

PROGRAMA VIVER

ENVELHECIMENTO ATIVO E SAUDÁVEL

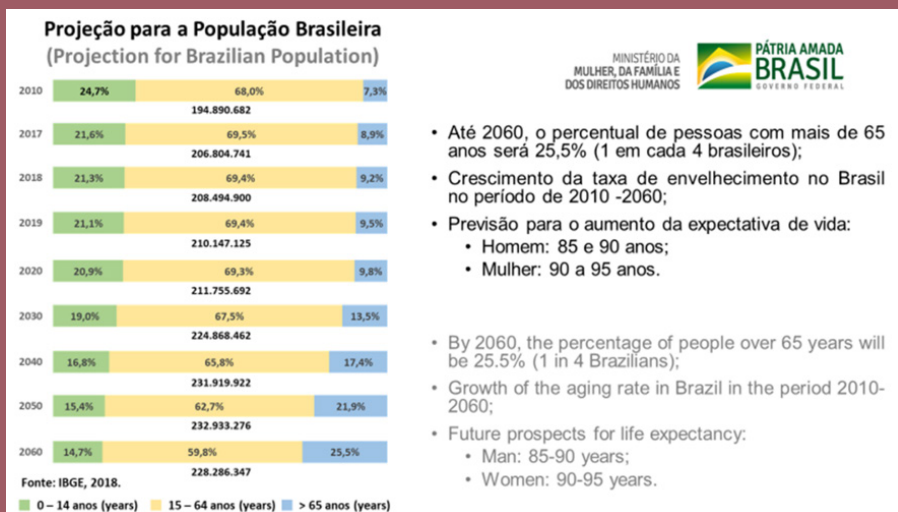


Contextualização

A Secretaria Nacional de Promoção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa - SNDPI, do Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos, através do Programa Viver – Envelhecimento Ativo e Saudável tem como foco inserir a Pessoa Idosa no contexto atual da ampliação das habilidades necessárias à qualidade de vida para um Envelhecimento Ativo e Saudável.

A população brasileira está em trajetória de envelhecimento e, até 2060, o percentual de pessoas com mais de 65 anos será 25,5%; ou seja, um em cada quatro brasileiros será idoso, segundo aponta a projeção do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). A Pesquisa confirma o fenômeno do envelhecimento acelerado em nosso país na análise do período de 2010 -2060.

Nesse contexto demográfico, as projeções também vislumbram a continuação dos ganhos em anos de vida: masculina entre 85 e 90 anos, e feminina na faixa de 90 a 95 anos. Porém, viver mais pode não ser sinônimo de viver melhor.



Justificativa

A missão do Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos - MMFDH é desenvolver políticas públicas voltadas à promoção dos direitos humanos e, por isso mesmo, fundamentais, para assegurar a dignidade da pessoa humana em sua integralidade.

A Secretaria Nacional de Promoção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa tem o compromisso de efetivar o cumprimento de todos os Princípios Fundamentais, com destaque para os de proteção integral e prioridade absoluta, e dos Direitos Fundamentais inerentes à pessoa humana, tanto os preconizados na Constituição Federal de 1988, como os dispostos no Estatuto do Idoso – Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2003. Relevante evidenciar o Art. 3º da supramencionada Lei, que estabelece: “É obrigação da família, comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária”.

Por essa razão, valorizar a pessoa idosa está além de compreender seus problemas e limitações, mas refere-se a um reconhecimento permanente da importância da sua participação ativa.

O acesso às informações básicas sobre sua própria qualidade de vida, quando limitadas pela exclusão tecnológica, principalmente da pessoa idosa desprovida de uma renda mínima, representa um duplo desafio ao acentuar dramaticamente sua vulnerabilidade, quando a pessoa idosa desconhece as noções mais rudimentares de informática e está na chamada brecha digital, que vem a ser a distância entre os que detêm conhecimentos em tal área e os que não detêm.

A inclusão da pessoa idosa na tecnologia digital é um instrumento libertador e emancipatório, que resulta na autonomia e na ampliação dos limites da convivência familiar e social.

O programa busca proporcionar a esse seguimento um leque de opções de aprendizados e fomentar conhecimentos e avanços intelectuais, fora do seu ambiente cotidiano, minimizando a lacuna existente entre as pessoas idosas e a vida moderna, tendo em vista a importância que a informática e a internet assumiram no cotidiano da humanidade.

Sendo assim, o acesso à tecnologia digital e ao acervo de informações produzidas pelo processo educacional dirigido; o conhecimento das diversas patologias comuns ao processo de envelhecimento; e o entendimento da importância da movimentação física, representam significativos pilares para o envelhecimento ativo e saudável.

