecimento muscular, adaptados para a terceira idade, inspirados em técnicas de pilates e ioga. Dentre os benefícios físicos, são trabalhadas respiração, postura e execução correta dos movimentos, conduzidos por profissionais capacitados, garantindo segurança, bem-estar e autoconfiança.</p>
<p>c) Expressão Corporal e Artes do Movimento</p>	<p>O terceiro eixo oferece oficina de dança e expressão corporal para pessoas idosas, promovendo autoestima, criatividade e fortalecimento de vínculos sociais. Com estilos adaptados como dança clássica, contemporânea, folclórica e de salão, as atividades trabalham ritmo, coordenação, equilíbrio e percepção espacial. Além de melhorar o bem-estar físico e emocional, a dança permite a reconexão com emoções, fortalecimento da identidade e socialização, proporcionando momentos de alegria, pertencimento e novas amizades.</p>
<p>d) Atividades Recreativas e Jogos</p>	<p>O quarto eixo foca no estímulo cognitivo e na socialização por meio de jogos e atividades recreativas que exercitam raciocínio e interação social de forma leve e divertida. Jogos como damas, xadrez, dominó, baralho e memória mantêm a mente ativa e ajudam a prevenir doenças neurodegenerativas, enquanto atividades como mímica, adivinhação e jogos teatrais promovem criatividade, improviso e humor. Além de fortalecer habilidades</p>

	<p>cognitivas, essas dinâmicas incentivam comunicação, empatia e autoestima, proporcionando momentos de lazer e fortalecimento de vínculos.</p>
e) Histórias Vivas	<p>O quinto eixo, “Histórias Vivas”, é uma oficina que incentiva pessoas idosas a compartilhar e registrar suas memórias e experiências de vida, fortalecendo a identidade individual e coletiva. Em um ambiente acolhedor, os participantes relembram e contam suas histórias, que são registradas em formato audiovisual, resultando em um documentário colaborativo apresentado ao grupo ou em eventos. A iniciativa promove autoestima, valorização da memória pessoal e senso de pertencimento, enquanto suas narrativas enriquecem o grupo com ensinamentos e sabedoria acumulada ao longo da vida.</p>
f) Sociabilização, Bem-estar e Cidadania	<p>O eixo Sociabilização, Bem-estar e Cidadania busca proporcionar aos participantes atividades muito mais do que simples recreação. São componentes essenciais para o bem-estar físico, mental e social. Nos primeiros 50 minutos das atividades diárias serão oferecidas pequenas refeições balanceadas: café da manhã (para as turmas matutinas) e lanche (para as turmas vespertinas), proporcionando momento de descontração e interação entre os participantes. Trimestralmente o Projeto Viver 60+ organiza visitas a pontos turísticos e culturais de Brasília, como museus, cinemas, teatros, parques e zoológicos, promovendo cultura, lazer e integração para pessoas idosas. O transporte será feito por ônibus fretados, partindo das Regiões Administrativas e retornando ao final das atividades. O projeto cobre despesas com ingressos e fornece lanches aos participantes, incentivando a socialização e o compartilhamento de vivências. Também, mensalmente, em cada RA, acontecerão palestras proferidas por especialistas, sobre temas relevantes para o envelhecimento saudável. Também serão realizados 6 bailes para integração dos idosos.</p>

4.8.4 Recursos Humanos

Os Recursos Humanos relativos às coordenações serão contratados por meio de CLT. Os demais profissionais serão contratos via MEI e Pessoa Jurídica.

RECURSOS HUMANOS					
Cargo	Atribuições	Nº de profissionais	Tipo de contratação (CLT, MEI ou RPA)	Duração da contratação (exemplo: horas, meses)	Jornada de trabalho
Coordenador Geral - (Exigência de formação com nível superior em qualquer área de formação, com experiência em gestão de projetos sociais).	Responsável por supervisionar todas as operações do projeto, assegurando que as atividades estarão de acordo com os objetivos estratégicos. Coordena e Planeja a execução das atividades de interação social. Realiza o planejamento e execução do projeto, de acordo com o plano de trabalho e o cronograma de execução. Operacionaliza os eventos, cursos, palestras e organização da grade horária. Acompanha e avalia os resultados das atividades desenvolvidas no projeto. Responsável pela orientação de contratados e participantes, além de organizar os recursos, a prestação de contas e administrar os recursos materiais e humanos.	01	CLT	12 meses	40 horas semanais

<p>Coordenador Esportivo (Formação em nível superior em Educação Física, com experiência no planejamento e execução de eventos e ou atividades esportivas)</p>	<p>Organiza atividades físicas e esportivas adaptadas às condições dos idosos, como alongamentos, ginástica e caminhadas. Planeja o cronograma esportivo e supervisiona a execução das atividades para promover saúde e bem-estar físico dos participantes. Elabora relatórios informando as ações desenvolvidas, bem como os resultados obtidos.</p>	01	CLT	11 meses	40 horas semanais
<p>Coordenador Cultural (Formação em nível superior em preferencialmente em Educação Física, com experiência no planejamento e execução de eventos e ou atividades esportivas) e culturais)</p>	<p>Desenvolve e organiza atividades culturais como música, teatro, artesanato e oficinas artísticas. Estimula a participação dos idosos em atividades que incentivam a criatividade, expressão cultural e socialização.</p>	01	CLT	11 meses	40 horas semanais
<p>Coordenador Administrativo Financeiro (Formação em nível superior em Administração, Contabilidade, Economia ou áreas afins, experiência na área administrativa financeira, proatividade e habilidades para liderar ações e processos)</p>	<p>Garante o controle financeiro do projeto, incluindo o planejamento e monitoramento do orçamento. Realiza pagamentos, controla despesas, prepara relatórios financeiros periódicos e faz a prestação de contas. Coordena também a documentação financeira e a conformidade contábil do projeto. Responsável por coordenar todas as ações diárias da área administrativa e financeira do projeto.</p>	01	CLT	12 meses	40 horas semanais

	Realizar o planejamento orçamentário, financeiro, obrigações com recolhimentos, impostos, taxas, cotações, orçamentos, procedimentos de compras, organização de registros e prestação de contas.				
--	--	--	--	--	--

4.8.5 Contratação de empresas especializadas

Para a organização e execução eficiente do projeto viver 60+, foram definidos e cotados alguns serviços que deverão ser realizados por empresas especializadas.

Atividade	Atribuições	Nº de profissionais	Tipo de contratação	Duração da contratação
Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Fisioterapia (Fornecimento de profissionais com técnicas, especialidades e habilidades humanas)	Responsável por atividades de educação e orientação para promoção da saúde e reabilitação de condições físicas, ajudando idosos a manter a mobilidade, a força, e a flexibilidade.	3	MEI	10 MESES
Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Psicologia (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Responsável por atividades de educação e orientação para questões relativas à saúde mental e questões emocionais comportamentais e cognitivas.	3	MEI	10 MESES
Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Enfermagem (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Responsável por atividades de educação e orientação para atuar com questões relacionadas aos cuidados com a alimentação, assistência e cuidados,	3	MEI	10 MESES

	principalmente cuidados básicos com doenças como diabetes e hipertensão, com o objetivo de promover a saúde e o bem estar.			
Contratação de empresa para Limpeza (Disponibilização de profissionais qualificados e capacitados, com nível fundamental incompleto)	Contratar uma empresa especializada para realizar serviços de limpeza e conservação nos espaços utilizados pelo projeto "Vida Melhor 60+", garantindo ambientes limpos, organizados e seguros para os participantes e colaboradores. Equipe mínima de 3 profissionais qualificados.	3	PJ	11 MESES
Empresa de organização e apoio a Eventos (fornecimento de suporte operacional de profissionais com expertise em realização de eventos)	Organizar e apoiar os eventos/Atividades Complementares internos ou externos voltados para os idosos, como festas e atividades recreativas. Responsável por executar o cronograma, agendar e organizar passeios e intercâmbios, realizar a montagem e a desmontagem dos eventos e supervisionar o andamento das atividades.	3	PJ	10 MESES
Contratação de Serviços de Apoio Logístico (Disponibilização de profissionais com aptidão para suporte logístico)	Realizará atividades de controle, zelo e reposição de materiais. Apoio logístico a cada uma das Regiões Administrativas, servindo como ponto focal para a Coordenação relativo à infraestrutura e equipamentos. Mínimo de 6 profissionais sendo 1 por Região Administrativa. A contratação será de por meio de empresa ou Microempreendedor Individual - MEI	6	PJ	11 MESES

<p>Prestação de Serviços de Instrutor de Educação Física (Formação em nível superior em Educação Física, com experiência em realização de aulas práticas)</p>	<p>Profissional qualificado para planejar, orientar e conduzir atividades físicas adaptadas aos participantes do projeto "Vida Melhor 60+", promovendo o fortalecimento muscular, a melhoria da mobilidade, o estímulo à autonomia e o bem-estar geral dos idosos. Desenvolver atividades que promovem a inclusão e o desenvolvimento por meio de atividades físicas e esportivas, atuar na elaboração e implementação de atividades que visam melhorar a qualidade de vida do público-alvo do programa.</p>	02	MEI	11 meses
<p>Prestação de Serviços de Instrutor de Dança (Formação em nível superior em Educação Física, com experiência em realização de aulas práticas)</p>	<p>Profissional qualificado para ministrar aulas de dança aos participantes do projeto "Vida Melhor 60+", promovendo saúde física, bem-estar emocional, interação social e diversão por meio de atividades dinâmicas e inclusivas. Utiliza-se de técnicas de improviso, criação, composição e análise do movimento, além de planejar as atividades que serão desenvolvidas durante suas aulas. Desenvolve aulas que combinam técnica, expressão corporal e musicalidade, adaptando-as às necessidades e habilidades de cada estudante. Sua rotina é caracterizada pela demonstração de movimentos e correção de posturas.</p>	02	MEI	11 Meses
<p>Empresa para fornecimento de mão de obra (Auxiliar Adm) - (Formação em Nível médio ou superior em Administração, Contabilidade ou áreas afins. Experiência na realização de atividades administrativas diversas, incluindo: Atendimento ao público e telefônico.</p>	<p>Responsável por atividades de suporte administrativo, como atendimento telefônico, organização de documentos, arquivamento e apoio nas operações diárias. Auxilia na logística dos eventos e atividades do projeto, garantindo organização e acessibilidade dos documentos. Recebe os</p>	06	MEI	11 Meses

Organização e manutenção de arquivos físicos e digitais.	participantes, visitantes e parceiros do projeto. Realiza o cadastramento dos idosos e seus acompanhantes, fornece informações sobre o cronograma e orienta os visitantes sobre as normas do espaço. Mantém um ambiente acolhedor e seguro na recepção. 6 Profissionais, sendo 1 para cada Região Administrativa.			
Palestrantes (Formação em nível superior em qualquer área de formação, com experiência em workshop, Eventos, Palestras, e habilidades com os temas ministrados)	Temas: Envelhecimento Ativo e Saudável; Prevenção de Quedas e Segurança Doméstica; Direitos da Pessoa Idosa; Saúde Mental e Bem-Estar Emocional; Alimentação Saudável para Idosos; Tecnologia na Terceira Idade; Planejamento Financeiro e Sustentabilidade na Aposentadoria; A Importância da Atividade Física na Terceira Idade; Cuidado com a Memória e Prevenção de Doenças Cognitivas; Relacionamentos e Sexualidade na Terceira Idade. Profissionais responsáveis por ministrar palestra com tema voltado para o curso - as palestras serão realizadas de 1 vez por mês em cada RA durante o período do projeto	4	MEI	Serviço
Prestação de Serviços de mobilização (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Prestação de Serviços de mobilização e manutenção social nas 6 Regiões Administrativas.	3	MEI	11 MESES
Contratação de empresa para Assessoria Jurídica (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Oferece suporte jurídico nas áreas de contratos, direitos do idoso, conformidade e questões legais do projeto. Revisão e elaboração de contratos, adequação às normas regulatórias e orientações legais para	1	PJ	12 MESES

	evitar litígios. Trabalha de forma eventual, conforme demanda.			
Contratação de empresa para Assessoria Contábil (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Cuida dos aspectos fiscais e tributários do projeto, garantindo a conformidade contábil e auxiliando na prestação de contas. Realiza relatórios financeiros e acompanha o cumprimento das obrigações fiscais. Atua conforme necessidade, com frequência menor que os demais.	1	PJ	12 MESES
Contratação de empresa para fornecimento de serviços de Brigadistas de Emergência (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Contratação de profissionais especializados e certificados para a prestação de serviços de socorrista/brigadista, visando atuar na prevenção de pânico e em primeiros socorros aos participantes de eventos, uniformizados e paramentados. Sendo no mínimo 6 Profissionais.	6	PJ	11 MESES
Contratação de empresa para Assessoria de Imprensa e Gestão de Comunicação (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Profissionais responsáveis por efetuar toda a parte de relacionamento com meios de comunicação de divulgação do evento durante o período de vigência do projeto que incluem divulgação inicial, atuação pré e durante o evento e toda parte de veiculação de resultados. - Prestação do serviço desde a contratação até o fim da execução do projeto	1	PJ	12 MESES
Serviço de Social Midia (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Serviços profissionais para planejar e desenvolver o cronograma de comunicação e divulgação durante todo o período do projeto para as mídias sociais, utilizando principalmente as redes sociais e a mídia espontânea, objetivando propor ideias, desenvolver conteúdo institucional, coordenar e orientar os trabalhos de designer e acompanhamento de peças de divulgação.	1	PJ	12 meses

<p>Serviço de Web Designer (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)</p>	<p>Briefing, elaboração, suporte e manutenção, portal site institucional com funções de inscrição dos participantes, inserção e atualização de informações, fotos, vídeos, disponibilização das regras, área de notícias, formulários de contato nos formatos desktop e mobile. O serviço engloba hospedagem contemplando a disponibilização de contas de e-mail para utilização institucional durante todo o período de execução do projeto, inclusive com apoio, atendimento e suporte técnico.</p>	1	PJ	12 MESES
<p>Serviços de Fotógrafo (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)</p>	<p>Planejamento de sessões fotográficas mensais; registro de atividades, eventos e momentos marcantes; produção de fotos para redes sociais; edição e tratamento de imagens; organização e entrega de acervo digital; e relatórios de acompanhamento. Sendo 1 visita por semana em cada Região Administrativa.</p>	1	PJ	240 diárias
<p>Serviço de Designer Gráfico - Serviço de design gráfico, soluções criativas para projeto, incluindo logotipos, layouts para impressos, marketing digital e muito mais</p>	<p>O regime jurídico de contratação de profissionais será por meio de serviços de empresa. Serviços Profissionais para criação da identidade visual do projeto, arte final, aplicação em peças de comunicação. Elaboração de material digital e gráfico de comunicação, inclusive após a realização com a elaboração de relatório.</p>	1	PJ	Serviço
<p>Serviços de Videomaker (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)</p>	<p>Planejamento e cronograma de filmagens; captação de imagens e áudio de atividades mensais; produção de vídeos periódicos para redes sociais; edição final de documentário; inclusão de identidade visual; suporte técnico na distribuição do conteúdo; e relatórios de</p>	1	PJ	125 diárias

	acompanhamento. As filmagens serão feitas no mínimo uma vez por semana em cada Região Administrativa.			
Contratação de empresa para fornecimento de Lanche coletivo - (Coffee Break)	Será fornecido conforme o seguinte memorial de cálculo: 1 dia = 50 pessoas / 1 Semana = 100 pessoas / 1 mês = 400 pessoas * 6 unidades de atendimento = 2400 pessoas a serem servidas por mês + margem de erro de 10 % = 2640 *10 meses de duração = 26.400. Acrescidos de 50 unidades 1 vez por mês em cada RA por 10 meses para atender às palestras mensais conforme item 4.1.35, totalizando 3.000 + 26400 = 29.400.	1	PJ	10 MESES
KIT Lanche (Fornecimento de kit lanche para participantes)	Kits de lanche para os participantes em cada evento externo composto de: Fruta da estação, suco, biscoito e barra de cereal.	1.050	PJ	03 eventos externos
Impulsioneamento nas redes sociais (Fornecimento de divulgação, comunicação e informação)	Serviço de impulsioneamento pago para posts realizados no facebook e instagram. Refere-se ao tipo de produto em que o contratante disponibiliza valor de teto para a ação de divulgação para atingir um determinado número de usuários das redes em uma determinada área. Serviço será prestado pelo período do projeto.	1	PJ	12 meses
Contratação de empresa para confecção de banners (Fornecimento de divulgação, comunicação e informação)	Contratação de empresa especializada para prestação de serviço de confecção de Banner em lona vinílica com acabamento em Ilhós, em 04 cores. 1,2m por 0,90m.	24	PJ	Serviço
Gráfica (Fornecimento de divulgação, comunicação e informação)	Serviço de impressão de informativo sobre as atividades do projeto, impressão em papel couchê 189g, meio ofício. Serão distribuídos 6 mil folhetos.	6.000	PJ	Serviço

Cartazes Informativos (Fornecimento de divulgação, comunicação e informação)	Cartazes Informativos - Cartazes para uso em CRAS, CREAS e locais estratégicos - Formato A3, colorido, mínimo de 4 cores - Couchê 250.	600	PJ	Serviço
Locação de Espaço (Proporcionar espaços de esporte, cultura e lazer nas diversas regiões administrativas)	Locação de espaço com capacidade para receber 40 pessoas com estrutura necessária para plena execução do projeto.	6	PJ	11 meses
Empresa de informática (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados)	Aluguel de um kit de informática composto por 1 computador com configuração básica e impressora multifuncional ecotanque. Será um kit para cada Região Administrativa por 11 meses.	06	PJ	11 meses
Transporte para Eventos (Locação de veículos para transporte de participantes)	Locação de ônibus para transporte dos participantes. Com mínimo de 46 lugares, franquia de 150 km e 10 horas de diária. Serão 3 atrações externas para os participantes + equipe. 1 ônibus para cada Região Administrativa.	18	PJ	03 eventos
Locadora de veículos (Locação de veículos para transporte de profissionais)	Aluguel de veículo da categoria popular/passeio – com 5 lugares, porta-malas 475 litros. Utilizado para levar e trazer os profissionais que vão trabalhar no projeto na compra de materiais, levar e trazer os insumos, transportar os equipamentos para realização do projeto.	01	PJ	12 meses
Contratação de empresa de evento – Organização de eventos	Organização de atividade cultural - bailes dancantes (atividade de recepção, decoração e ornamentação), estando programado um evento por RA	06	PJ	Serviços

<p>Contratação de empresa - locação de mesa e cadeira por evento</p>	<p>Contratação de empresa de evento para organização de atividade cultural - bailes dancantes (locação de mesa e cadeira por evento). Para cada evento é esperado um público de 150 pessoas, sendo 50 participantes do projeto e mais 2 acompanhantes. Total de conjunto de mesas e cadeiras por evento: 38 conjuntos, sendo um total de 6 eventos, correspondendo a 228 conjuntos de quatro lugares locados no total</p>	<p>06</p>	<p>PJ</p>	<p>Serviços</p>
<p>Contratação de empresa de sonorização</p>	<p>Locação de sistema de sonorização para evento de médio porte que deverá conter: 01 Mesa de 04 canais,bivolt ; 02 caixas de som ativas de no minimo 400 Watts RMS cada; 02 Pedestais de caixas; 01 pedestal de Microfone; 02 Microfones</p>	<p>6</p>	<p>PJ</p>	<p>Serviços</p>

4.8.5 Metodologia do Projeto Viver 60+

A metodologia do Projeto Viver 60+ é estruturada em etapas técnicas e adaptativas, garantindo a eficácia, relevância e inclusão social das pessoas idosas. Cada etapa é planejada para promover o envelhecimento ativo, o bem-estar integral e a integração comunitária.

4.8.5.1 Planejamento

- Seleção e contratação da equipe de Coordenação de Recursos Humanos para o planejamento das ações a serem desenvolvidas.
- Contratação de espaços: Seleção de locais acessíveis, seguros e confortáveis em seis regiões administrativas, priorizando acessibilidade para idosos com mobilidade reduzida.
- Seleção e capacitação da equipe técnica: Profissionais qualificados, como educadores físicos, instrutores sociais com formação em psicologia, instrutores sociais com formação em enfermagem, e instrutores sociais com formação em fisioterapia.
- Aquisição de materiais: Compra de equipamentos para atividades físicas, recreativas e audiovisuais, com logística organizada para transporte e armazenamento.
- Contratação de empresa de comunicação e divulgação para criação de identidade visual e divulgação durante todo o desenvolvimento do projeto direcionado a lideranças comunitárias e redes sociais e locais para promover o projeto e atrair participantes.

4.8.5.2 Inscrições e Diagnóstico Inicial

- Realização de inscrições em site próprio, nas redes sociais ou presencialmente. Para as inscrições presenciais haverá um assistente administrativo nas recepções dos locais de atendimento em cada Região Administrativa onde serão realizadas as atividades.
- Realização de entrevistas, questionários e análise de dados para identificar o perfil e as necessidades dos participantes, a cargo dos Coordenadores.
- Coleta de informações sobre saúde, mobilidade, interesses culturais e desafios emocionais, permitindo o alinhamento das atividades às demandas específicas.

4.8.5.3 Estruturação e Capacitação

- Capacitação técnica contínua da equipe para adaptar métodos às necessidades dos idosos.

- Divisão das atividades em seis eixos principais:
 - a. Atendimento/Instruções de autocuidado na área da à Saúde: Orientações personalizadas por profissionais das áreas de enfermagem, fisioterapia e psicologia.
 - b. Atividades Físicas Adaptadas: Exercícios seguros e de baixo impacto para melhorar mobilidade e força.
 - c. Expressão Corporal e Artes do Movimento: Dança e movimentação corporal para autoestima e coordenação.
 - d. Atividades Recreativas e Jogos: Estímulo cognitivo e social por meio de jogos interativos.
 - e. Histórias Vivas: Registro audiovisual de memórias, promovendo autoestima e legado histórico.
 - f. Sociabilização, Bem-estar e Cidadania: palestras sobre temas de interesse dos participantes, passeios e atividades de convivência e interação social.

4.8.5.4 Implementação com Adaptação Contínua

- Metodologia ágil: Ajustes regulares com base no feedback dos participantes para garantir a relevância das ações.
- Acompanhamento especializado: Supervisão de profissionais para evitar riscos e promover experiências inclusivas.

4.8.5.5 Monitoramento e Avaliação de Resultados

- Indicadores quantitativos: Frequência, participação e melhorias em saúde e interação social.
- Indicadores qualitativos: Grupos focais e entrevistas para captar o impacto emocional e o senso de pertencimento.
- Relatórios técnicos: Análises regulares para ajustar estratégias e melhorar os resultados.

4.8.5.6 Registro e Divulgação

- Documentação: Relatórios, fotografias e vídeos das atividades.
- Divulgação: Compartilhamento dos resultados com a comunidade e parceiros para inspirar novos projetos e valorizar a terceira idade.

Essa abordagem metodológica combina técnicas robustas com flexibilidade, promovendo a inclusão, valorização e protagonismo das pessoas idosas, e serve como modelo replicável para outras iniciativas.

4.8.6 Espaços

Os locais onde serão realizadas as atividades do projeto Viver 60+ serão definidos no primeiro mês de execução do projeto, após reuniões com a equipe para alinhamento e visitas técnicas nas seguintes Regiões Administrativas:

- Região Administrativa VI – Plano Piloto.
- Região Administrativa IX – Ceilândia.
- Região Administrativa XII – Samambaia.
- Região Administrativa XIV – São Sebastião.
- Região Administrativa XV – Recanto das Emas.
- Região Administrativa XXVIII – Itapoã.

4.8.6 Número de atendimentos

Os beneficiários do projeto serão de no mínimo 300 idosos e idosas na faixa etária acima de 60 anos, de todos os perfis socioeconômicos e níveis educacionais, inclusive aqueles com limitações de mobilidade, residentes nas Regiões Administrativas, I - Plano Piloto, IX – Ceilândia, XII – Samambaia, XIV - São Sebastião, XV - Recanto das Emas e XXVIII - Itapoã para as atividades fixas, podendo ser atingido em média de 1.250 (mil duzentos e cinquenta) atendimentos por trimestre em cada região administrativas.

Eixo 1 – Atendimento/Instruções de autocuidado na área da à Saúde						
Serviços	Como será realizado	Carga horária semanal	Duração do atendimento	Número de atendimentos semanais em cada RA	Número de atendimentos à sexta-feira/mês em cada RA	Número de atendimentos mensais por RA (soma dos atendimentos semanais + 1 sexta-feira/mês)
Instrutor Social com formação em Fisioterapia	Serão contratados 2 profissionais de Fisioterapia para orientação e devidos encaminhamentos. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. Cada profissional atenderá até 16 pessoas 1 vez por semana e 1 sexta-feira por mês quando serão atendidos até 8 pessoas, totalizando 24 atendimentos mensais por cada profissional.	40h	30 min	16	16	80
Orientação Psicológica	Serão contratados 2 profissionais de Psicologia para orientação e devidos encaminhamentos. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. Cada profissional atenderá até 16 pessoas 1 vez por	40h	30 min	16	16	80

	semana e 1 sexta-feira por mês quando serão atendidos até 8 pessoas, totalizando 24 atendimentos mensais por cada profissional.					
Orientações Enfermagem	Serão contratados 2 profissionais Instrutores Sociais com formação em enfermagem para orientação e devidos encaminhamentos. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. Cada profissional atenderá até 16 pessoas 1 vez por semana e 1 sexta-feira por mês quando serão atendidos até 8 pessoas, totalizando 24 atendimentos mensais por cada profissional.	40h	30 min	16	16	80
Média de Atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo de Atendimento a Saúde						240
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo de Atendimento à Saúde						2.400
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo de Atendimento à Saúde						14.400

Eixo 2 – Atividades Físicas Adaptadas					
Serviços	Como será realizado	Carga horária semanal	Duração do Atendimento	Número de atendimentos semanais em cada RA	Número de atendimentos Mensal por RA
Professor de Educação Física	Serão contratados 2 profissionais de Educação Física para ministrar as aulas de Atividades Físicas Adaptadas. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. As aulas ocorrerão 1 vez por semana em cada Região Administrativa. Às sextas-feiras o profissional participará de Coordenação Pedagógica e auxílio nas atividades complementares (passeios, palestras e sociabilização).	10h/a	1h/a	150	600

Média de atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo Atividades Físicas Adaptadas	600
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo Atividades Físicas Adaptadas	6.000
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo Atividades Físicas Adaptadas	36.000

Eixo 3 – Expressão Corporal e Artes do Movimento					
Serviços	Como Será realizado	Carga horária semanal	Duração do Atendimento	Número de atendimentos Semanais	Número de atendimentos Mensal por RA
Professor de Expressão Corporal / Dança	Serão contratados 2 profissionais de Educação Física para ministrar as aulas de Expressão Corporal e Artes do Movimento. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. As aulas ocorrerão 1 vez por semana em cada Região Administrativa. Às sextas-feiras o profissional participará de Coordenação Pedagógica e auxílio nas atividades complementares (passeios, palestras e sociabilização).	10h/a	1h/aula	150	600
Média de atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo Expressão Corporal e Artes do Movimento					600
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo Expressão Corporal e Artes do Movimento					6.000
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo Expressão Corporal e Artes do Movimento					36.000

Eixo 4 – Atividades Recreativas e Jogos					
Serviços	Como Será realizado	Carga horária semanal	Duração do Atendimento	Número de atendimentos Semanais	Número de atendimentos Mensal por RA

Professor de Educação Física e de Dança	Os 4 professores contratados para os eixos 2 e 3 acima serão responsáveis por conduzir e acompanhar as Atividades Recreativas e Jogos. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. As aulas ocorrerão 1 vez por semana em cada Região Administrativa.	10h/a	1h/aula	150	600
Média de Atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo Atividades Recreativas e Jogos					600
Média de Atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo Atividades Recreativas e Jogos					6.000
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo Atividades Recreativas e Jogos					36.000

Eixo 5 – Oficina Histórias Vivas

Serviços	Como Será realizado	Carga horária semanal	Duração do Atendimento	Número de atendimentos Semanais	Número de atendimentos Mensal por RA
Professor de Educação Física e de Dança	Os 4 professores contratados para os eixos 2 e 3 acima serão responsáveis por conduzir e acompanhar Oficina Histórias Vivas. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. As aulas ocorrerão 1 vez por semana em cada Região Administrativa.	10h/a	1h/aula	150	600
Média de Atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo Oficina Histórias Vivas					600
Média de Atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo Oficina Histórias Vivas					6.000
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo Oficina Histórias Vivas					36.000

Eixo 6 – Sociabilização, Bem-estar e Cidadania

Serviços	Como Será realizado	Carga horária	Duração do Atendimento	Número de atendimentos	Número de atendimentos	Número de atendimentos
----------	---------------------	---------------	------------------------	------------------------	------------------------	------------------------

		semanal	o	s semanais em cada RA	s à sexta-feira/mês em cada RA	Mensal por RA
Professor de Educação Física e de Dança	Os 4 professores contratados para os eixos 2 e 3 acima serão responsáveis por conduzir e acompanhar as atividades de Sociabilização, Bem-estar e Cidadania. Cada um atenderá 3 Regiões Administrativas nos turnos matutino e vespertino. As atividades regulares ocorrerão 2 vezes por semana no primeiro horário, em cada Região Administrativa. Esses professores acompanharão também as atividades complementares que acontecerão nas sextas-feiras.	10h/a	1h/aula	100	50	450
Média de atendimentos por mês em cada Região Administrativa no eixo de Atendimento a Saúde						450
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto em cada Região Administrativa no eixo de Atendimento à Saúde						4.500
Média de atendimentos durante 10 meses de projeto nas seis Regiões Administrativas no eixo de Atendimento à Saúde						27.000

Observação: As quantidades de atendimentos relacionados aos eixos 4, 5 e 6 (Atividades Recreativas Jogos, Oficina Histórias Vivas e Sociabilização) serão disponibilizadas para todos os inscritos, porém com participação facultativa. Assim, os totais informados desses eixos referem-se à totalidade do grupo, podendo sofrer alteração, uma vez que nem todas as pessoas participarão dessas atividades.

4.8.8 Atividades

As atividades regulares ocorrerão de segunda a quinta-feira nos períodos matutino, para 12 turmas com até 25 alunos cada, distribuídas pelas 6 Regiões Administrativas. Serão duas turmas em cada RA, uma no turno matutino, das 8h às 12h e outra no vespertino, das 14h às 18h. Em cada turma serão desenvolvidas as seguintes atividades regulares:

Eixo 1: Atendimento à Saúde: As especialidades de enfermagem, fisioterapia e psicologia serão desenvolvidas uma vez por semana e em uma sexta-feira ao mês em cada RA. Serão realizadas orientações personalizadas por meio de palestras, rodas de conversas e oficinas.

Eixo 2: Atividades Físicas Adaptadas: Estas atividades regulares serão praticadas uma vez por semana, com duração de uma hora/aula, no horário subsequente ao lanche e sociabilização inicial de cada turma. Serão propostos exercícios seguros e de baixo impacto para melhorar mobilidade e força.

Eixo 3: Expressão Corporal e Artes do Movimento: Também de caráter regular, estas atividades acontecerão da mesma forma acima, uma vez por semana, com duração de uma hora/aula, no horário subsequente ao lanche e sociabilização inicial de cada turma. Aqui serão oferecidas práticas de dança e de movimentos, estimulando a consciência espacial e corporal, equilíbrio e autoestima.

Eixo 4: Atividades Recreativas e Jogos: Serão atividades facultativas que acontecerão após as práticas físicas dos eixos 2 e 3 acima. Ocorrerão duas vezes por semana, com duração de 2 horas/aula. Serão disponibilizados jogos de tabuleiro e jogos corporais com o objetivo de manter a mente ativa, estimular a memória e habilidades cognitivas, além de proporcionar momentos de lazer e de fortalecimento de vínculos.

Eixo 5: Histórias Vivas: Da mesma forma que as Atividades Recreativas e Jogos, a Oficina de Histórias Vivas tem caráter facultativo. Ocorrerão uma vez por semana, com duração de 2 hora/aula, no mesmo horário do Eixo 4 acima, para os participantes que optarem por participar desta atividade. Serão propostas dinâmicas de grupo, sendo escolhidas, em cada grupo o relato ou história que será registrado em meio audiovisual, promovendo autoestima e legado histórico e depoimentos sobre os impactos do projeto em suas vidas.

Eixo 6: Sociabilização, Bem-estar e Cidadania: Para promover o bem-estar e a sociabilização dos participantes e promover a cidadania, serão propostas atividades regulares e complementares. Como atividade regular será oferecido, diariamente, no primeiro horário de cada turma, café da manhã (nas turmas do período matutino) e lanche (no período

vespertino). Este momento informal proporciona descontração e interação entre os participantes.

As atividades complementares ocorrerão às sextas-feiras ou, ocasionalmente aos sábados. Além dos atendimentos de saúde descritos no eixo 1, os espaços em cada RA estarão disponíveis para palestras sobre temas de interesse dos participantes relacionados a bem-estar, segurança e envelhecimento saudável (uma por mês em cada RA) e três passeios externos a pontos turísticos de Brasília, parques, zoológicos, espaços culturais ou sessões de cinema e teatro, promovendo atividades de convivência e interação social com fornecimento de transporte, lanche e ingressos.

A seguir são apresentadas as grades de horário das atividades em cada Região Administrativa:

a) RA XIV – São Sebastião

R A X I V - S ã o S e b a s t i ã o	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	MANHA - TURMA 1				
08h às 09h	Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 1		Socialização e café da manhã Prof. Dança 1		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1 Enfermeiro 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1
09h às 10h	Educação Física Prof. Ed. Física 1		Expressão Corporal Prof. de Dança 1		
10h às 12h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1		
08h às 12h	Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		
TARDE - TURMA 2					
14h às 15h	Socialização e lanche Prof. Ed. Física 1		Socialização e lanche Prof. Dança 1		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1 Instrutor Social com formação em Enfermagem 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1
15h às 16h	Educação Física Prof. Ed. Física 1		Expressão Corporal Prof. de Dança 1		
16h às 18h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1		
14h às 18h	Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 1				

b) RA XXVIII – Itapoã

R A X X V I I I	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	MANHA - TURMA 1				
08h às 09h		Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 1		Socialização e café da manhã Prof. Dança 1	Atividades complementares: Passeios

I L I - L T A P O A	09h às 10h		Educação Física Prof. Ed. Física 1		Expressão Corporal Prof. de Dança 1	Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde:	
	10h às 12h		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1	Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1	
	08h às 12h		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Psicologia 1	Instrutor Social com formação em Enfermagem 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1	
			Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1	
	TARDE - TURMA 2						
	14h às 15h		Socialização e lanche Prof. Ed. Física 1		Socialização e lanche Prof. Dança 1	Atividades complementares: Passeios Palestras	
	15h às 16h		Educação Física Prof. Ed. Física 1		Expressão Corporal Prof. de Dança 1	Coordenação de professores Atendimentos de saúde:	
	16h às 18h		Atividades Lúdicas Prof. Ed. Física 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1	Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1	
	14h às 18h		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1	Instrutor Social com formação em Enfermagem 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1	
			Instrutor Social com formação em Psicologia 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1	

c) **RA IX – Ceilândia**

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	
R A I X - C e i l â n d i a	MANHA - TURMA 1					
	08h às 09h	Socialização e café da manhã Prof. Dança 1		Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 1		Atividades complementares: Passeios Palestras
	09h às 10h	Expressão Corporal Prof. de Dança 1		Educação Física Prof. Ed. Física 1		Coordenação de professores Atendimentos de saúde:
	10h às 12h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 1		Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1
	08h às 12h	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1
		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Psicologia 1		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1
	TARDE - TURMA 2					
	14h às 15h	Socialização e lanche Prof. Dança 1		Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 1		Atividades complementares: Passeios Palestras
	15h às 16h	Expressão Corporal Prof. de Dança 1		Educação Física Prof. Ed. Física 1		Coordenação de professores Atendimentos de saúde:
	16h às 18h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 1		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 1		Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 1 Prof. Dança 1
14h às 18h	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1		Instrutor Social com formação em Enfermagem 1 Instrutor Social com formação em Psicologia 1	
	Instrutor Social com formação em Psicologia 1		Instrutor Social com formação em Psicologia 1		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 1	

d) RA XII – Samambaia

R A X I I - S a m b a i a	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	MANHA - TURMA 1				
08h às 09h	Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 2		Socialização e café da manhã Prof. Dança 2		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2 Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
09h às 10h	Educação Física Prof. Ed. Física 2		Expressão Corporal Prof. de Dança 2		
10h às 12h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2		
08h às 12h	Instrutor Social com formação em Enfermagem 2		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 2		Instrutor Social com formação em Psicologia 2		
TARDE - TURMA 2					
14h às 15h	Socialização e lanche Prof. Ed. Física 2		Socialização e lanche Prof. Dança 2		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2 Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
15h às 16h	Educação Física Prof. Ed. Física 2		Expressão Corporal Prof. de Dança 2		
16h às 18h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2		
14h às 18h	Instrutor Social com formação em Enfermagem 2		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 2		Instrutor Social com formação em Psicologia 2		

e) RA VI – Plano Piloto

R A V I - P l a n o P i l o t o	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	MANHÃ - TURMA 1				
08h às 09h		Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 2		Socialização e café da manhã Prof. Dança 2	Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2 Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
09h às 10h		Educação Física Prof. Ed. Física 2		Expressão Corporal Prof. de Dança 2	
10h às 12h		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2	
08h às 12h		Instrutor Social com formação em Enfermagem 2		Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2	
		Instrutor Social com formação em Psicologia 2		Instrutor Social com formação em Psicologia 2	
TARDE - TURMA 2					
14h às 15h		Socialização e lanche Prof. Ed. Física 2		Socialização e lanche Prof. Dança 2	Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2
15h às 16h		Educação Física Prof. Ed. Física 2		Expressão Corporal Prof. de Dança 2	
16h às 18h		Atividades Lúdicas Prof. Ed. Física 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2	

