2009

GERONTOLOGIA SOCIAL
Instituto Sedes Sapientiae

IARA SIMONETTI RACY
Orientadoras: Graça Leal
e Maria Cristina Dal Rio

[O CRECI@ - CENTRO DE REFERÊNCIA DA CIDADANIA DO IDOSO - E O PERFIL DE SEUS USUÁRIOS]

Trabalho de Conclusão do Curso de Aperfeiçoamento em Gerontologia Social

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO ____ 03
2. JUSTIFICATIVA ____ 04
    2.1. Objetivo geral ____ 05
    2.1.2 Objetivo específico ____ 05
3. O CRECI@ ____ 06
4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA
    4.1. Velhices ____ 09
    4.2. Idoso no Brasil ____ 11
    4.3. Protagonismo dos idosos e as políticas relativas ao envelhecimento ____ 16
    4.4. Lazer e atividades sócio-educativas como formas de sociabilidade e desenvolvimento pessoal no processo de envelhecimento ____ 19
5. METODOLOGIA ____ 22
6. RESULTADOS
    6.1. Perfil dos usuários do CRECI@ ____ 24
        6.1.1. Dados quantitativos ____ 24
        6.1.2. Dados qualitativos ____ 32
    6.2. Participação nas atividades oferecidas ____ 35
    6.3. Temas abordados em palestras e workshops ____ 44
7. CONSIDERAÇÕES FINAIS ____ 45
8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS ____ 48
9. ANEXOS
    Anexo 1 - Carta de consentimento livre e esclarecido ____ 50
    Anexo 2 – Questionários ____ 51
    Anexo 3 - Respostas à pergunta: o que o(a) motivou a participar do CRECI@? ____ 57
    Anexo 4 - Respostas à pergunta: o que mais gosta no CRECI@? ____ 59
    Anexo 5 - Respostas à pergunta: o que menos gosta no CRECI@? ____ 61
    Anexo 6 - Respostas à pergunta: sente falta de alguma atividade no CRECI@? ____ 62
    Anexo 7 - Manifestações deixadas em: espaço disponível para observações, sugestões, críticas, etc. ____ 63
    Anexo 8 – Alguns temas abordados em palestras, workshops e capacitações ____ 65

1. INTRODUÇÃO

O meu interesse pela gerontologia surgiu na intenção de conhecer e aprofundar meus conhecimentos no que diz respeito ao processo de envelhecimento e, em particular, ampliar minha visão das relações que cada indivíduo constrói nessa etapa da vida buscando possibilitar novas formas de demonstrar as vontades e necessidades desse grupo populacional.

Atividades sociais voltadas para a arte e/ou para o lazer intimamente ligadas à questões tais como educação, propagação de cultura e idéias, desenvolvimento e apropriação de novas habilidades e aprendizagens, possibilidade de integração... são as peças chaves que vêm fazendo parte do meu trabalho na psicologia e são fundamentais para a minha realização profissional.

Dessa forma, essa pesquisa representa o meu primeiro contato direto com esse público, tendo em vista conhecer um espaço que oferece atividades sócio-educativas para idosos e como se dá a participação deles na minha área de interesse. Acredito ser de fundamental importância estar perto de cada idoso e, prioritariamente, considerar seus desejos e interesses para elaborar propostas de trabalhos sociais pertinentes.

Assim, tendo em mente que as ações sócio-educativas e o lazer são importantes durante toda a vida e que possuem características distintas em cada etapa que se apresenta - pois os interesses e necessidades se transformam durante o desenvolvimento contínuo do ser humano - espero, através desse trabalho, contribuir para a reflexão de questões voltadas para os idosos no que se refere a essas atividades.

2. JUSTIFICATIVA

> *A ética do lazer não é da ociosidade que rejeita o trabalho, nem da licença que infringe as obrigações, mas a de um novo equilíbrio entre as exigências utilitárias da sociedade e as exigências desinteressadas das pessoas*. (apud MARQUES, 2008, p.907)

A sociedade, o Estado, a família e todos que fazem parte do meio social de uma pessoa colaboram para o desenvolvimento da mesma. São responsáveis na formação de valores, dos sentimentos e da maneira de pensarem e agirem. São, inclusive, fundamentais e determinantes no esclarecimento e / ou na manutenção de preconceitos e crenças em relação às questões sociais.

O contínuo aumento da população idosa e os movimentos sociais e políticos de interesses desse segmento populacional produzem uma transformação significativa na sociedade, tornando necessários constantes estudos e pesquisas na área da gerontologia que apontem dados para que as políticas de proteção atendam suas demandas específicas e ofereçam vida com qualidade.

Concomitantemente ao crescimento da população idosa, é crescente também o número de programas voltados para esse público. Mas essa é uma realidade que ainda está em construção e necessita da participação dos próprios idosos para que sejam alcançados programas autênticos.

> De qualquer modo, o fato de que esses grupos ou programas sejam bem aceitos, ou diretamente procurado pelos idosos, demonstra a existência de uma carência, ou até de uma busca, por parte de um segmento etário/existencial que perdeu seu lugar social e ensaia construir algum outro, seja com uma realização adicional ao seu itinerário de vida, ou a efetivação de um projeto ainda sem chance de se realizar, ou ainda, e simplesmente, procurando companhia e "preencher o tempo", esse largo tempo ampliado pela aposentadoria ou pela solidão das donas-de-casa. (Motta, 2004)

Inúmeros são os programas que podem proporcionar possibilidades de desenvolvimento pessoal e social incluindo o exercício da cidadania, a participação

social e a promoção de saúde. Porém, a presente pesquisa tem como foco o lazer e ações sócio-educativas - que são elementos bastante evidenciados no processo de envelhecimento por oferecerem alternativas que podem ser facilitadoras da conquista de uma vida com maior qualidade.

2.1. Objetivo Geral

A pesquisa em questão teve por objetivo traçar o perfil dos usuários do CRECI@ - Centro de Referência da Cidadania do Idoso, da cidade de São Paulo, a fim de contribuir para a reflexão de propostas de atividades que respeitem a finalidade e as características do Centro e os interesses e necessidades de seus usuários.

O foco da pesquisa está nas atividades oferecidas pelo serviço sócio-educativo do CRECI@ e nos correspondentes interesse e participação dos idosos. A pesquisa foi realizada através da Incubadora Social (parte integrante do centro) que tem a responsabilidade de avaliar elementos das atividades desenvolvidas visando contemplar o campo da Gerontologia, tais como a promoção de saúde e a adequação das técnicas apresentadas. A Incubadora Social está ligada diretamente à área sócio-educativa (responsável pela qualidade artística, técnica, produtiva e metodológica das atividades).

2.1.2. Objetivos Específicos

- Conhecer o perfil dos usuários do CRECI@;
- Fazer levantamento de algumas atividades oferecidas pelo CRECI@ e alguns temas abordados nas palestras e workshops;
- Levantar interesses, necessidades, vontades dos freqüentadores do CRECI@
- Contribuir para reflexões acerca do significado dos grupos de convivência no processo de envelhecimento.
- Contribuir para a melhoria na qualidade de vida dos idosos.

3. O CRECI@

O CRECI@ - Centro de Referência da Cidadania do Idoso - é um serviço da Secretaria Municipal de Assistência e Desenvolvimento Social (SMADS) em parceria com a Coordenação Regional das Obras de Promoção de Saúde (CROPH[1]).

O Centro foi fundado em 17 de setembro de 2004 e oferece serviços que promovem o envelhecimento ativo nos aspectos físico, mental, social e intelectual. Um de seus principais objetivos, através desse espaço facilitador de reflexões, interação, acolhimento e lazer, é oferecer um envelhecimento com qualidade.

O CRECI@ está instalado em patrimônio arquitetônico no centro da cidade, nos baixos do Viaduto do Chá, restaurado e adaptado pelo arquiteto João Armentano, tem um espaço aproximado de 1.700m^2 que recebe por volta de 9.000 idosos por mês[2] em suas atividades (oficinas, cursos, jogos, biblioteca, palestras, bailes...). Possui espaços tais como auditórios que permitem a elaboração de cursos e eventos culturais; um telecentro que propicia o contato dos idosos com a informática; área de descanso e lanchonete que favorecem o convívio social informal; sala de leitura e biblioteca em parceria com a Biblioteca Municipal Mario de Andrade.

Para ter a carteirinha do CRECI@ e participar dos serviços oferecidos, basta ter 60 anos ou mais[3] e se cadastrar na administração da instituição. No início do ano são abertas as inscrições para as atividades. O número de vagas para cada uma delas varia, de acordo com a proposta dos profissionais e elas são preenchidas por ordem de chegada.

<u>Departamentos do CRECI@ e seus principais objetivos:</u>

1. *Recepção*: acolher e orientar os usuários e controlar a freqüência das atividades.
2. *Trabalho sócio-educativo*: organizar e promover estratégias pedagógicas para os cursos oferecidos e ficar em contato com os arte-educadores.
3. *Incubadora social*: organizar e promover eventos que promovam a troca de informações sobre o envelhecimento (palestras, capacitações, reuniões), realizar parcerias com a rede socio-assistencial para idosos, elaborar produtos e

[1] A CROPH – Coordenação Regional ds Obras de Promoção de Saúde foi fundada em 1972 e sua missão é assessorar e administrar programas que resgatem a dignidade do ser humano.
[2] Dados de outubro de 2008. (http://www6.prefeitura.sp.gov.br/noticias/sec/assist_social/2008/10/0001)
[3] Ter 50 anos ou mais era a faixa etária permitida até por volta do início de 2008, sendo assim, alguns participantes ainda têm entre 50 e 59 anos. São eles aqueles já inscritos antes da mudança do público alvo.

publicações referentes ao serviço, criar e aprimorar estratégias para o atendimento social ao idoso estimulando sua participação em atividades que promovam o protagonismo e a socialização.

4. *Defensoria e Escuta Sócio-assistencial/Institucional*: escutar e orientar o idoso em relação, principalmente, aos seus direitos e deveres.
5. *Café Anhangabaú*: oferecer alimentação e informação nutricional direcionadas ao idoso.
6. *Administração*: administrar e coordenar os serviços gerais do CRECI@.

O Centro oferece inúmeras atividades com duração de 6 meses e um tema único que as contemple para as apresentações nos finais dos semestres.

Oficinas regulares oferecidas no período da pesquisa:

Alongamento/ Flexibilidade	Violão para Iniciantes
Grupo Experimental de Pintura	Teatro
Capoeira e Afromix	Dança Senior
Contos "Senta que lá vem História"	Artesanato em Seda
Percussão e Canto Popular	Dança de Salão
Yoga	Violão e Seresta
Espanhol	Coral
Roda de Conversa - Grupo de Reflexão	Artesanato
Xadrez	Curso Básico de Francês
Sapateado Americano	Mulheres Chilenas
Dança Espanhola	Tai Chi Pai Lin

Todas as atividades são avaliadas no meio do ano e no final do ano. Elas recebem um parecer técnico da incubadora social para verificar se contemplam os objetivos contidos no projeto. No final do ano, os idosos também avaliam as atividades levando em consideração aspectos tais como suas expectativas, o espaço, o material e os profissionais (arte-educadores).

Os profissionais são constantemente atualizados nas atividades de educação continuada – capacitações, palestras e workshops focadas em gerontologia - cujos temas são sugeridos também por eles de acordo com seus interesses e/ou necessidades.

Os idosos também sugerem temas e atividades através da caixa de sugestões constante na recepção da instituição.

ATIVIDADES COMPLEMENTARES

Jogos de Mesa

Sala de Leitura

Reunião do Conselho Gestor – CRECI

Tarde Musical – Victor, Voz e Violão

Cinema Espanhol

Palestras

Grupo de Estudo

Sarau Artístico

Baile

TELECENTRO

Oficina de Editor de Texto

Oficina de Pesquisa em Internet

Todas as atividades são gratuitas.

4. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

4.1. Velhices

Segundo critério de categorização utilizado pela Organização das Nações Unidas, uma pessoa torna-se idosa a partir dos 60 anos nos países em desenvolvimento. Essa definição é importante para a organização e representação social, assim como criação de políticas públicas para esse público. Porém, em se tratando de estudos da velhice, em sua dimensão ampliada (sócio-político-cultural-econômico-pessoal), esse critério cronológico não deve ser definitivo para a reflexão e análise sobre essa etapa. Não podemos generalizar a velhice e desconsiderar os dados existenciais do ser humano, pois essa 'categoria' é um contínuo do curso de vida que engloba aspectos biológicos, psíquicos, históricos e culturais e da experiência vivida além da idade.

Entretanto, encontramos pré-conceitos que lançam à velhice uma concepção estigmatizada, ou seja, que desvaloriza quem a vive: o velho está ultrapassado, obsoleto e representa declínio físico, deterioração mental, assim como improdutividade, inutilidade e incapacidade, independente de seus outros atributos. É preciso desconstruir essa idéia, pois não condiz com a realidade, e ressignificar o papel do idoso na nossa sociedade.

A velhice é vista como um dos extremos da vida, generalizada, assim comparada à outra etapa, ao outro extremo: à juventude, à força, ao desenvolvimento, àquele que tem uma vida toda pela frente para produzir. As características são colocadas à prova nesse comparativo fazendo com que o velho seja desvalorizado e depreciado. *Como conseqüência desse estigma, o isolamento social é uma característica evidente do idoso*[4]. (apud Beres, 2002, p.93)

As diferentes etapas da vida possuem, sim, distintas características – positivas e negativas. Cada etapa é um espaço aberto para novas experiências, possuem suas particularidades e seus desafios. Isso não quer dizer que uma etapa seja aquém da outra, mas que se complementam numa história de vida. Todos nascemos, envelhecemos, vivemos e morremos. E a forma como encaramos cada etapa da nossa vida está de acordo com nossas vivências, nossas emoções e o contexto social no qual estamos inseridos.

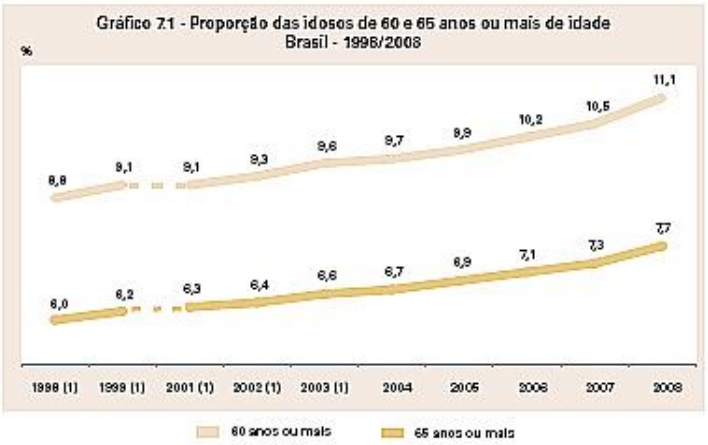
[4] FERRIGNO, J. C. Trabalho, aposentadoria e alienação social. Revista A Terceira Idade, São Paulo v.2, n. 2, p. 9-15, out.1989.

Envelhecer é um processo natural contínuo da vida e, indiferente da idade, os desejos, as vontades, as opiniões e os acontecimentos se fazem presentes. Um indivíduo se percebe em uma nova etapa através de algumas alterações, sejam elas físicas, cognitivas, econômicas ou políticas, e essa percepção e a forma de lidar com ela diferem de pessoa para pessoa em qualquer momento. Portanto, assim é na velhice também e, dessa forma, não há uma única maneira de viver esse processo, mas uma diversidade de velhices que buscam encontrar suas alternativas perante os novos desafios de vida.

O mundo está envelhecendo mais e é fundamental mudar a concepção negativa da velhice que ainda existe para que a quebra de preconceitos e estereótipos sejam alcançados. É preciso incorporar nesse processo valores e estilos de vida e não somente atrelar a velhice ao grupo etário. É importante construir políticas públicas e abrir espaços que proporcionem a identificação dos idosos e sua participação social efetiva; que incentivem criação e a produção para que eles desfrutem da vida e da cidadania de forma digna e positiva e mostrem que habilidades e realizações podem ser desenvolvidas e adquiridas em qualquer fase da vida.

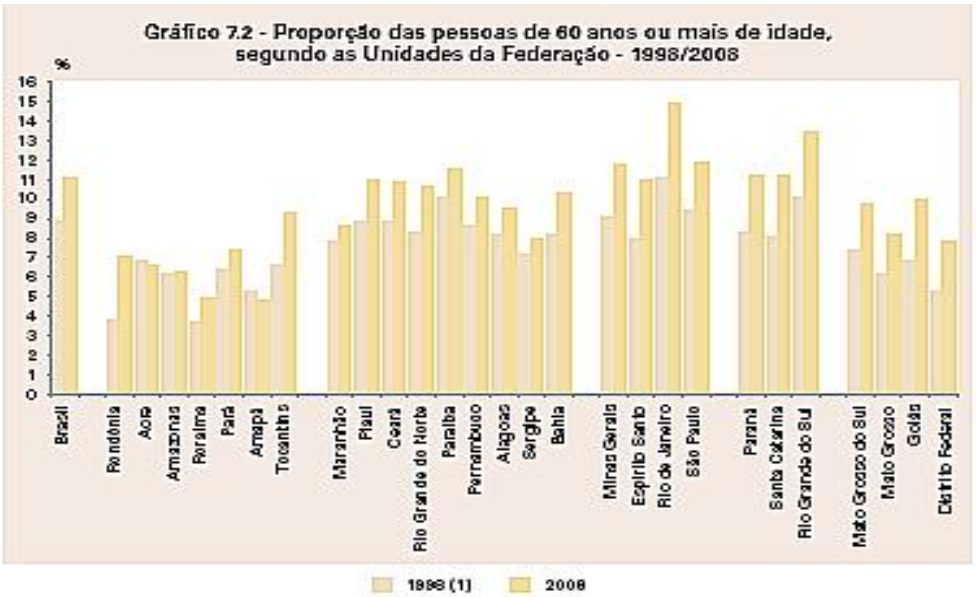
4.2. Idoso no Brasil

Segundo dados do IBGE apontados na Síntese de Indicadores Sociais divuldagos em 9 de outubro de 2009, entre 1998 e 2008, a proporção de idosos (60 anos ou mais) no Brasil aumentou de 8,8% para 11,1%, o que corresponde a 21 milhões de idosos. (gráfico 7.1 da Síntese de Indicadores Sociais do IBGE)



Fonte: IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 1998/2008.
(1) Exclusive a população rural de Rondônia, Acre, Amazonas, Roraima, Pará e Amapá.

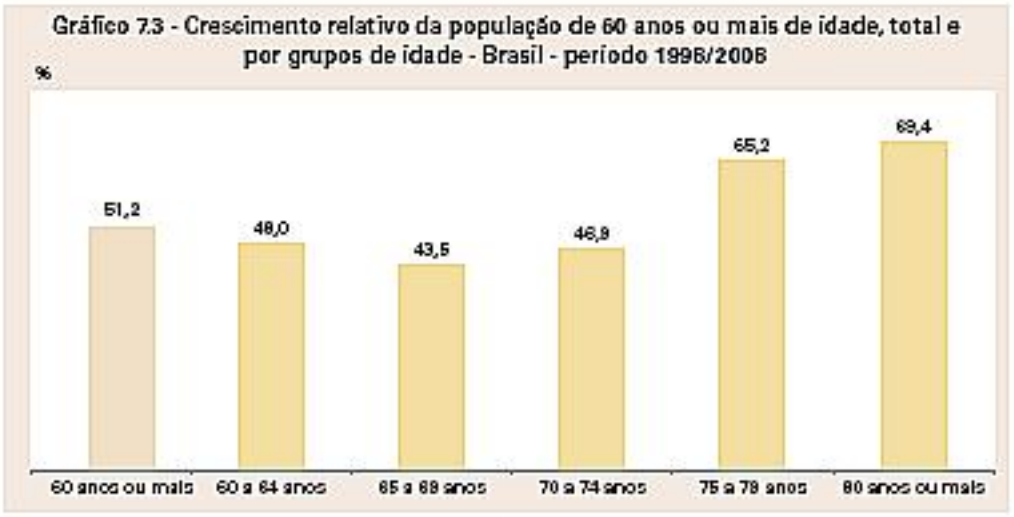
Ainda segundo a pesquisa, em 2008, havia 9,4 milhões de pessoas com 70 anos ou mais, que corresponde a 4,9% da população total. Os estados que ainda apresentam maior número de população idosa são o Rio de Janeiro e o Rio Grande do Sul, como aponta o gráfico 7.2 da Síntese de Indicadores Sociais do IBGE.



Fonte: IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 1998/2008.
(1) Exclusive a população rural de Rondônia, Acre, Amazonas, Roraima, Pará e Amapá.

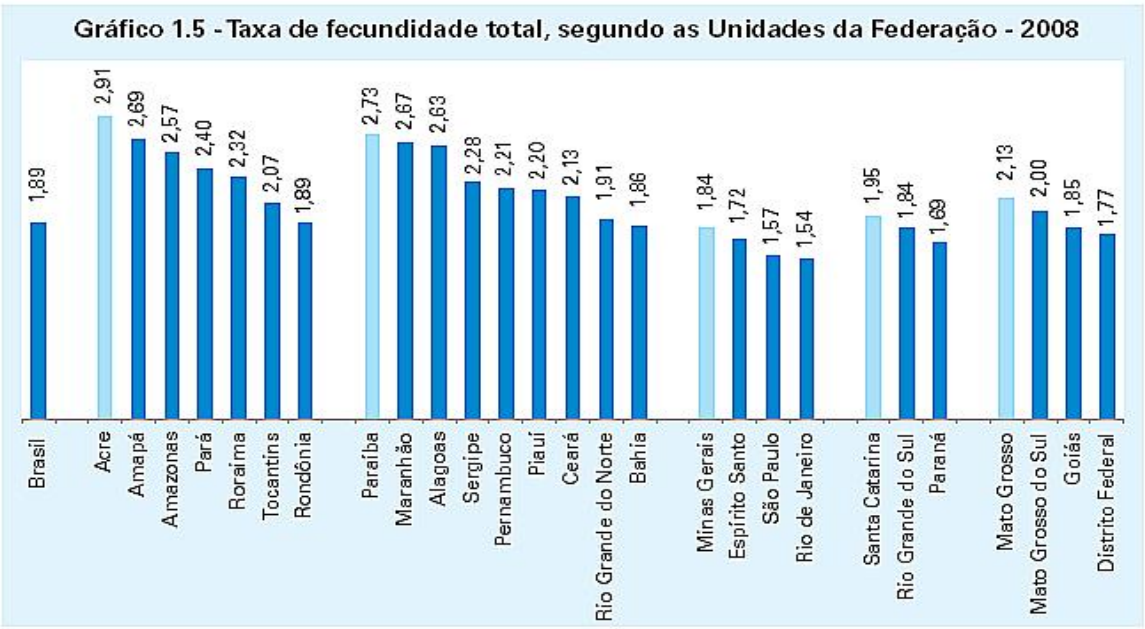
A quantidade de idosas é superior a de idosos. Em 2007, havia 79 homens para cada 100 mulheres. Já em 2008, esse número caiu para 78 homens para cada 100 mulheres.

A população de idosos também envelhece. Verificamos que, no período de 1998 a 2008, a taxa de crescimento de idosos com mais de 80 anos foi a que mais aumentou, seguida do grupo de 75 a 79 anos, como indica o gráfico 7.3 da Síntese de Indicativos Sociais do IBGE.



Fonte: IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 1998/2008.
Nota: Em 1998, exclusive a população rural de Rondônia, Acre, Amazonas, Roraima, Pará e Amapá.

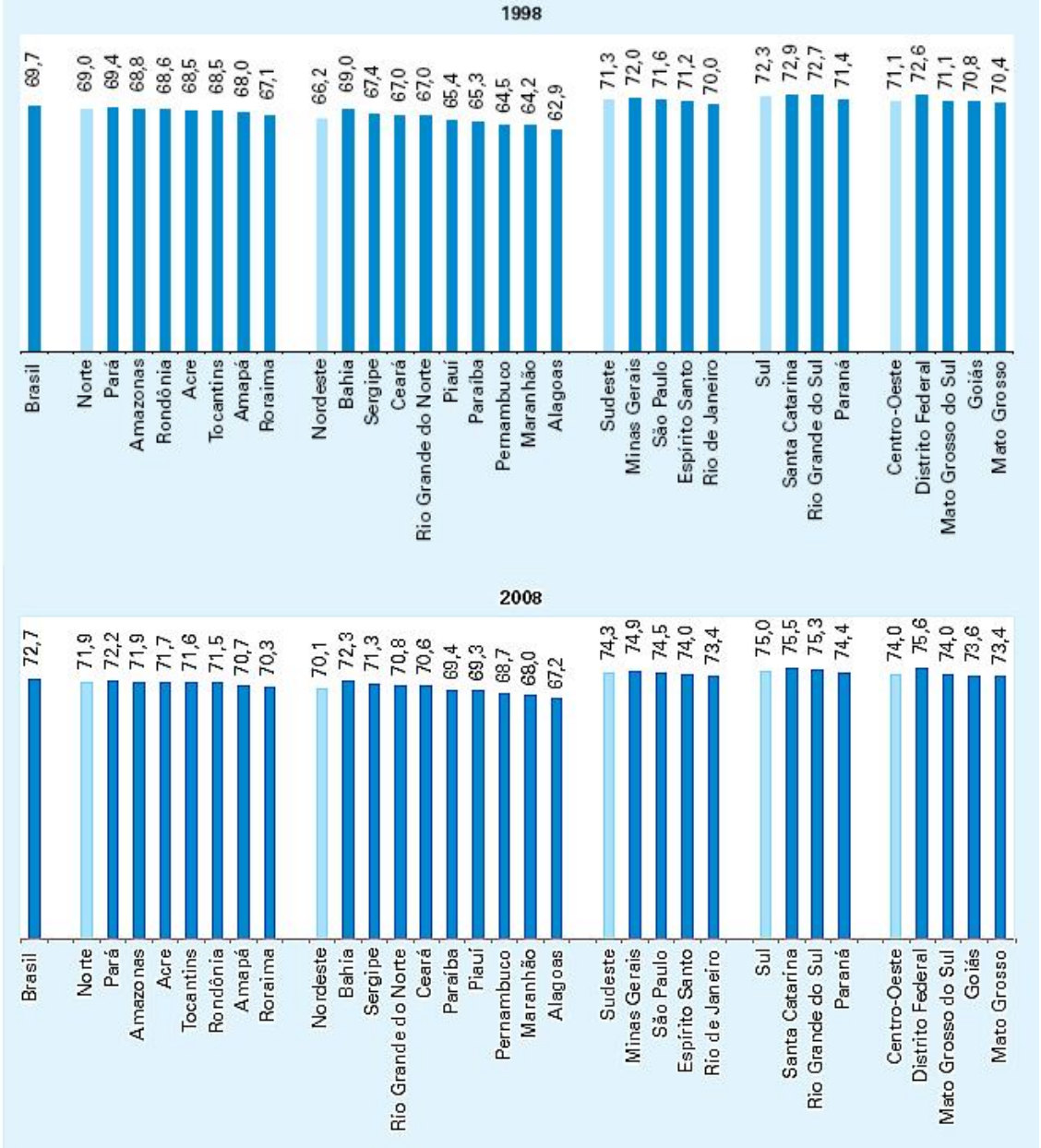
Ainda segundo o estudo, a população com menos de um ano de idade reduziu-se em 27,8% em dez anos, passando de 1,8% da população total em 1998 para 1,3% em 2008. E, em 2008, a taxa de fecundidade total (número médio de filhos que uma mulher teria ao final do seu período fértil) foi de 1,89 filho, menor que em 1998 que era de 2,43.