Ao implementar as ações de tecnologias sociais, educação, saúde e mobilidade física, o Programa Viver – Envelhecimento Ativo e Saudável estará dando apoio e capacitação a essa população para que possa envelhecer ativamente saudável.

Público Beneficiário:

Pessoas idosas que sentirem necessidade e/ou desejo de participar deste projeto.

Objeto do Programa:

Contribuir para a promoção do direito ao envelhecimento ativo e saudável, respeitando as peculiaridades de cada município e as particularidades de cada participante.

Objetivo

A proposta do programa é ser referência no processo de otimização de oportunidades para inclusão digital e social assegurando a participação da pessoa idosa para elevar a qualidade de vida. Nesta perspectiva, sugerimos os seguintes campos de ação, que podem ser ampliados de acordo com a necessidade e peculiaridade de cada município:

Tecnologia: promover a inclusão tecnológica e contribuição a todas as áreas da vida, como acesso de forma segura às redes sociais, aos caixas eletrônicos da rede bancária, totens de aeroportos, sistema eletrônico de catraca no transporte público, entre outros;

Educação: dirigida com foco na pessoa idosa para qualificar sua convivência familiar e comunitária, como alfabetização para a pessoa idosa, favorecendo os aspectos biológicos, psíquicos, cognitivos, físicos e sociais; educação financeira, proporcionando a pessoa idosa a capacidade para gerir seus recursos financeiros com responsabilidade, e compreensão das consequências do excesso de ofertas de crédito disponibilizadas pelas instituições financeiras;

Saúde: disseminar informações, conhecimentos, mediante palestras, debates e campanhas (relacionada a nutrição, prevenção de doenças crônicas, entre outras), na perspectiva do processo de envelhecimento, com ênfase na prevenção, como instrumentos alternativos para evitar cuidados paliativos;

Mobilidade física: disponibilizar à pessoa idosa prática de atividades físicas no cotidiano e lazer; atividades recreativas, com o objetivo de propiciar um envelhecer com bem-estar físico e psicossocial.

Metodologia

Esse programa contempla a metodologia de ensino aprendizagem alicerçado na construção compartilhada do conhecimento, reconhecendo as experiências e vivências das pessoas idosas, bem como os diversos fatores que cercam o processo de envelhecimento. Nesse sentido, a metodologia deste programa apresenta-se flexível e capaz de comportar as adequações sugeridas pela comunidade e pelos parceiros, para viabilizar o alcance da eficácia, eficiência e efetividade das ações propostas, com a inclusão do programa de trabalho voluntário, considerando às peculiaridades de cada espaço governamental, da sociedade civil e do público beneficiário.

Metas e Expectativas

PESSOA IDOSA	MUNICÍPIO/PROGRAMA
<ul style="list-style-type: none">- Aumento da confiança, da autoestima e do desejo de conhecer outras pessoas;- Influência positiva, para o desenvolvimento das próprias habilidades;- Redução da depressão e da solidão;- Estímulo da comunicação e interação social entre familiares e amigos;- Ampliar o acesso à informação;- Forma de ocupação dos tempos livres;- Longevidade com qualidade de vida.	<ul style="list-style-type: none">- Diminuir a demanda nos serviços de atendimento ambulatorial e hospitalar, da sua região, inclusive no que tange à redução das doenças sexualmente transmissíveis;- Inclusão do maior número de pessoas idosas “no mundo digital”, social, familiar e comunitário;- Redução dos índices de suicídio no público beneficiário;- Redução de doenças associadas ao processo de envelhecimento;- Possibilidade de reconhecimento nacional e internacional do município e / ou região otimizada a do envelhecimento ativo e saudável, por exemplo, Certificação Nacional “Estratégia Brasil Amigo da Pessoa Idosa” e Internacional “Cidades Amigáveis da Pessoa Idosa”.

Equipamentos Doados / SNDPI - MMFDH	Matriz Curricular Mínima / Município
--	--------------------------------------

08 - Computadores

08 - Webcams

01 - Impressora

01 - Projetor de imagem

Noções básicas de hardware

- 🕒 CPU, mouse, teclado, monitor de vídeo.

Noções básicas de software

- 🕒 Organização e armazenamento de documentos.
- 🕒 Editores de texto simples.
- 🕒 Ferramentas de cálculo.

Internet

- 🕒 Principais navegadores e ferramentas de busca;
- 🕒 Ferramentas de comunicação e redes sociais;
- 🕒 Calendário, agenda e outras tecnologias;
- 🕒 Uso consciente: vírus e programas maliciosos;
- 🕒 Sites de interesse do público-alvo.

SECRETARIA NACIONAL DE
PROMOÇÃO E DEFESA DOS
DIREITOS DA PESSOA IDOSA

MINISTÉRIO DA
MULHER, DA FAMÍLIA E
DOS DIREITOS HUMANOS



PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL