

# INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE SÃO PAULO

PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO E CULTURA

PROGRAMA DE APOIO INSTITUCIONAL À EXTENSÃO

AÇÃO: PROJETO DE EXTENSÃO

Edital nº 7/2024 | CBT - Programa de Apoio a Atividades de Extensão 2025

## UNIDADE PROPONENTE

Campus:  
CBT

Foco Tecnológico:  
DESENVOLVIMENTO EDUCACIONAL E SOCIAL

## IDENTIFICAÇÃO

Título:  
INCLUSÃO DIGITAL: NAVEGANDO NA MELHOR IDADE

Grande Área de Conhecimento:  
MULTIDISCIPLINAR

Área de Conhecimento:  
INTERDISCIPLINAR

Área Temática:  
Educação

Tema:  
Terceira Idade

Período de Execução:  
Início: 20/03/2025 | Término: 12/12/2025

Possui Cunho Social:  
Sim

Nome do Responsável (Coordenador):  
Maria Jeanna Sousa dos Santos Oliveira

Titulação:  
MESTRADO

Matrícula:  
1016263

Vínculo:  
Voluntário

Departamento de Lotação:  
LMA-CBT

Telefone:

E-mail:  
jeanna.oliveira@ifsp.edu.br

## CARACTERIZAÇÃO DOS BENEFICIÁRIOS

Público Alvo	Quantidade Prevista de Pessoas a Atender	Quantidade de Pessoas Atendidas	Descrição do Público-Alvo
Público Interno do Instituto	60	-	-
Movimentos Sociais	50	-	-
Grupos Comunitários	50	-	-
Organizações Não-governamentais	60	-	-

## EQUIPE PARTICIPANTE

Professores e/ou Técnicos Administrativos do IFSP

Membro	Contatos	Bolsista	Titulação
Nome: Luiz Henrique Kiehn Matrícula: 2355274	Tel.: E-mail: luiz.kiehn@ifsp.edu.br	Não	MESTRE+RSC-III (LEI 12772/12 ART 18)
Nome: Maria Jeanna Sousa dos Santos Oliveira Matrícula: 1016263	Tel.: E-mail: jeanna.oliveira@ifsp.edu.br	Não	MESTRADO

Estudantes do IFSP

Membro	Contatos	Bolsista	Curso
Nome: VITOR MURATORI GROSS Matrícula: CB3028348	Tel.: - E-mail: v.gross@aluno.ifsp.edu.br	Sim	TÉCNICO EM INFORMÁTICA INTEGRADO AO ENSINO MÉDIO

## DISCRIMINAÇÃO DO PROJETO

### Resumo

O projeto "Inclusão Digital: Navegando na Melhor Idade" tem como objetivo principal promover a inclusão digital de pessoas com 60 anos ou mais. Através de oficinas práticas e atividades personalizadas, o projeto busca equipar os participantes com as habilidades necessárias para navegar no mundo digital com autonomia, reduzindo o isolamento social e melhorando a qualidade de vida. A inclusão digital é um tema cada vez mais importante na sociedade moderna, pois as Tecnologias da Informação e Comunicação - TICs, são cada vez mais presentes em nosso cotidiano. No entanto, um grupo que ainda é frequentemente excluído da inclusão digital é o das pessoas idosas. Essa exclusão digital tem um impacto negativo na qualidade de vida dessas pessoas, tornando-as impossibilitadas de usufruir dos diversos benefícios que as TICs possam oferecer. Os benefícios do projeto incluem a: capacidade de realizar tarefas online de forma independente; facilidade para se comunicar com familiares e amigos; possibilidade de buscar informações e serviços online e, mais interação social e oportunidades de aprendizado. O projeto contribui para a redução do isolamento social; para a construção de uma sociedade mais inclusiva e para o empoderamento. O público-alvo são pessoas com 60 anos ou mais, alfabetizadas, com ou sem experiência prévia em informática e interessadas em aprender a utilizar as tecnologias digitais. As aulas serão adaptadas às necessidades e ritmos de aprendizado dos participantes, num ambiente acolhedor e com a utilização de recursos visuais e exemplos práticos.

### Justificativa

A crescente digitalização da sociedade contemporânea torna o acesso às TICs cada vez mais essencial para a participação plena na vida social, econômica e cultural. No entanto, a população idosa, frequentemente excluída desse processo, enfrenta dificuldades significativas para se adaptar ao mundo digital. A exclusão digital das pessoas idosas gera diversos impactos negativos como: isolamento social; perda de autonomia; dificuldade em acessar serviços e desigualdade social. Este projeto busca reverter esse cenário, oferecendo oportunidades de aprendizagem e desenvolvimento de habilidades digitais para a população idosa. Ao capacitar os participantes a utilizar as TICs, o projeto contribui para: melhoria da qualidade de vida; fortalecimento das relações sociais; aumento da autonomia e inclusão social. Em suma, o projeto se justifica pela necessidade de promover a inclusão digital das pessoas idosas, garantindo que elas possam usufruir dos benefícios da tecnologia e participar plenamente da sociedade. Ao investir na inclusão digital das pessoas idosas, estamos construindo um futuro mais justo e equitativo para todos.

### Fundamentação Teórica

A Organização Mundial da Saúde (OMS) classifica o envelhecimento em quatro estágios: meia idade (45 a 59 anos), idoso (60 a 74 anos), ancião (75 a 90 anos) e velhice extrema (90 anos em diante). Para Mazo (2001), a OMS considera idoso todo o indivíduo com 65 anos de idade ou mais, que reside em países desenvolvidos e, com 60 anos ou mais, os residentes em países subdesenvolvidos. Simões (1994) ressalta sobre o conceito de velhice, que a literatura classifica os indivíduos acima de 60 anos como idosos e participantes da Terceira Idade, porém esse marco passou para 65 anos em função, principalmente, da expectativa de vida e das tentativas legais do estabelecimento da idade para o início da aposentadoria, dentre outros motivos. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE, em 1960, 3,3 milhões de brasileiros

tenham 60 anos ou mais e representavam 4,7% da população. Em 2010, este perfil passou para 10,8% da população. Devido à ampliação da taxa de idosos que constituem a população brasileira, torna-se implícita uma maior preocupação, quanto ao processo de envelhecimento e à necessidade de um olhar mais cuidadoso com a terceira idade. A população brasileira era de 28 milhões de pessoas em 2018 e, daqui a dez anos, viabiliza que o número de idosos seja maior que 38 milhões de pessoas. Para 2030, a perspectiva é de que a população idosa brasileira passe dos 43 milhões. Através destes dados, verifica-se a importância de aumentar a inclusão destes idosos no mundo digital visto que, existe a tendência de que utilizem cada vez mais esses dispositivos digitais. A inclusão digital é o processo de garantir o acesso e o uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) a todas as pessoas, independentemente de sua idade, gênero, raça, etnia, classe social ou deficiência, tornando-se primordial para a promoção da igualdade de oportunidades, o desenvolvimento pessoal e social, e a participação na sociedade. Vendo a tecnologia instalando-se cada vez mais no processo de vida das pessoas, a decisão é enfrentar, pois a alternativa é adentrar esse mundo ou ficar excluído. Segundo Sá, acompanhar a evolução tecnológica e os progressos na comunicação, para diminuir o isolamento, é sentir-se parte integrante deste novo mundo (SÁ, 1999). Considerando que a aposentadoria da maioria das pessoas idosas será tardia devido a Reforma da Previdência e o índice de crescimento da população idosa, torna-se necessário a aprendizagem desta população quanto ao uso dessas novas tecnologias, pois, o acesso à informática conserva a mente aberta e ativa, daí, o aumento de novas demandas educacionais como, a adequação à informática, proposta por este projeto. Segundo Vieira e Santarosa (VIEIRA; SANTAROSA, 2009), [...] idosos que procuram por programas de Inclusão Digital, estão em busca de processos de Inclusão Social, seja pelo sentimento de pertencimento à sociedade que o conhecimento da tecnologia pode influenciar, seja pela maior quantidade e qualidade de contatos que as ferramentas de comunicação suportadas pela Internet podem lhes oferecer. As TICs podem oferecer diversos benefícios para as pessoas idosas, como: Manutenção da saúde e bem-estar, por meio do acesso a informações sobre saúde, exercícios físicos e atividades culturais; melhora da qualidade de vida, por meio do acesso a serviços públicos, educação e entretenimento e; inclusão social e participação na comunidade, por meio do contato com outras pessoas e da participação em atividades online. A população idosa enfrenta desafios peculiares para a inclusão digital, como: Dificuldades de aprendizagem, devido às mudanças cognitivas que ocorrem com o envelhecimento; limitações físicas, como problemas de visão ou audição, ...; dificuldade de acesso a equipamentos e internet. Com intuito de promover a inclusão digital às pessoas idosas, este projeto almeja oferecer cursos e treinamentos adaptados às necessidades e limitações dos idosos e acessibilizar os equipamentos e a internet para os idosos durante as oficinas. O projeto Inclusão Digital: Navegando na melhor idade, que visa promover a inclusão digital de pessoas com mais de 60 anos, está diretamente alinhado com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da Agenda 2030 da ONU. O ODS que mais se relaciona com este projeto é o ODS 10: Redução das Desigualdades. Outros objetivos também contribuem para outros objetivos como: ODS 4: Educação de qualidade; ODS 9: Indústria, inovação e infraestrutura e o ODS 11: Cidades e comunidades sustentáveis.