Fonte: IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 2008.

Em 2008, no Brasil, a esperança média de vida ao nascer era de 72,7 anos de idade. Entre 1998 e 2008, esse indicador cresceu 3 anos, com as mulheres em situação bem mais favorável que a dos homens (aumento de 73,6 anos para 76,8 anos, no caso das mulheres, e 65,9 para 69,3 anos, para os homens).

Gráfico 1.6 - Esperança de vida ao nascer, segundo as Grandes Regiões e Unidades da Federação - 1998/2008

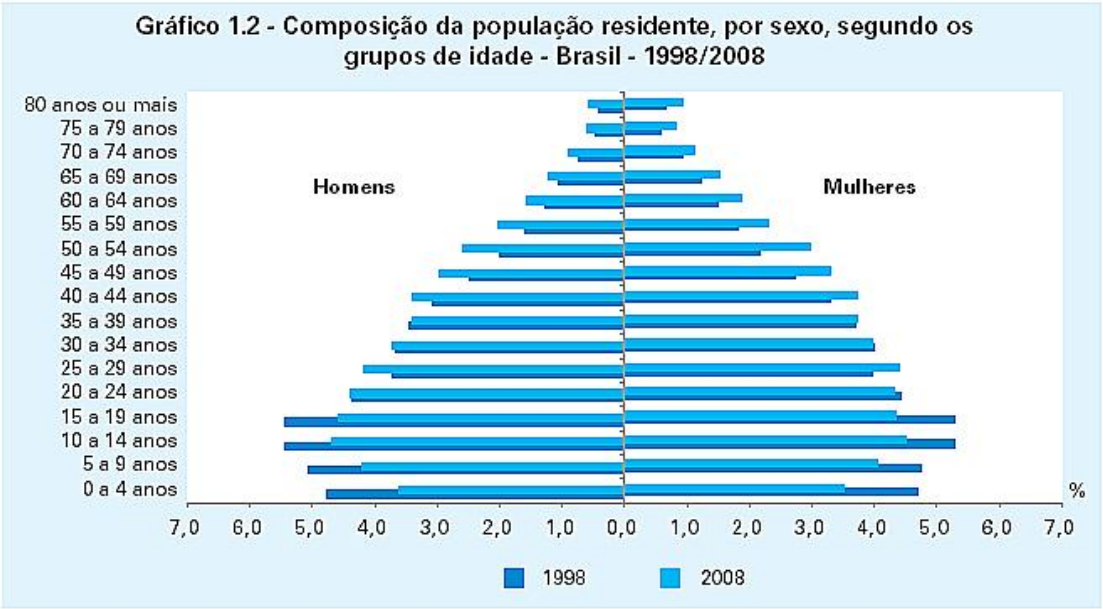


Fonte: Projeto IBGE/Fundo de População das Nações Unidas - UNFPA/BRASIL (BRA/02/P02), População e Desenvolvimento: Sistematiza-Fonte: Projeto UNFPA/BRASIL (BRA/02/P02) – População e Desenvolvimento - Sistematização das Medidas e Indicadores Sociodemográficos Oriundos da Projeção da População por Sexo e Idade, por Método Demográfico, das Grandes Regiões e Unidades da Federação para o período 1991/2030.

A descoberta dos antibióticos no final da década de 1940, a criação das unidades de terapia intensiva e das vacinas na metade do século passado e o conceito de mudança de estilo de vida, na década de 1960, foram fatores que contribuíram para o aumento da longevidade (ONU, 2003).

Esse aumento nos dados pode ser explicado pela contínua redução da taxa de mortalidade (principalmente, pelo avanço da tecnologia na medicina e consequente melhoria na qualidade de vida) concomitantemente à diminuição da taxa de fecundidade e é projetado o contínuo do avanço do envelhecimento em relação aos individuos de 0 a 14 anos. Isso representa, segundo estimativa do IBGE, um número superior de idosos no Brasil em relação às crianças já em 2035 chegando ao dobro em 2050. A população idosa mundial será maior que a de crianças pela 1ª vez na história em 2050, representando 32% da população[5].

Segundo a pirâmide do gráfico 1.2 da Sintese de Indicadores Sociais do IBGE, está em evidência o crescimento da população idosa e a redução da taxa de fecundidade.



Fonte: IBGE, Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios 1998/2008.

O aumento da população de idosos

> Transformou-se, então, em fenômeno contínuo, representando um desafio gerado pelas demandas sociais e econômicas que despontam de forma crescente em todas as nações, tendo sido necessária a adoção de políticas específicas com o objetivo de propiciar um envelhecimento ativo,

[5] Segundo declaração da ONU em 11 de abril de 2007.

> respeitando os direitos, as prioridades, as preferências, as capacidades e a dignidade dos idosos como, aliás, preconizado pela ONU. (FREITAS, 2004)

Ainda segundo Freitas,

> o desafio que se apresenta é o de se conseguir uma maior expectativa de vida, mas com boa qualidade, para que os anos vividos sejam plenos de significado e de dignidade, e não anos de sofrimento para os indivíduos e suas famílias, dependentes, vitimas de isolamento social e dos tristes quadros depressivos.

Essa mudança na demografia brasileira exige novas políticas e práticas institucionais e profissionais e contínua articulação entre família, sociedade e estado[6] para que a representação do idoso seja autêntica e lhe proporcione melhor qualidade de vida e cidadania.

[6] É obrigação de toda sociedade, da família e do governo assegurar condições que permitem aos que envelhecem usufruir aqueles que são os princípios das Nações Unidas para as pessoas idosas: independência, participação, cuidado, auto-satisfação e dignidade. (Freitas, 2004)

4.3. O protagonismo dos idosos e as políticas relativas ao envelhecimento

> *Envelhecer e ser cidadão parecem ser incompatíveis em sociedades desiguais. A possibilidade de sua concretização, no entanto, é mais do que um desejo individual: é a busca que o ultrapassa para uma perspectiva de coletividade... Trata-se de redesenhar a história na construção de uma nova imagem/realidade de sujeitos e relações, numa permanente aliança dos diferentes segmentos, gerações, classes sociais e saberes.*
> (BRANCO, s/d)

Entendemos por cidadania o direito de ter direitos. O cidadão tem direitos e deveres e, com isso, conquista a possibilidade de participar das decisões que envolvem o bem estar da sociedade e intervir na realidade social *construindo novas relações e consciências* (Dallari, 1998). Ser cidadão é participar do governo do Estado e da sua própria vida. É ser igual perante a lei, independente das diferenças e desigualdades sociais. *Significa, em sua essência, o direito de viver decentemente.* (Dimenstein, 2001)

Os direitos sociais, políticos e civis são garantidos aos cidadãos através das leis e das políticas públicas implementadas a partir delas pelo Estado de acordo com as necessidades que aparecem significativamente na sociedade. Essas necessidades são expressas através de movimentos sociais que, diferente da busca individual por algum objetivo, demonstram uma preocupação coletiva.