14h às 18h	Instrutor Social com formação em Enfermagem 2	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2	Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
	Instrutor Social com formação em Psicologia 2	Instrutor Social com formação em Enfermagem 2	

f) **RA XV – Recanto das Emas**

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
MANHA - TURMA 1					
08h às 09h	Socialização e café da manhã Prof. Dança 2		Socialização e café da manhã Prof. Ed. Física 2		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2 Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
09h às 10h	Expressão Corporal Prof. de Dança 2		Educação Física Prof. Ed. Física 2		
10h às 12h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 2		
08h às 12h	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2		Instrutor Social com formação em Enfermagem 2		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 2		Instrutor Social com formação em Psicologia 2		
TARDE - TURMA 2					
14h às 15h	Socialização e lanche Prof. Dança 2		Socialização e lanche Prof. Ed. Física 2		Atividades complementares: Passeios Palestras Coordenação de professores Atendimentos de saúde: Haverá revezamento dos profissionais pelas RAs Prof. Educação Física 2 Prof. Dança 2 Instrutor Social com formação em Enfermagem 2 Instrutor Social com formação em Psicologia 2 Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2
15h às 16h	Expressão Corporal Prof. de Dança 2		Educação Física Prof. Ed. Física 2		
16h às 18h	Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Dança 2		Atividades Lúdicas / Oficina Memória Prof. Ed. Física 2		
14h às 18h	Instrutor Social com formação em Fisioterapia 2		Instrutor Social com formação em Enfermagem 2		
	Instrutor Social com formação em Psicologia 2		Instrutor Social com formação em Psicologia 2		

4.8.9 METAS

As metas e indicadores de avaliação são adaptados aos diferentes eixos do projeto, com foco tanto nos resultados quantitativos quanto nos qualitativos.

METAS				
Nº DA META	META	ATIVIDADES DA META	RESULTADO	MEIOS DE VERIFICAÇÃO
QUALITATIVAS				
01	Contratação de profissionais qualificados para planejamento e execução do Projeto.	Seleção dos currículos, entrevistas e contratação dos colaboradores.	Quadro de profissionais especializados.	Folha de ponto, relatório fotográfico e contratos de trabalho.
02	Promover a estrutura completa adequada e acessível para realização do Projeto.	Organização do espaço físico, aquisição e locação de equipamentos e insumos.	Condições adequadas e acessíveis de 06 (seis) espaços físicos para atender os participantes do Projeto.	Registro fotográfico, contratos de locação e notas fiscais.
QUANTITATIVAS				
03	Oferecer inscrição de, no mínimo, 360 pessoas idosas.	Inscrição em site, redes sociais e presenciais.	Mínimo de 300 pessoas idosas inscritas.	Fichas de inscrição e relatório nominal dos inscritos.
04	Frequência mínima de 70% dos inscritos durante o desenvolvimento das atividades do Projeto.	Aulas práticas, orientações psicológicas, de enfermagem e de fisioterapia.	Mínimo de 210 participantes com frequência contínua nas atividades oferecidas.	Lista de presença, relatórios fotográficos e relatórios de atividades.
05	Controle de qualidade do Projeto	Realizar 2 pesquisas de opinião junto aos beneficiários e profissionais envolvidos.	Monitoramento das expectativas e resultados do Projeto junto aos participantes.	Formulários de pesquisa de satisfação.

5. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO			
Descrição da Atividade	Nº da meta relacionada	Período de realização da atividade	
		Início (mês)	Término (mês)
Contratar pessoal que comporá a Equipe de Trabalho	1	01	12
Alugar os espaços em que serão realizadas as atividades	2	01	12
Comunicação e divulgação do Projeto	1	01	12
Realizar a inscrição dos participantes	3	01	12
Ofertar atividades físicas e culturais	4	02	12
Realizar palestras	4	02	12
Oferecer acompanhamento pedagógico e psicológico	1	02	12
Aplicar os questionários de avaliação do projeto aos participantes	5	02	12
Realizar a certificação do participantes	1	12	12

6. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO					
Nº da meta	Atividades da meta	Itens da Planilha correspondentes	Parcela 01	Parcela 02	Parcela 03
			A ser paga no mês 1	A ser paga no mês 5	A ser paga no mês 9
			(meses de 1 a 4)	(meses de 5 a 8)	(meses de 9, a 12)
1	Seleção dos currículos, entrevistas e contratação dos colaboradores.	2.1.1 ao 2.1.7	R\$ 142.676,66	R\$ 142.676,66	R\$ 249.813,19
2	Organização do espaço físico, aquisição e locação de equipamentos e insumos.	1.1.1 ao 1.1.18 3.1.1 ao 3.5 5.1.1 ao 5.1.10	R\$ 969.784,98	R\$ 500.000,00	R\$ 450.000,00
3	Inscrição em site, redes sociais e presenciais.	4.1.1 ao 4.1.31	R\$ 400.000,00	R\$ 470.180,31	R\$ 413.043,79
4	Aulas práticas, orientações psicológicas, de enfermagem e fisioterapia.	6.1.1 ao 6.1.7	R\$ 85.957,00	R\$ 85.957,00	R\$ 85.957,00
Subtotal das parcelas			R\$ 1.598.418,64	R\$ 1.198.813,98	R\$ 1.198.813,98
TOTAL DO PROJETO					R\$ 3.996.046,59

1ª Parcela – Até 10 dias da assinatura do Termo de Colaboração.

2ª Parcela – Até 90 dias do pagamento da 1ª Parcela

3ª Parcela – Até 90 dias do pagamento da 2ª Parcela

PLANILHA ORÇAMENTÁRIA

PROJETO VIVER 60+

PROponente: Instituto Latino-Americano de Educação para a Segurança-ILAES

CNPJ/MF: 27.672.704/0001-67

SEDE SOCIAL: SRTVS Quadra 701 Conjunto D Bloco A, Sala 614 Centro, Empresarial Brasília. Brasília/DF | CEP 70.340-907

CONTATOS: + 55 (61) 99873-6505, E-mail: rachel@ilaes.org.br

VALIDADE DA PROPOSTA: 120 dias.

Representante do ILAES: Rachel Forattini Altino Machado

1 Despesas com Bens Duráveis					
1.1	Descrição dos itens de despesa	Und	Qtd	Valor Unit	Valor Total
1.1.1	Colchonetes - Colchonetes em espuma densa revestidos com material vinílico ou EVA, com espessura entre 8 e 12 mm. Esses colchonetes são essenciais para atividades de solo, proporcionando conforto e evitando contato direto com o chão.	Und	360	R\$ 38,00	R\$ 13.680,00
1.1.2	Bola Suíça 85cm - Bola Inflável para exercícios de Pilates, Yoga e Abdominal com bomba.	Und	360	R\$ 74,90	R\$ 26.964,00
1.1.3	Bolas de Vôlei - Confeccionadas em material sintético (como PVC ou PU), de textura macia, com peso reduzido para facilitar o uso por idosos e minimizar o risco de lesões. A bola ideal possui circunferência entre 65-67 cm e peso entre 260-280 g.	Und	360	R\$ 100,00	R\$ 36.000,00
1.1.4	Elásticos de Resistência (Faixas Elásticas) - Faixas elásticas de resistência progressiva, geralmente feitas de látex ou material similar, com níveis de intensidade (leve, médio e forte) indicados por cores. Usadas em exercícios de fortalecimento e alongamento, são leves e fáceis de manusear.	Und	360	R\$ 35,00	R\$ 12.600,00
1.1.5	Cones de Agilidade - Cones plásticos de 23 cm a 30 cm de altura, leves e coloridos, usados para exercícios de mobilidade e coordenação. São ideais para criar percursos e auxiliar em atividades de locomoção e equilíbrio.	Und	360	R\$ 13,00	R\$ 4.680,00
1.1.6	Bastões de Exercício - Bastões de PVC ou madeira com comprimento aproximado de 1 metro e diâmetro de 2,5 cm. Usados para exercícios de mobilidade e alongamento, ajudando no trabalho de coordenação motora e postura.	Und	360	R\$ 18,00	R\$ 6.480,00
1.1.7	Pesos de Pulso e Tornozelo - Pesos de 0,5 a 2 kg, com revestimento de neoprene ou lona, ajustáveis com fechos de velcro para fixação nos pulsos ou tornozelos. Auxiliam no fortalecimento muscular, especialmente em exercícios de baixo impacto.	Par	360	R\$ 75,00	R\$ 27.000,00
1.1.8	Halteres (Pesos Livres) - Halteres emborrachados ou revestidos em vinil, pesando entre 1 a 2 kg, ideais para treinos leves de resistência e fortalecimento de braços e ombros.	Und	360	R\$ 22,00	R\$ 7.920,00
1.1.9	Jogo de Damas - Jogo de tabuleiro com 64 casas (8x8), sendo a metade delas colorida (preto/branco ou marrom/bege). Ideal para idosos, o modelo recomendado possui peças grandes e leves, feitas de madeira ou plástico. O tabuleiro é dobrável e em material resistente para facilitar o armazenamento.	Und	60	R\$ 45,00	R\$ 2.700,00
1.1.10	Jogo de Xadrez - Jogo de tabuleiro de 64 casas (8x8), com peças de fácil manuseio, geralmente feitas de plástico ou madeira. As peças devem ter tamanho grande (ideal entre 5 a 10 cm de altura), facilitando a identificação e movimentação. O tabuleiro dobrável é preferível, em madeira ou PVC.	Und	60	R\$ 70,00	R\$ 4.200,00
1.1.11	Jogo de Ludo - Tabuleiro colorido com formato em cruz e 16 peças (quatro para cada jogador), geralmente feitas de plástico ou madeira colorida. Ideal para integração e atividades lúdicas, com peças e tabuleiro de tamanho adequado para fácil visualização e manipulação.	Und	60	R\$ 30,00	R\$ 1.800,00
1.1.12	Jogo de Dominó - Jogo composto por 28 peças (pedras) geralmente de material plástico ou madeira, com pontos grandes para facilitar a visualização. É recomendado o modelo com pedras maiores, em média 4 cm de comprimento, 2 cm de largura e 1 cm de espessura, garantindo manuseio seguro e visualização adequada.	Und	60	R\$ 35,00	R\$ 2.100,00
1.1.13	Jogo da Memória - Conjunto de peças de memória com imagens ou palavras em tamanhos maiores (aproximadamente 5x5 cm), geralmente feitas de madeira, papelão rígido ou plástico. As peças são coloridas e de fácil distinção, ajudando a estimular a memória e o raciocínio.	Und	60	R\$ 27,00	R\$ 1.620,00
1.1.14	Jogo de Cartas (Baralho) - Baralho tradicional com 52 cartas de fácil leitura, preferencialmente com números e naipes em tamanho grande para melhor visualização. O material mais comum é o papel cartonado com revestimento plástico, para maior durabilidade.	Und	60	R\$ 8,90	R\$ 534,00
1.1.15	Massinha de Modelar - Será utilizada como ferramenta em atividades lúdicas e terapêuticas que visam promover o bem-estar físico, cognitivo e emocional dos idosos. Abaixo estão os principais usos planejados: Estimulação Cognitiva, Desenvolvimento da Coordenação Motora Fina, Expressão Artística e Bem-Estar Emocional.	Und	350	R\$ 29,99	R\$ 10.496,50
1.1.16	Kit de Primeiros Socorros - Objetivando fornecer suporte básico para o atendimento de emergências de saúde, como pequenos cortes, queimaduras, contusões ou mal-estar, garantindo maior segurança aos participantes do projeto.	Und	6	R\$ 310,00	R\$ 1.860,00
1.1.17	Aparelhos de pressão arterial - Para monitorar a pressão arterial dos idosos participantes do projeto "Vida Melhor 60+", permitindo o acompanhamento regular da saúde cardiovascular e a identificação precoce de alterações que possam requerer atenção médica.	Und	24	R\$ 125,00	R\$ 3.000,00
1.1.18	Oxímetros - Para monitorar os níveis de saturação de oxigênio no sangue (SpO2) e a frequência cardíaca dos participantes do projeto "Vida Melhor 60+", auxiliando no acompanhamento da saúde respiratória, especialmente em situações de esforço físico ou indisposição.	Und	24	R\$ 110,00	R\$ 2.640,00
Total					R\$ 166.274,50
2 Despesas com Recursos Humanos					

2.1	Função de cada profissional na execução	Qtd de Meses	Qtd Profissional	Valor Unit. Mensal	Valor Total Projeto
2.1.1	Coordenador Geral - Responsável por supervisionar todas as operações do projeto, assegurando que as atividades estão de acordo com os objetivos estratégicos. Coordena reuniões, define diretrizes e distribui tarefas entre os membros da equipe. Garante que prazos e metas sejam cumpridos e faz o acompanhamento de desempenho.	12	1	R\$ 5.000,00	60.000,00
2.1.2	Coordenador Esportivo - Organiza atividades físicas e esportivas adaptadas às condições dos idosos, como alongamentos, ginástica e caminhadas. Planeja o cronograma esportivo e supervisiona a execução das atividades para promover saúde e bem-estar físico dos participantes.	11	1	R\$ 4.000,00	44.000,00
2.1.3	Coordenador Cultural - Desenvolve e organiza atividades culturais como música, teatro, artesanato e oficinas artísticas. Estimula a participação dos idosos em atividades que incentivam a criatividade, expressão cultural e socialização.	11	1	R\$ 3.000,00	33.000,00
2.1.4	Coordenador Administrativo/Financeiro - Serviço que garante o controle financeiro do projeto, incluindo o planejamento e monitoramento do orçamento. Realiza pagamentos, controla despesas, prepara relatórios financeiros periódicos e faz a prestação de contas. Coordena também a documentação financeira e a conformidade contábil do projeto.	12	1	R\$ 4.700,00	56.400,00
2.1.5	Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Fisioterapia - (Fornecimento de profissionais com técnicas, especialidades e habilidades humanas) (MEI) - responsável por atividades de treinamento e capacitação dos participantes do projeto na promoção a saúde e reabilitação de condições físicas, ajudando idosos a manter a mobilidade, a força, e a flexibilidade (3 profissionais)	Mês	10	R\$ 12.000,00	120.000,00
2.1.6	Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Psicologia - (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados) (MEI) - responsável por atividades de treinamento e capacitação dos participantes do projeto na promoção da saúde mental e questões emocionais comportamentais e cognitivas. (3 profissionais)	Mês	10	R\$ 12.000,00	120.000,00
2.1.7	Prestação de Serviços de Instrutor Social com formação em Enfermagem - (Fornecimento de profissionais habilitados e capacitados) (MEI) - responsável por atuar pela alimentação e nutrição com o objetivo de promover o bem estar e a saúde. (3 profissionais)	Mês	10	R\$ 12.000,00	120.000,00
Total					R\$ 553.400,00
3	Despesas com itens físicos ou produtos que serão oferecidos para participantes				
3.1	Descrição dos itens de despesa	Und	Qtd	Valor Unitário	Valor Total
3.1.1	Camisetas - Serviço de confecção malha fio 30,4/0 cores, tamanhos p/m/g/gg/xxg, gola em viés meia manga, gravação frente verso conforme a arte oferecida - para alunos, coordenação do evento e colaboradores diretos. 2 Camisetas por participante + 60 camisetas para a equipe de trabalho, sendo 2 unidades por profissional + 20 unidades de reservas técnica	Und	800	R\$ 42,00	R\$ 33.600,00
3.1.2	Squeeze Plástico Personalizado - irá compor o kit que todos participantes irão receber. Item necessário para utilização para hidratação dos alunos. 1 unidade para cada participante e para a equipe de trabalho + reserva técnica. 360 +30+40	Und	430	R\$ 12,00	R\$ 5.160,00
3.1.3	Ecobag em Algodão Cru - 45x45cm - Alça Translaçada 70cm, personalizada com aplicação de silk em 4 cores com informações da marca do projeto - irá compor o kit escolar que todos os alunos irão receber. 1 unidade para cada participante e para a equipe de trabalho + reserva técnica. 360 +30+40	Und	430	R\$ 16,50	R\$ 7.095,00
3.1.4	Materiais de higienização - Garrafas de álcool em gel para uso nas atividades 100 por Região Administrativa	Und	600	R\$ 12,00	R\$ 7.200,00
3.1.5	Aluguel de Equipamento de Som - Contendo 01 Caixa de Som com tripé e microfone. Memória de Calculo: 6 unidades x 2 dias por semana x 4 semanas x 12 meses = 576 diárias	Und	576	R\$ 150,00	R\$ 86.400,00
Total					R\$ 139.455,00
4	Outras Despesas Contínuas ou Variáveis				
4.1	Descrição dos itens de despesa	Und	Qtd	Valor Unitário	Valor Total
4.1.1	Caixa de Resma de Papel tipo A4 com 10 unidades de pacotes com 500 folhas cada.	Und	2	R\$ 352,14	R\$ 704,28
4.1.2	Contratação de empresa para Limpeza - Contratar uma empresa especializada para realizar serviços de limpeza e conservação nos espaços utilizados pelo projeto "Viver 60+", garantindo ambientes limpos, organizados e seguros para os participantes e colaboradores. Equipe mínima de 6 profissionais qualificados. Com todo material e utensílios de limpeza incluso.	Mês	11	R\$ 28.000,00	308.000,00
4.1.3	Empresa de Organização e Apoio de Evento (Com auxiliares) - Organiza e Apoia os eventos/Atividades Complementares internos ou externos voltados para os idosos, como festas e atividades recreativas. Responsável por executar o cronograma, agendar e organizar passeios e intercâmbios, realizar a montagem e a desmontagem dos eventos e supervisionar o andamento das atividades.	Mês	10	R\$ 12.000,00	120.000,00
4.1.4	Contratação de Serviços de Apoio Logístico - Realizará atividades de controle, zelo e reposição de materiais. Apoio logístico a cada uma das Regiões Administrativas, servindo como ponto focal para a Coordenação relativo à infraestrutura e equipamentos. Mínimo de 6 profissionais sendo 1 por Região Administrativa. A contratação será de por meio de empresa ou Micro Empreendedor Individual - MEI	Mês	11	R\$ 16.000,00	176.000,00
4.1.5	Prestação de Serviços de Instrutor de Educação Física - (Formação em nível superior em Educação Física, com experiência em realização de aulas práticas) - Os Serviços serão prestados por Profissional qualificado para planejar, orientar e conduzir atividades físicas adaptadas aos participantes do projeto "Viver 60+", promovendo o fortalecimento muscular, a melhoria da mobilidade, o estímulo à autonomia e o bem-estar geral dos idosos. A contratação será de por meio de empresa - A contratação será de por meio de empresa ou Micro Empreendedor Individual - MEI	Mês	10	R\$ 3.200,00	32.000,00
4.1.6	Prestação de Serviços de Instrutor de Dança - (Formação em nível superior em Educação Física, com experiência em realização de aulas práticas) - Profissional qualificado para ministrar aulas de dança aos participantes do projeto "Viver 60+", promovendo saúde física, bem-estar emocional, interação social e diversão por meio de atividades dinâmicas e inclusivas. A contratação será de por meio de empresa ou Micro Empreendedor Individual - MEI	Mês	10	R\$ 3.200,00	32.000,00

4.1.7	Empresa para fornecimento de mão de obra (Auxiliar Adm) - Responsável por atividades de suporte administrativo, como atendimento telefônico, organização de documentos, arquivamento e apoio nas operações diárias. Auxilia na logística dos eventos e atividades do projeto, garantindo organização e acessibilidade dos documentos. Recebe os participantes, visitantes e parceiros do projeto. Realiza o cadastramento dos idosos e seus acompanhantes, fornece informações sobre o cronograma e orienta os visitantes sobre as normas do espaço. Mantém um ambiente acolhedor e seguro na recepção. 6 Profissionais, sendo 1 para cada Região Administrativa.	Mês	11	R\$ 16.200,00	178.200,00
4.1.12	Prestação de Serviços de mobilização e manutenção social nas 6 Regiões Administrativas.	Mês	11	R\$ 7.500,00	82.500,00
4.1.13	Contratação de empresa para Assessoria Jurídica - Oferece suporte jurídico nas áreas de contratos, direitos do idoso, conformidade e questões legais do projeto. Revisão e elaboração de contratos, adequação às normas regulatórias e orientações legais para evitar litígios. Trabalha de forma eventual, conforme demanda.	Mês	12	R\$ 4.000,00	48.000,00
4.1.14	Contratação de empresa para Assessoria Contábil - Cuida dos aspectos fiscais e tributários do projeto, garantindo a conformidade contábil e auxiliando na prestação de contas. Realiza relatórios financeiros e acompanha o cumprimento das obrigações fiscais. Atua conforme necessidade, com frequência menor que os demais.	Mês	12	R\$ 3.500,00	42.000,00
4.1.15	Contratação de empresa para fornecimento de serviços de Brigadistas de Emergência - Contratação de profissionais especializados e certificados para a prestação de serviços de socorrista/brigadista, visando atuar na prevenção de pânico e em primeiros socorros aos participantes de show, uniformizados e paramenta. Sendo no mínimo 6 Profissionais.	Mês	11	R\$ 21.300,00	234.300,00
4.1.16	Contratação de empresa para Assessoria de Imprensa e Gestão de Comunicação - Profissionais responsáveis por efetuar toda a parte de relacionamento com meios de comunicação de divulgação do evento durante o período de vigência do projeto que incluem divulgação inicial, atuação pré e durante o evento e toda parte de veiculação de resultados. - Prestação de serviço desde a contratação até o fim da execução do projeto.	Mês	12	R\$ 9.000,00	108.000,00
4.1.17	Serviço de Designer Gráfico - O regime jurídico de contratação de profissionais será por meio de serviços de empresa. Serviços Profissionais para criação da identidade visual do projeto, arte final, aplicação em peças de comunicação. Elaboração de material digital e gráfico de comunicação, inclusive após a realização com a elaboração de relatório.	Mês	12	R\$ 3.800,00	R\$ 45.600,00
4.1.18	Serviço de Web Designer - Briefing, elaboração, suporte e manutenção, portal site institucional com funções de inscrição dos participantes, inserção e atualização de informações, fotos, vídeos, disponibilização das regras, área de notícias, formulários de contato nos formatos desktop e mobile. O serviço engloba hospedagem contemplando a disponibilização de contas de e-mail para utilização institucional durante todo o período de execução do projeto, inclusive com apoio, atendimento e suporte técnico.	Mês	12	R\$ 3.800,00	R\$ 45.600,00
4.1.19	Social Mídia - O regime jurídico de contratação de profissionais será por meio de serviços de empresa. Serviços profissionais para planejar e desenvolver o cronograma de comunicação e divulgação durante todo o período do projeto para as mídias sociais, utilizando principalmente as redes sociais e a mídia espontânea, objetivando propor ideias, desenvolver conteúdo institucional, coordenar e orientar os trabalhos de designer e acompanhamento de peças de divulgação. Período: Serviço por 12 meses.	Und	12	R\$ 4.250,00	R\$ 51.000,00
4.1.20	Impulsionamento nas redes sociais - Serviço de impulsionamento pago para posts realizados no facebook e instagram. Refere-se ao tipo de produto em que o contratante disponibiliza valor de teto para a ação de divulgação para atingir um determinado número de usuários das redes em uma determinada área. Serviço será prestado pelo período do projeto.	Und	1	R\$ 2.703,74	R\$ 2.703,74
4.1.21	Serviços de Fotógrafo - Planejamento de sessões fotográficas mensais; registro de atividades, eventos e momentos marcantes; produção de fotos para redes sociais; edição e tratamento de imagens; organização e entrega de acervo digital; e relatórios de acompanhamento. Sendo 1 visita por semana em cada Região Administrativa durante 10 meses.	Und	240	R\$ 250,00	R\$ 60.000,00
4.1.22	Serviços de Videomaker - Planejamento e cronograma de filmagens; captação de imagens e áudio de atividades mensais; produção de vídeos periódicos para redes sociais; edição final de documentário; inclusão de identidade visual; suporte técnico na distribuição do conteúdo; e relatórios de acompanhamento. As filmagens serão feitas no mínimo uma vez por semana em cada Região Administrativa.	Und	125	R\$ 830,00	R\$ 103.750,00
4.1.23	Banner - Contratação de empresa especializada para prestação de serviço de confecção de Banner em lona vinílica com acabamento em Ilhós, em 04 cores. 1,2m por 0,90m.	Und	24	R\$ 200,00	R\$ 4.800,00
4.1.24	Impressão de folheto - Serviço de impressão de informativo sobre as atividades do projeto, impressão em papel couchê 189g, meio ofício. Serão distribuídos 6 mil folhetos.	Und	6000	R\$ 0,90	R\$ 5.400,00
4.1.25	Cartazes Informativos - Cartazes para uso em CRAS, CREAS e locais estratégicos - Formato A3, colorido, mínimo de 4 cores - Couchê 250.	Und	600	R\$ 2,50	R\$ 1.500,00
4.1.26	Locação de Espaço - com capacidade para receber 40 pessoas Com estrutura necessária para plena execução do projeto.	und	66	R\$ 5.000,00	R\$ 330.000,00
4.1.27	Aluguel de um kit de informática - Composto por 1 computador com configuração básica e impressora multifuncional ecotanque. Será um kit para cada Região Administrativa por 11 meses.	und	66	R\$ 500,00	R\$ 33.000,00
4.1.28	Projektor - Aluguel de 1 projetor sendo 2 diárias mensais para cada Região Administrativa pelo período de 10 meses.	Diárias	120	R\$ 120,00	R\$ 14.400,00
4.1.29	Tela de projeção para projetor - 1,80x1,80m sendo 2 diárias mensais para cada Região Administrativa pelo período de 10 meses.	Und	120	R\$ 70,00	R\$ 8.400,00
4.1.30	Contratação de empresa para fornecimento de Lanche coletivo (Coffee Break) - Será fornecido conforme o seguinte memorial de cálculo: 1 dia = 50 pessoas / 1 Semana = 100 pessoas / 1 mês = 400 pessoas * 6 unidades de atendimento = 2400 pessoas a serem servidas por mês + margem de erro de 10 % = 2640 *10 meses de duração = 26.400. Acrescidos de 50 unidades 1 vez por mês em cada RA por 10 meses para atender às palestras mensais conforme item 4.1.35, totalizando 3.000 + 26400 = 29400.	Und/mês	29400	R\$ 17,50	R\$ 514.500,00
4.1.31	Ingressos para Atrações - Serão 3 atrações externas com custeio de ingressos para os participantes + equipe.	Und	1050	R\$ 25,00	R\$ 26.250,00
4.1.32	Material de Apoio e Identificação - Crachá com cordão para identificação nas atrações externas.	Und	1050	R\$ 6,50	R\$ 6.825,00
4.1.33	Lanches e Bebidas - Kits de lanche para os participantes em cada evento composto de: Fruta da estação, suco, biscoito e barra de cereal.	Und	1050	R\$ 13,50	R\$ 14.175,00
4.1.34	Transporte para Eventos - Locação de ônibus para transporte dos participantes. Com mínimo de 46 lugares, franquia de 150 km e 10 horas de diária. Serão 3 atrações externas para os participantes + equipe. 1 ônibus para cada Região Administrativa.	Und	18	R\$ 2.000,00	R\$ 36.000,00