## **Objetivo Geral**

O objetivo geral do projeto é promover a inclusão digital de pessoas com 60 anos ou mais, capacitando-as para o uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs).

## **Metodologia da Execução do Projeto**

O projeto adotará uma metodologia de ensino-aprendizagem que prioriza a inclusão e a adaptação às necessidades específicas do público-alvo que serão pessoas com 60 anos ou mais, alfabetizadas e com conhecimentos básicos de informática limitados ou inexistentes. A metodologia de ensino-aprendizagem será adaptada às necessidades e limitações do público-alvo, tornando-se: Práticas para que possam aprender fazendo; graduadas para que possam aprender de forma gradual e progressiva e, utilizados recursos visuais, para promover melhor compreensão. O conteúdo programático das oficinas/cursos presencial abrangerá sobre, noções básicas de informática (uso do teclado, mouse, navegador de internet e aplicativos básicos); navegação e segurança na internet. As atividades serão realizadas em locais de fácil acesso e, sempre que possível, ministradas no Laboratório de Informática do Campus. Pretende-se oferecer no mínimo quatro oficinas durante o projeto (cada turma terá duas horas/aula em um único dia, semanalmente, no horário de contra turno do Bolsista). A avaliação do projeto será realizada por meio de questionários, entrevistas e observação. Os resultados da avaliação serão utilizados para identificar os pontos fortes e fracos do projeto, e propor melhorias para futuras edições.

## **Acompanhamento e Avaliação do Projeto Durante a Execução**

O acompanhamento do projeto será realizado de forma regular, durante toda a sua execução por meio de reuniões, visitas e relatórios. Nas reuniões, devem participar todos os envolvidos no projeto, para discutir sobre o andamento das atividades e identificar possíveis problemas. As visitas devem ser realizadas aos locais de realização das atividades, para acompanhar o desenvolvimento dos participantes. Os relatórios devem ser elaborados pela equipe do projeto, para documentar o andamento das atividades e identificar os resultados alcançados. A avaliação do projeto será contínua e realizada por meio de questionários, entrevistas e observação: Os questionários devem ser respondidos pelos participantes do projeto, para avaliar o seu nível de satisfação com as atividades realizadas. As entrevistas devem ser realizadas com os envolvidos no projeto, para avaliar o seu desempenho e identificar as suas opiniões sobre o projeto. A observação deve ser realizada pela equipe do projeto, para avaliar o desenvolvimento dos participantes e o impacto do projeto. Os resultados da avaliação serão utilizados para identificar os pontos fortes e fracos do projeto, e propor melhorias para futuras edições.

## Resultados Esperados e Disseminação dos Resultados

Esta atividade é importante para garantir que os benefícios do projeto sejam compartilhados com a sociedade. Nesse sentido almeja-se: Aumentar significativamente o número de pessoas com 60 anos ou mais, tanto dentro quanto fora da comunidade, que tenham acesso aos cursos e se beneficiem do aprendizado das tecnologias da informação; Estimular os participantes a explorarem novas possibilidades de uso das tecnologias, contribuindo para a redução do isolamento social, o desenvolvimento cognitivo e a melhoria da qualidade de vida; Elaborar um relatório técnico detalhado e de fácil acesso, além de apresentar os resultados em eventos acadêmicos e nas mídias sociais, utilizando hashtags e outras estratégias para alcançar um público mais amplo; Estabelecer parcerias com outras instituições e organizações para ampliar o alcance do projeto e fortalecer a sua sustentabilidade. Ao alcançar esses objetivos, esperamos: Beneficiar um número maior de pessoas e contribuindo para a inclusão digital da população idosa. Transformar o projeto em referência na área de inclusão digital para idosos; Contribuir para a produção de conhecimento científico na área e fomentando novas pesquisas; Servir como modelo para a criação de projetos similares em outras localidades.

## Referências Bibliográficas

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br>>. Acesso em 15 nov. 2019.  
ONU - Nações Unidas Brasil. Disponível em: <<http://www.nacoesunidas.org>>. Acesso em 10 out. 2019.  
OMS – Organização Mundial da Saúde. Disponível em: <<https://www.who.int/eportuguese/countries/bra/pt/>>. Acesso em 11 nov. 2019.  
VIEIRA, Maristela Compagnoni; SANTAROSA, Dra. Lucila Maria Costi. O uso do computador e da Internet e a participação em cursos de informática por idosos: meios digitais, finalidades sociais. In: XX Simpósio Brasileiro de Informática na Educação. 2009. Florianópolis. Anais eletrônicos. Porto Alegre: UFRGS, 2009. p. 1-10. Disponível em: <[http://www.niee.ufrgs.br/eventos/SBIE/2009/conteudo/artigos/completos/61684\\_1.pdf](http://www.niee.ufrgs.br/eventos/SBIE/2009/conteudo/artigos/completos/61684_1.pdf)>. Acesso em: 10 out. 2019.  
MAZO, G. Z.; Lopes, M. A.; Benedetti, T. B. (2001). Atividade física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre: Sulina.  
SÁ, M. A. O idoso e o computador: condições facilitadoras e dificultadoras para o aprendizado. Dissertação de Mestrado em Educação: Psicologia da Educação, PUC/SP, 1999.  
SIMÕES, R. Corporeidade e Terceira Idade. A Marginalização do Corpo Idoso, São Paulo: Unimep, 1994.

## Processo de Elaboração do Projeto

A ideia deste projeto surgiu a partir da observação das dificuldades enfrentadas por nossos alunos da Educação de Jovens e Adultos (EJA) no acesso e uso das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs). Essa lacuna se tornou ainda mais evidente durante a pandemia de COVID-19, com a intensificação do ensino remoto e a obrigatoriedade do uso de plataformas digitais. O processo de elaboração deste projeto foi dividido em algumas etapas: Realizaremos pesquisas bibliográficas e entrevistas com idosos para identificar as principais dificuldades e demandas relacionadas ao uso das TICs; Definiremos os objetivos claros e específicos do projeto, delimitaremos o público-alvo, escolheremos a metodologia mais adequada, elaboraremos o conteúdo programático das oficinas e cursos, e definiremos o cronograma e os recursos necessários (humanos e materiais); Considerando a experiência anterior com alunos cadeirantes, daremos especial atenção à acessibilidade em todos os aspectos do projeto: acesso ao local, espaços internos, banheiros e equipamentos. Utilizaremos computadores e periféricos adaptados para atender às necessidades de pessoas com diferentes tipos de deficiência; Reconhecemos a diversidade das necessidades das pessoas idosas e, por isso, ofereceremos um atendimento personalizado, considerando as dificuldades específicas de cada participante, como problemas de visão, audição ou outras condições.

## Necessidade de equipamentos do Campus

Considerando a possibilidade de que algumas parcerias não disponham de laboratório de informática, o projeto prevê a utilização de um laboratório do campus equipado com os recursos necessários para o desenvolvimento das atividades, como computadores, projetor, quadro branco, softwares específicos e acesso à internet. Adicionalmente, materiais básicos como pincel para quadro branco, apagador, papel e impressora também serão utilizados. Os integrantes da equipe quando não estiverem em ações presenciais, poderão efetuar outras atividades relacionadas ao projeto, em local de livre escolha. Em casos de ensino remoto, a flexibilidade será garantida através do acesso às atividades por meio de diversos dispositivos eletrônicos, como celulares, computadores, notebooks e tablets, tanto por parte das participantes quanto dos membros da equipe do projeto.

## Necessidade de espaço físico do Campus

Para garantir a realização das atividades presenciais do projeto, o Laboratório de Informática do IFSP - Cubatão será utilizado como principal espaço para as aulas teóricas e práticas. Essa medida se faz necessária, principalmente quando as "parcerias criadas" não possuírem laboratórios próprios. As cerimônias de "aula inaugural e encerramento" dos cursos, com a entrega de certificados, serão realizadas no auditório do campus, visando proporcionar um ambiente mais formal e propício para a celebração das conquistas das participantes. As reuniões periódicas da equipe do projeto poderão ocorrer em salas de aula ou laboratórios do campus, ou ainda, de forma remota, por meio de plataformas como RNP/Conferência web ou Google Meet, buscando sempre a maior comodidade e eficiência. Em caso de restrições impostas por pandemias

ou outras situações que impeçam a realização de atividades presenciais, o projeto será adaptado para o formato virtual, garantindo a continuidade das ações e o alcance das metas propostas.

### Recurso financeiro do Campus

Para garantir a execução eficiente deste projeto, será submetida uma proposta ao edital de Bolsas de Extensão do campus, visando à obtenção de recursos financeiros para a contratação de, pelo menos, dois bolsistas. A presença desses bolsistas é fundamental para auxiliar na organização das oficinas, na interação com as participantes e na realização de diversas outras atividades previstas no projeto.

### Metas

- 1 - Divulgação do Projeto.
- 2 - Parcerias.
- 3 - Gerenciamento das ações.
- 4 - Cursos/oficinas/palestras.
- 5 - Bolsista.

### CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Meta Atividade Especificação		Indicador(es) Qualitativo(s)	Indicador Físico Indicador Quantitativo	Qtd.	Período de Execução Início	Término
1	1	Gerenciamento e divulgação do projeto através de suas redes sociais.	Envolvimento resultados.	e Participação	100	20/03/2025 12/12/2025
1	2	Selecionar Bolsista(s) e Voluntário(s).	Envolvimento resultados.	e Participação	4	06/03/2025 13/03/2025
2	1	Buscar parcerias para o projeto.	Envolvimento resultados.	e Participação	6	20/03/2025 12/12/2025
3	1	Reuniões mensais com projetos parceiros do IFSP.	Envolvimento resultados.	e Participação	20	20/03/2025 12/12/2025
3	2	Reuniões mensais com equipe do projeto.	Envolvimento resultados.	e Participação	20	20/03/2025 12/12/2025
3	3	Inscrição e seleção dos alunos para cursos/oficinas.	Envolvimento resultados.	e Participação	100	20/03/2025 24/10/2025
3	4	Palestras mensais presencial/on-line.	Envolvimento resultados.	e Participação	10	11/04/2025 21/11/2025
4	1	Preparação do cronograma das atividades (cursos/oficinas/palestras/ outros).	Envolvimento resultados.	e Participação	5	25/03/2025 21/11/2025
4	2	Planejamento das aulas e elaboração de materiais.	Envolvimento resultados.	e Participação	20	20/03/2025 21/11/2025
5	1	Ministrar as aulas do curso/oficinas, dentre participação em outras atividades.	Envolvimento resultados.	e Participação	50	24/03/2025 12/12/2025
5	2	Confecção dos certificados digital.	Envolvimento resultados.	e Participação	50	05/05/2025 17/11/2025
5	3	Fechamento e avaliação dos resultados das atividades desenvolvidas no projeto	Envolvimento resultados.	e Participação	20	13/06/2025 12/12/2025
5	4	Preparar relatórios mensais e final.	Envolvimento resultados.	e Participação	12	20/04/2025 12/12/2025
5	5	Pesquisar, divulgar e organizar material para participação em eventos acadêmicos.	Envolvimento resultados.	e Participação	10	20/03/2025 28/11/2025

## PLANO DE APLICAÇÃO

Classificação da Despesa	Especificação	PROEX (R\$)	DIGAE (R\$)	Campus Proponente (R\$)	Total (R\$)
339018	Auxílio Financeiro a Estudantes	0	0	94500,00	94500,00
TOTAIS		0	0	94500,00	94500,00

## CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

Despesa	Mês 1	Mês 2	Mês 3	Mês 4	Mês 5	Mês 6	Mês 7	Mês 8	Mês 9	Mês 10	Mês 11	Mês 12
339018 - Auxílio Financeiro a Estudantes	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Anexo A

## MEMÓRIA DE CÁLCULO

CLASSIFICAÇÃO DE DESPESA	ESPECIFICAÇÃO	UNIDADE DE MEDIDA	QUANT.	VALOR UNITÁRIO	VALOR TOTAL
TOTAL GERAL					-