O protagonismo do idoso ocorre quando ele passa a se fazer ouvir através dos movimentos sociais, que proporcionam a expressão e a inclusão de suas idéias e suas necessidades na sociedade. Consequência disso é a institucionalização de políticas públicas que podem oferecer melhor qualidade de vida na velhice.

Como cidadãos, seus interesses e necessidades devem ser considerados, quando da utilização de seus direitos.

> Do conjunto de leis, direitos e políticas que, a partir da Constituição Federal de 1988, compõem a nova institucionalidade da proteção ao idoso no Brasil, a Assistência Social destaca-se como importante fonte de melhoria das condições de vida e de cidadania desse estrato populacional em irreversível

> crescimento (...) a assistência social ganhou nova institucionalidade, que a fez pautar-se pelo paradigma da cidadania ampliada e a funcionar como política pública concretizadora de direitos sociais básicos particularmente de crianças, idosos, portadores de deficiência, famílias e pessoas social e economicamente vulneráveis. (CHAGAS, s/d)

Em 1994, surge a Política Nacional do Idoso (PNI) que amplia a concepção de velhice e do processo de envelhecimento, incluindo o idoso na participação efetiva na sociedade.

> A PNI sinaliza a necessidade do envolvimento da sociedade como um todo para que se possa enfrentar o desafio de assistir à uma população que nas últimas décadas tem apresentado um crescimento acentuado em nosso país. (OLIVEIRA, s/d)

Em 1999, foi promulgada a Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI) que, ainda segundo Oliveira,

> Por esse documento, cabe ao setor de saúde promover o acesso dos idosos aos serviços de saúde, prestar assistência integral e realizar ações voltadas à promoção, proteção e recuperação de saúde, visando manutenção e melhoria da capacidade funcional dos idosos, numa visão interdisciplinar, mediante o estabelecimento de normas específicas para tal.

Em 2003, o governo, a partir de luta dos movimentos sociais deste segmento etário, aprovou o Estatuto do Idoso que, segundo seu Art.1°, é destinado a regular os direitos assegurados às pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. Dentre seus direitos fundamentais, estão o direito à liberdade, ao respeito e à dignidade e o direito a educação, cultura, esporte e lazer que estão intimamente ligados ao processo de socialização. *O continuar em contato com o mundo mostra-se possível através da socialização.* (Beres, 2002)

Em 2007, foi promulgada a Lei Estadual n°12.548 que assegura ao idoso o acesso à cidadania - à vida, à dignidade, ao bem estar e à participação na sociedade - e garante as condições necessárias para que os idosos continuem no pleno exercício de seus direitos e deveres.

Através dessa sucinta trajetória, verificamos que o Brasil possui leis que, se implementadas em sua totalidade, garantiriam melhor qualidade de vida para os idosos. Por isto, estes, juntamente com os demais segmentos etários, devem continuar o processo de luta para efetivação da legislação de proteção existente e continuar sendo agentes de mudanças, de transformações da realidade reivindicando direitos ainda não atendidos e buscando a ampliação da escuta e do protagonismo de suas histórias. *Viver envolve um trabalho, o processo de a gente se tornar aquilo que é potencialmente. Na arte de viver, o homem é simultaneamente o artista e o objeto de sua arte*. (apud BERES, 2002, p.95)

4.4. Lazer e atividades sócio-educativas como formas de sociabilidade e desenvolvimento pessoal no processo de envelhecimento

Quando falamos em lazer, ainda é comum associar esse conceito ao 'não trabalho', à diversão ou ao descanso com o intuito de se entreter ou se distrair, não levando em consideração elementos como o desenvolvimento pessoal e social provocado através das atividades e da integração sociais, importantes em qualquer idade.

A definição de lazer para Dumazedier (apud GOMES, 2008, p.2), diz que

> é um conjunto de ocupações às quais o indivíduo pode entregar-se de livre vontade, seja para repousar, seja para divertir-se, recrear-se e entreter-se ou, ainda para desenvolver sua informação ou formação desinteressada, sua participação social voluntária ou sua livre capacidade criadora, após livrar-se ou desembaraçar-se das obrigações profissionais, familiares e sociais.

Iwanowicz (apud MARQUES, 2008, p.906) relaciona o envelhecimento, o trabalho e o lazer em uma perspectiva de desenvolvimento contínuo da pessoa ao longo da vida. Marques diz que o significado das atividades de lazer é vital para o idoso porque tem vínculo com a profissão, com a biografia, com os ideais e valores de cada pessoa, ou seja, é um elo com a identidade de cada um e deve proporcionar novos laços de amizade e novos compromissos pessoais e sociais compatíveis com a sua própria história. E ainda, segundo Vieira, (apud MARQUES 2008, p.907) *viver como se estivesse em constante "recreio" pode ser bastante desagradável, por acabar indicando uma total falta de sentido e de perspectiva de vida.*

As ações sócio-educativas contribuem para a proteção social e para o desenvolvimento bio-psico-social do sujeito ao passo que ofertam recursos educativos que propiciam ampliação cultural e de conhecimento, possibilidades de integração, reflexões, trocas, aprendizados e inclusão. Através delas, amplia-se a comunicação, a participação dos sujeitos na vida pública, o acesso às informações sobre serviços sociais e exercício da cidadania.

Dessa forma, as ações sócio-educativas e as propostas de lazer dirigidas aos idosos devem proporcionar um sentido e promover saúde, desenvolvimento e cidadania. E ainda, para Stigger (apud MARQUES, 2008, p.907), devem proporcionar um equilíbrio entre repouso, divertimento e desenvolvimento pessoal.

Assim como o sentido que cada indivíduo reconhece nas atividades de lazer é único, o tempo dedicado a elas também está diretamente ligado à forma de vida que o idoso levou até o momento.

A aposentadoria e o envelhecimento não mais representam recolhimento (Debert, 1999). Com o aumento da expectativa de vida, aumentou também o número de idosos aposentados na nossa sociedade e, consequentemente, o tempo de vida sem uma ocupação profissional. Ou seja, as pessoas dispõem de maior tempo livre com o afastamento do trabalho e sua participação social é importante na medida em que podem desenvolver novos papéis sociais.

A escolha de uma ocupação desvinculada da ocupação profissional retira o caráter de obrigatoriedade de produção e é caracterizada pela busca de satisfação e realização pessoal. Nesse contexto, o surgimento dos Grupos de Convivência proporciona espaços de sociabilidade para idosos, oferecendo novas experiências, desenvolvimento de novas habilidades, podendo contribuir para a promoção de saúde, da cidadania e conseqüente elevação na qualidade de vida.

> O sentimento de utilidade, de identificação com os anseios e valores do grupo e de inserção e realização pessoal favorece a vivência de um estado de plenitude e bem estar que possibilita ao idoso reforço em seu sentido existencial, ajudando-o a perceber o futuro como uma história em aberto, em construção e, consequentemente, com muitas possibilidades de ação. (FERNANDES e MEDEIROS, 2008)

Dessa forma, é essencial implementar adequadamente as políticas [7] que prescrevem o atendimento às necessidades da população idosa e o desenvolvimento da personalidade e da sociabilidade desse público para um envelhecimento ativo que envolve qualidade na utilização do tempo livre.

[7] Como, por exemplo, o Estatuto do Idoso.

O envelhecimento ativo é o processo de otimização de oportunidades de bem estar físico, mental e social – através do curso da vida, de forma a aumentar a expectativa de vida saudável e a qualidade de vida na velhice conforme determinações da ONU (1999), no International Year of Old Person. (FREITAS, 2004)

5. METODOLOGIA

A pesquisa foi realizada em três partes, durante 8 dias no decorrer do mês de junho de 2009.

A primeira etapa constituiu em entrevista investigativa com funcionários da Incubadora Social para o levantamento de dados sobre o funcionamento da instituição.

A segunda envolveu a aplicação de 50 questionários[8] nos usuários. Inicialmente, foi divulgada a pesquisa pelos funcionários do CRECI@ nas oficinas oferecidas e foram disponibilizados sala e horários para esclarecimentos e para a aplicação dos questionários nos idosos pela própria pesquisadora. Apesar do esclarecimento da pesquisa e engajamento dos funcionários para a adequada concretização da coleta de dados, houve apenas 01 inscrição em seu primeiro dia.

Após verificar que os idosos, em sua maioria, freqüentavam o centro somente nos horários de atividades, a estratégia de coleta de dados foi alterada. Durante o período para a aplicação dos questionários, foram diretamente abordados pela pesquisadora 56 idosos (nas aulas de pintura experimental, origami, enfeites de meia de seda, na sala de leitura e na área de convivência) sendo que somente 36 responderam o questionário. As pessoas que não aceitaram participar alegaram: 01 ter receio de ser identificada, 02 não quererem expor sua renda, 02 ser o questionário muito grande, 04 não ter interesse em responder e 11 não dispor de tempo. Nas aulas de violão e dança espanhola, após esclarecimento das questões pertinentes à pesquisa e a importância da participação dos frequentadores, foram disponibilizados, a pedido dos usuários, 14 questionários para que levassem para casa e trouxessem respondidos no outro dia. Porém, desses, somente 07 retornaram. Assim, 43 questionários fizeram parte da pesquisa.