4.1.35	Palestrantes - Tema voltado ao objeto do projeto - a ser definido. Profissionais responsáveis por ministrar palestra com tema voltado para o curso - as palestras serão realizadas de 1 vez por mês em cada RA durante o período do projeto	Serviço	60	R\$ 500,00	R\$ 30.000,00
4.1.36	Contratação de empresa de evento para organização de atividade cultural - bailes dancantes (atividade de recepção, decoração e ornamentação), estando programado um evento por RA	Und	6	R\$ 6.035,00	R\$ 36.210,00
4.1.37	Contratação de empresa de evento para organização de atividade cultural - bailes dancantes (locação de mesa e cadeira por evento). Para cada evento é esperado um público de 150 pessoas, sendo 50 participantes do projeto e mais 2 acompanhantes. Total de conjunto de mesas e cadeiras por evento: 38 conjuntos, sendo um total de 6 eventos, correspondendo a 228 conjuntos de quatro lugares locados no total	Und	228	R\$ 27,00	R\$ 6.156,00
4.1.38	Contratação de empresa de sonorização para os bailes dancantes - Locação de sistema de sonorização para evento de médio porte que deverá conter: 01 Mesa de 04 canais,bivolt ; 02 caixas de som ativas de no mínimo 400 Watts RMS cada; 02 Pedestais de caixas; 01 pedestal de Microfone; 02 Microfones	Und	6	R\$ 2.015,00	R\$ 12.090,00
4.1.39	Contratação de serviço de brigadista para os bailes dancantes	Und	6	R\$ 2.000,00	R\$ 12.000,00
4.1.40	Contratação de serviço de buffet para baile dançante para até 600 pessoas , estando programado um evento por RA (orçamento: R\$ 75,50 por pessoa) - previsto: 300 participantes com direito a dois convidados	Und	900	R\$ 98,00	R\$ 88.200,00
4.1.41	Contratação de apresentação de agente cultural (empresa) para apresentação cultural na abertura dos bailes dancantes	Und	6	R\$ 2.450,00	R\$ 14.700,00
4.1.42	Contratação de empresa de serviço de limpeza do local após os bailes dancantes	Und	6	R\$ 800,00	R\$ 4.800,00
4.1.43	Aluguel de veículo Categoria popular/passeio – com 5 lugares, porta-malas 475 litros. Utilizado para levar e trazer os profissionais que vão trabalhar no projeto na compra de materiais, levar e trazer os insumos, transportar os equipamentos para realização do projeto.	Mês	12	R\$ 3.200,00	R\$ 38.400,00
Total					R\$ 2.908.164,02
5	Cerimônia de Certificação				
5.1	Descrição dos itens de despesa	Und	Qtd	Valor Unitário	Valor Total
5.1.1	Coquetel para 650 pessoas Cardápio: Salgados variados, mini sanduíches, sucos, água, refrigerantes. Necessário não apenas para atender às necessidades práticas dos participantes em termos de alimentação e descanso, mas também promove interações sociais e contribui para uma experiência mais agradável e produtiva do evento. 650 sendo 300 participantes, 300 acompanhantes + 50 estimado entre a equipe e autoridades convidadas.	Und	650	R\$ 55,00	R\$ 35.750,00
5.1.2	Banda Musical - Apresentação Artística de banda musical local, composta unicamente por mulheres - com instrumentos próprios, sendo que o transporte até o local, inclusive dos equipamentos será por conta da banda, para apresentação durante evento 14 às 19.	Und	1	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00
5.1.3	Ambulância UTI Móvel - Fornecimento de ambulância para plantão de primeiros socorros, compreendendo: ambulância UTI com motorista Socorrista e Enfermeiro. Será 01 (um) equipamento por dia de evento.	Und	1	R\$ 2.000,00	R\$ 2.000,00
5.1.4	Tradutor Libras - Profissional capacitado, com formação e experiência comprovada, para transmissão simultânea das palestras, em tempo real, aos participantes com deficiência especial.	Und	3	R\$ 3.600,00	R\$ 10.800,00
5.1.5	Brigadistas de Emergência - Contratação de profissionais especializados e certificados para a prestação de serviços de socorrista/brigadista, visando atuar na prevenção de pânico e em primeiros socorros aos participantes de show, uniformizados e paramentados. Serviços prestados por 6 (seis) profissionais por dia.	Und	6	R\$ 2.000,00	R\$ 12.000,00
5.1.6	Seguranças Patrimoniais - Prestação de serviços de mão de obra de Segurança Desarmada, para atuar como segurança de show em área específica de eventos, uniformizado com camiseta e identificação da empresa, com carga horária de 12h. Serão 4 profissionais por dia de evento, a serem distribuídos entre os turnos conforme a necessidade do local.	Diárias	6	R\$ 250,00	R\$ 1.500,00
5.1.7	Ônibus Executivo com ar condicionado - 42 lugares - Km livre - Contratação de ônibus para transporte do aluno e pelo menos 01 familiar das regiões administrativas pra participação do evento de entrega dos certificados e encerramento - 750 pessoas . Contratação de ônibus para transporte do aluno e pelo menos 01 familiar das regiões administrativas pra participação do evento de entrega dos certificados e encerramento	Diárias	12	R\$ 2.000,00	R\$ 24.000,00
5.1.8	DJs - Contratação de DJs para apresentação na programação dos espaços. Será necessário 1 profissional por dia de evento.	Diárias	1	R\$ 1.000,00	R\$ 1.000,00
5.1.8	DJs - Contratação de DJs para apresentação para os bailes dancantes, sendo um evento por RA	Diárias	6	R\$ 1.000,00	R\$ 6.000,00
5.1.9	Palestrantes - Tema voltado ao objeto do projeto - a ser definido. Dois Profissionais responsáveis por ministrar palestra com tema voltado para o curso - a palestra será realizada no evento de entrega dos certificados / encerramento.	Serviço	2	R\$ 2.500,00	R\$ 5.000,00
5.1.10	Certificados de participação		360	R\$ 7,00	R\$ 2.520,00
Total					R\$ 105.570,00

ENCARGOS TRABALHISTAS																					
Meses	Profissional/ Cargo/ Função	Salário Base	ENCARGOS					VERBAS RESCISÓRIAS										VALOR TOTAL VERBAS RESCISÓRIAS			
			FGTS 8%	INSS PATRONAL		PIS 1%	13º	FÉRIAS + 1/3	FGTS 13º 8%	INSS 13º (27,5%)	PIS FÉRIAS 1%	PIS FÉRIAS + 1/3	MULTA 40% (FGTS + 13º FGTS)								
				20%	RAT 2%									Terceiros 5,8%	Total 27,8%						
12	Coordenador Geral - Responsável por supervisionar todas as operações do projeto, assegurando que as atividades estão de acordo com os objetivos estratégicos. Coordena reuniões, define diretrizes e distribui tarefas entre os membros da equipe. Garante que prazos e metas sejam cumpridos e faz o acompanhamento de desempenho.	R\$ 5.000,00	R\$ 400,00	R\$ 1.390,00	R\$ 50,00	R\$ 5.000,00	R\$ 6.666,67	R\$ 400,00	R\$ 1.375,00	R\$ 50,00	R\$ 66,67	R\$ 2.080,00	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	15.638,33
11	Coordenador Esportivo - Organiza atividades físicas e esportivas adaptadas às condições dos idosos, como alongamentos, ginástica e caminhadas. Planeja o cronograma esportivo e supervisiona a execução das atividades para promover saúde e bem-estar físico dos participantes.	R\$ 4.000,00	R\$ 320,00	R\$ 1.112,00	R\$ 40,00	R\$ 3.666,67	R\$ 4.888,89	R\$ 293,33	R\$ 1.008,33	R\$ 36,67	R\$ 48,89	R\$ 1.418,67	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	11.361,44
11	Coordenador Cultural - Desenvolve e organiza atividades culturais como música, teatro, artesanato e oficinas artísticas. Estimula a participação dos idosos em atividades que incentivam a criatividade, expressão cultural e socialização.	R\$ 3.260,00	R\$ 260,80	R\$ 906,28	R\$ 32,60	R\$ 2.988,33	R\$ 3.984,44	R\$ 239,07	R\$ 821,79	R\$ 29,88	R\$ 39,84	R\$ 1.156,21	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	9.259,58
12	Coordenador Administrativo/Financeiro - Serviço que garante o controle financeiro do projeto, incluindo o planejamento e monitoramento do orçamento. Realiza pagamentos, controla despesas, prepara relatórios financeiros periódicos e faz a prestação de contas. Coordena também a documentação financeira e a conformidade contábil do projeto	R\$ 4.700,00	R\$ 376,00	R\$ 1.306,60	R\$ 47,00	R\$ 4.700,00	R\$ 6.266,67	R\$ 376,00	R\$ 1.292,50	R\$ 47,00	R\$ 62,67	R\$ 1.955,20	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	14.700,03
		R\$ 196.260,00	R\$ 15.700,80	R\$ 54.560,28	R\$ 1.962,60	R\$ 189.605,00	R\$ 252.806,67	R\$ 15.168,40	R\$ 52.141,38	R\$ 1.896,05	R\$ 2.528,07	R\$ 6.610,08	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	R\$	50.959,39
		A - SALÁRIO	R\$	196.260,00																	
		B - TOTAL ENCARGOS	R\$	72.223,68																	
		C - TOTAL VERBAS RESCISÓRIAS	R\$	50.959,39																	
		TOTAL PARA O PROJETO	R\$	123.183,07																	
																			Total Geral	R\$ 3.996.046,59	

7. RESUMO DAS DESPESAS DO PROJETO	
Natureza da Despesa	Valor (R\$)
Total Subvenção Social (bens de consumo, serviços e recursos humanos)	R\$ 3.996.046,59
Total Auxílio Investimento (bens permanentes e despesas com obras)	R\$ 0,00
TOTAL DO PROJETO	R\$ 3.996.046,59

Brasília, 19 de dezembro de 2024

Rachel Forantini Altino Machado