A terceira etapa consistiu do levantamento aleatório dos temas abordados em algumas palestras, workshops e capacitações e de algumas oficinas e cursos oferecidos no período de junho de 2008 a maio de 2009, assim como o levantamento das respectivas participações dos idosos através das listas de presença.

Após a coleta dos dados foi feita uma análise sobre o perfil dos freqüentadores e sua participação no centro considerando os grupos de atividades estabelecidos pela instituição e o grupo que classifiquei como ‘entretenimento’ (especificados abaixo)

[8] Carta de consentimento livre e esclarecido (anexo 1) e questionário(anexo 2).

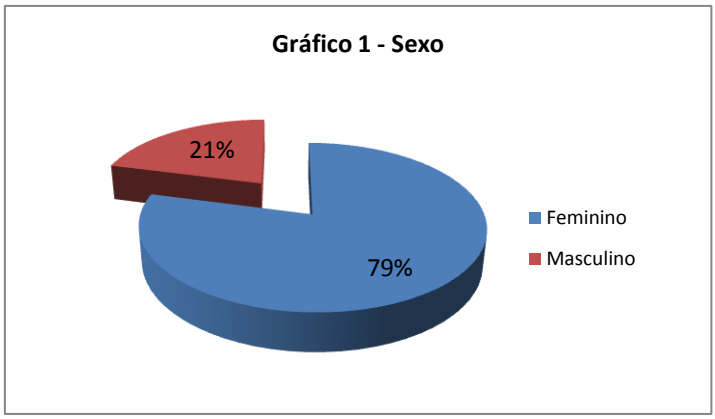
- Corpo e Saúde[9]: alongamento/flexibilidade, capoeira/afromix, yoga e tai chi pai lin.
- Artes: artesanato, artesanato em meia de seda, contação de histórias, conto – senta que lá vem história, coral, percussão e canto popular, dança de salão, dança espanhola, dança flamenca, dança folclórica, dança sênior, desenho, escultura em papel, origami, sapateado americano, teatro, violão para iniciantes, violão e serestas.
- Cidadania e Protagonismo: conversando na atualidade, conversando a gente se entende, roda de conversa e telecentro.
- Línguas e cultura: mulheres chilenas, palestras, workshops, moda – Carmem Miranda, francês, espanhol, cordel – lendas brasileiras, cinema e sarau.
- Entretenimento: bailes, sala de jogos e sala de leitura.

[9] As atividades físicas exigem atestado médico.

6. RESULTADOS

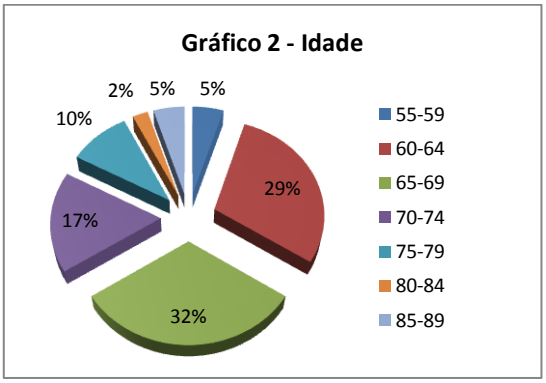
6.1. O Perfil dos usuários do CRECI@.

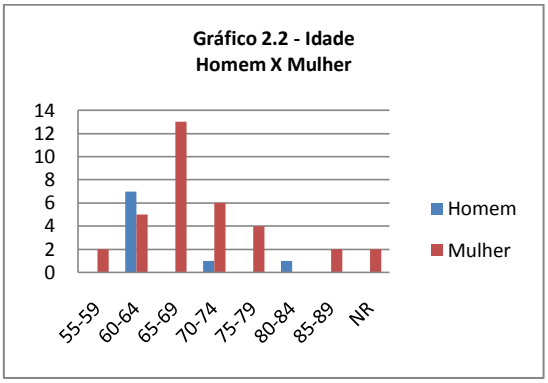
6.1.1. Dados quantitativos



De acordo com os resultados obtidos e expostos no gráfico 1, em relação ao sexo dos usuários pesquisados, verificamos a participação mais acentuada de idosas no CRECI@ (79%).

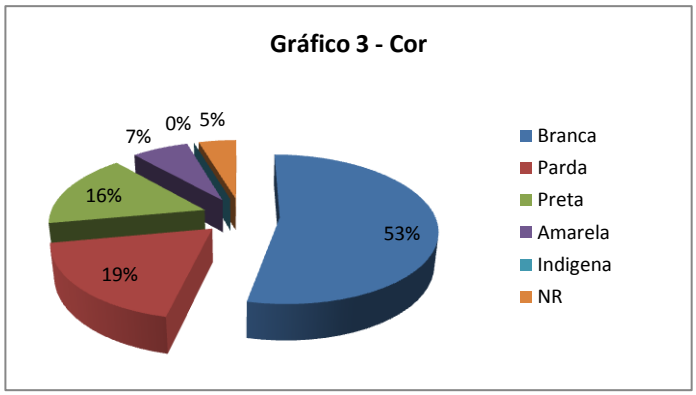
A idade dos participantes que responderam o questionário varia de 55 a 88 anos, sendo que os idosos que mais frequentam o CRECI@ têm idade entre 65 e 69 anos. (gráfico 2) Entre as idosas, a participação mais presente está entre 64 e 75 anos e, com relação aos idosos, entre 60 e 64 anos. (gráfico 2.2)



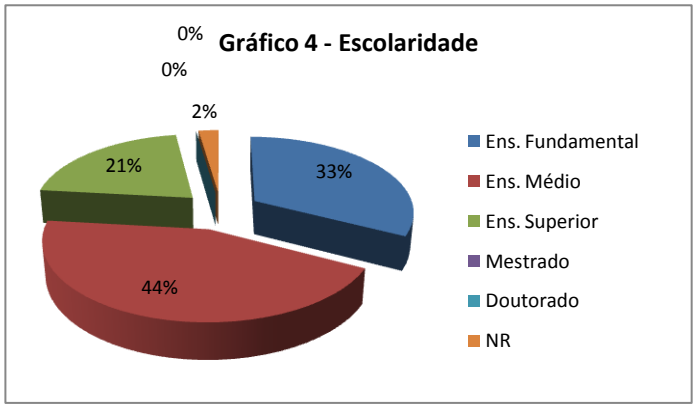


Com relação à cor dos usuários pesquisados, mais de 50% são brancos, seguido de pardos (19%), pretos (16%) e amarelos (7%). (gráfico 3)

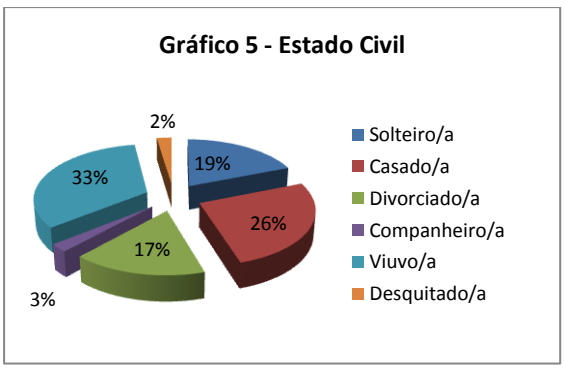
Essa distribuição coincide entre os idosos e idosas.

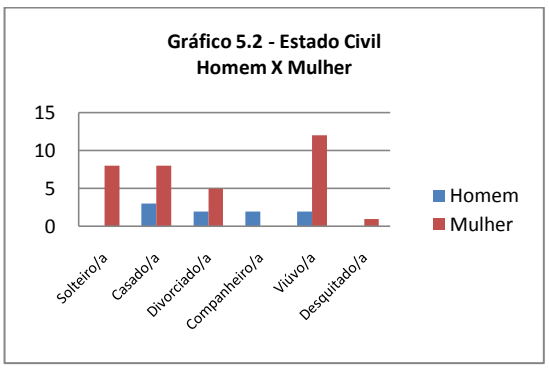


Quanto à escolaridade, 44% dos usuários que responderam a pesquisa possuem o ensino médio, 33% possuem o ensino fundamental e 21% têm o ensino superior. Não houve participante com ensino de pós-graduação. (gráfico 4)

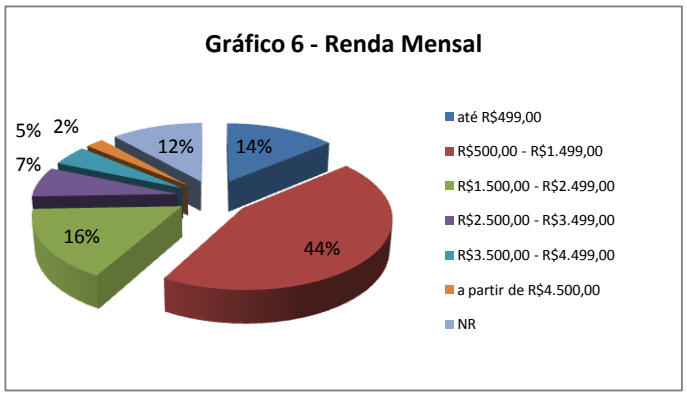


Dos 43 participantes da pesquisa, 33% são viúvos e este estado representa 35,2% das idosas. Entre os idosos, o maior número está entre os casados - 33,3%. No quadro geral (gráfico 5), verificamos um número significativo e semelhante entre os solteiros e divorciados, porém, não encontramos homens solteiros na pesquisa. (gráfico 5.2)

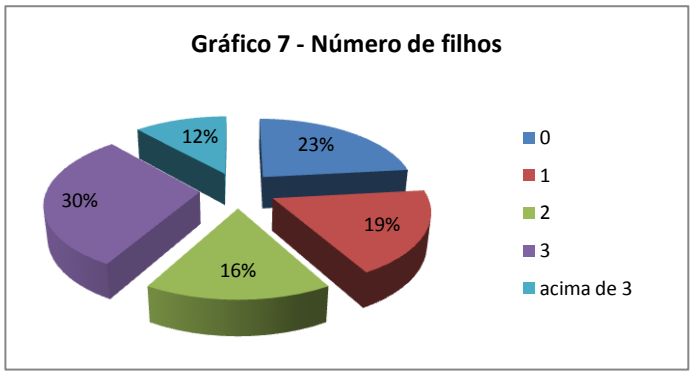




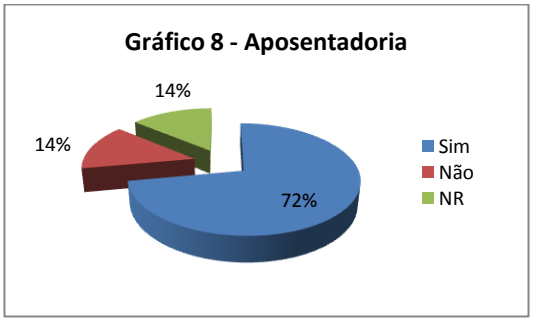
A renda mensal dos usuários pesquisados varia de menos de R$499,00 até mais de R$4.500,00, porém a grande maioria deles possui renda entre R$500,00 e R$1.499,00, como aponta o gráfico 6.

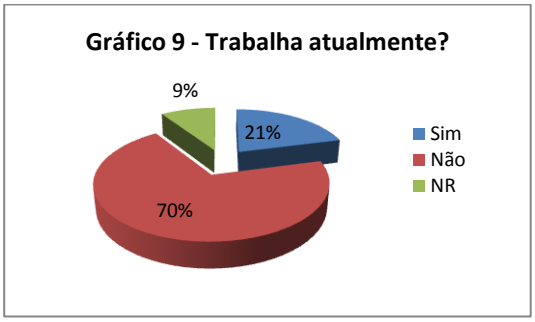


Com relação ao número de filhos que eles possuem, a maior parte dos usuários (30%) têm 3 filhos e grande parte deles (23%) não possuem nenhum. (gráfico 7)



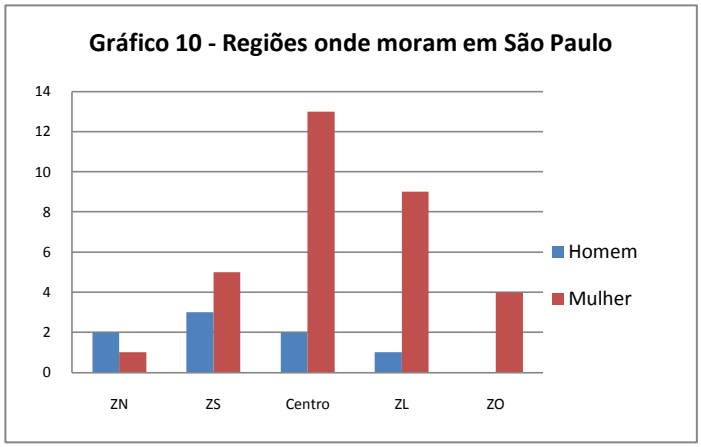
Como apontam os gráfico 8 e 9, a grande maioria dos usuários que responderam a pesquisa são aposentados (72%) e não trabalham atualmente (70%). Dos 21% dos usuários que exercem alguma atividade, 18,4% são mulheres.





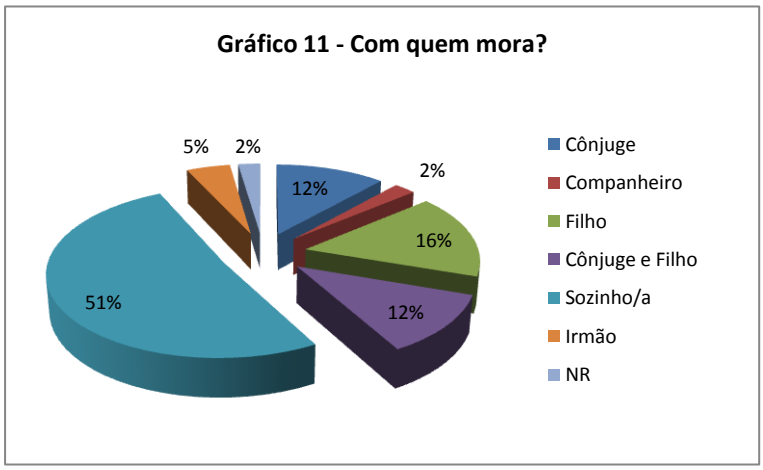
Os usuários do CRECI@ que participaram da pesquisa moram, em sua grande maioria, em São Paulo – capital (93%). Encontramos, ainda, moradores de Carapicuiba e Francisco Morato.

Dos moradores de São Paulo (gráfico 10), 38% são da região central, Há, ainda, um significativo número de usuários da zona leste (25%) e zona sul (20%). Há um menor número de participantes da zona norte (7%).



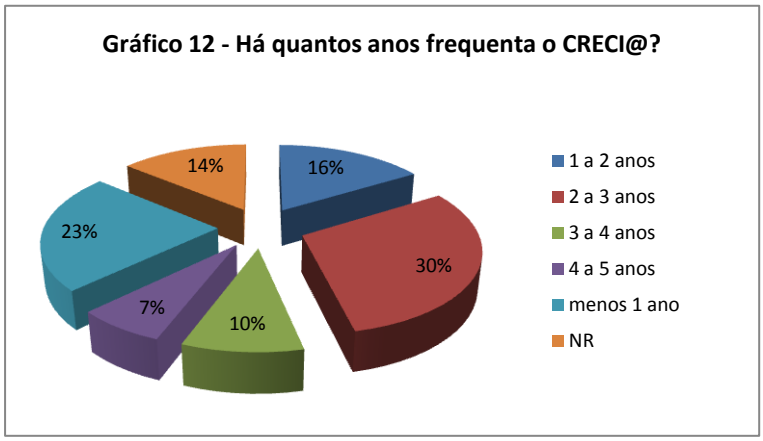
Na questão sobre o arranjo familiar, mais precisamente, a questão que envolvia com quem mora (gráfico 11), a proporção de idosos que moram sozinhos representa mais da metade dos entrevistados (51%). Nas mulheres, esse dado representa 54,5% e, entre os homens, 44,4%.

Os idosos que moram somente com filhos representam 16% dos entrevistados (18,2% das mulheres e 11,1% dos homens) e, morar com o cônjuge ou cônjuge e filhos, representam igualmente 12%. Entre os homens, esse número altera para 22,2% e 11,1% respectivamente e, entre as mulheres, 9,1% e 12,12%.

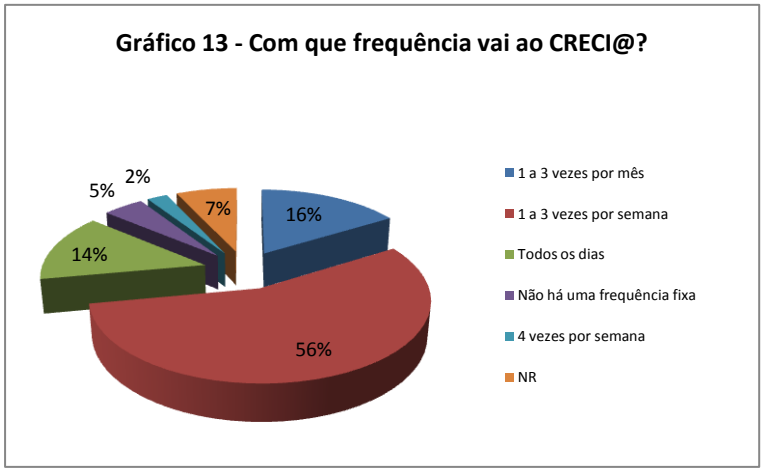


Dos 43 entrevistados, segundo o gráfico 12, 7% frequentam o CRECI@ desde o ano da inauguração (dado visto somente entre as mulheres).

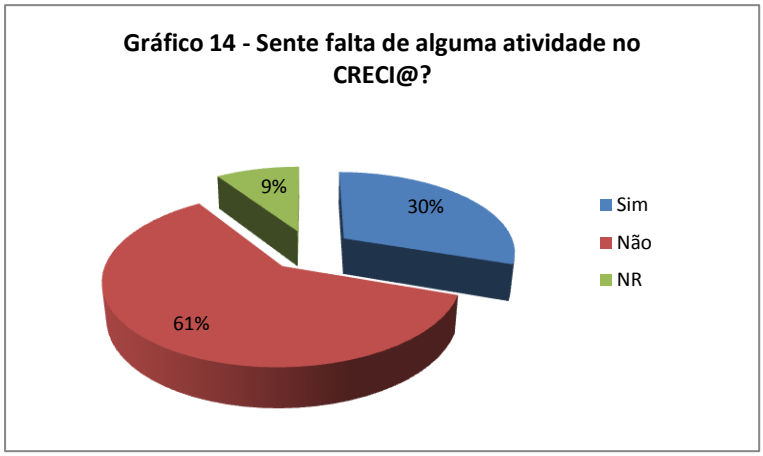
A maior parte dos idosos pesquisados, 30%, freqüentam o Centro desde 2 a 3 anos e grande parte deles começou a freqüentar há menos de 1 ano (23%). Entre os homens, os encontramos somente dentro desses dois dados.



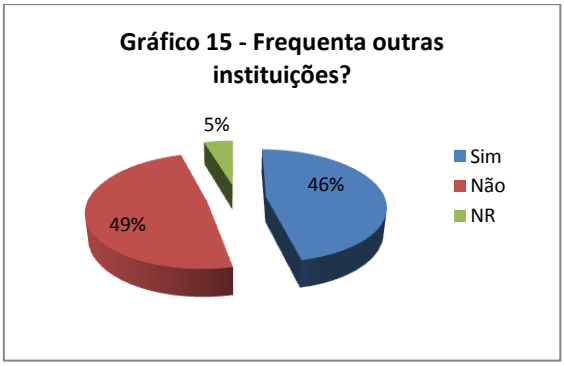
Em se tratando da frequencia com que vai ao Centro (gráfico 12), 56% representa os idosos que freqüentam de 1 a 3 vezes por semana, dado esse acentuado entre as mulheres (64,5%) e encontrado entre homens em 44,4%. Somente 5% não envolve uma freqüência fixa na sua participação e 14% utilizam os serviços do CRECI@ todos os dias.

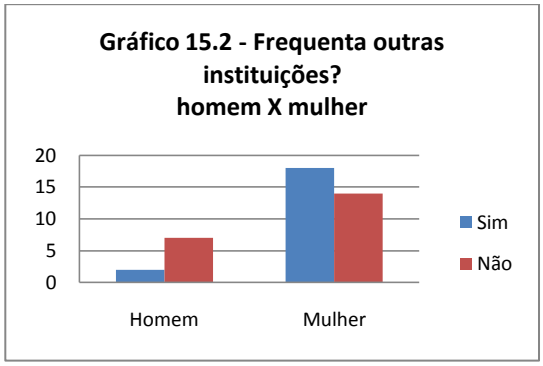


Perguntado se sentem falta de alguma atividade no CRECI@, 61% dos idosos que responderam os questionários apontaram que não. Dos 30% que sentem falta de alguma atividade, 28,5% representam as mulheres. (gráfico 14)

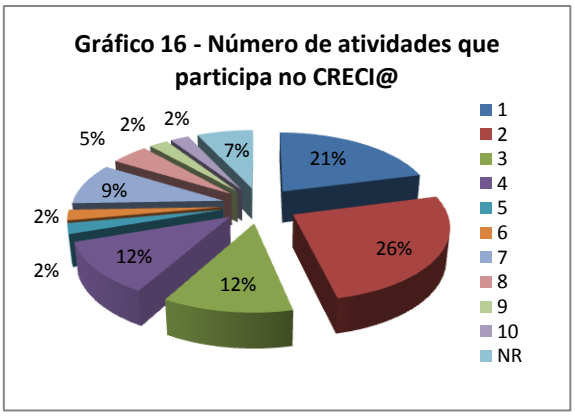


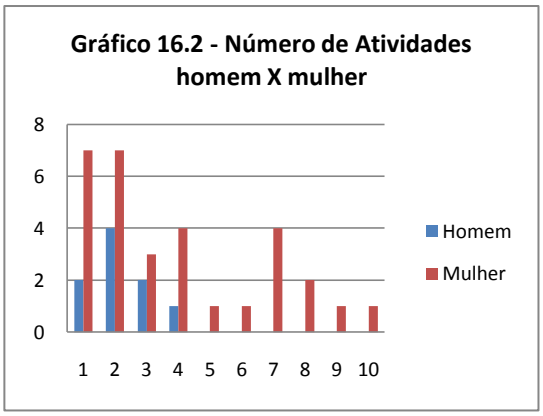
Em relação à freqüência em outras instituições (gráfico 15), 46% responderam positivamente, sendo que a maioria das mulheres (56,3%) freqüentam outros locais e a maioria dos homens (77,7%) não freqüentam. (gráfico 15.2)





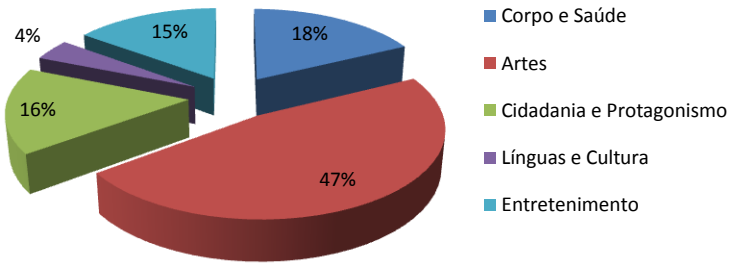
Em se tratando do número de atividades que participam no CRECI@ (gráfico 16), 02 (duas) foi o número que mais apresentou respostas, 26%. Entre os homens, encontramos números de 01 a 04 e, entre as mulheres, encontramos a participação em até 10 atividades. (gráfico 16.2)





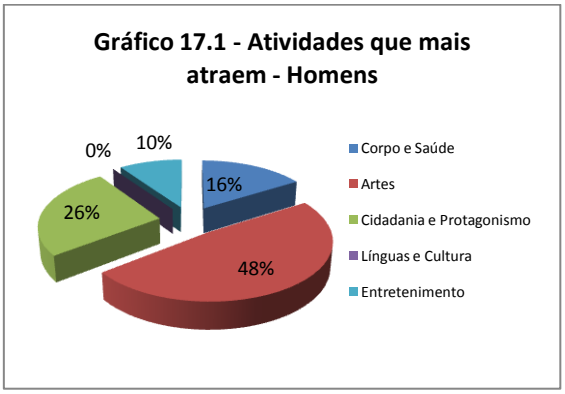
Segundo os dados apresentados a respeito das atividades que mais os atraem, representados no gráfico 17 de acordo com os 04 grupos determinados pelo CRECI@ e pelo grupo que classifiquei como entretenimento, 47% dos idosos têm interesse em atividades que envolvem artes. Entre as mulheres, dança e música foram apontados por respectivamente 75,8% e 54,5% do total das idosas pesquisadas. Igualmente para os homens, mas em ordem inversa de preferência, música (66,6%) e dança (33,3%) foram os mais encontrados. Com 18%, atividades de corpo e saúde englobam a segunda preferência dos usuários, sendo que as mulheres apontam mais a ginástica (39,4%) e os homens, o esporte (22,2%). As atividades que envolvem cidadania e protagonismo, representa 16% da preferência dos idosos. Entre as mulheres o mais citado foi o uso do computador (33,3%) e, entre os homens, aparecendo igualmente em 44,4% do total dos entrevistados, o uso do computador e conversas e reflexões. Dentro das atividades de entretenimento, que representa 15% da preferência, o baile foi o mais citado entre homens e mulheres em 22,2% e 33,3% de respostas, respectivamente. As atividades de de língua e cultura envolvem 24,2% das respostas das mulheres, não tendo sido encontrada nenhuma resposta entre os pesquisados.

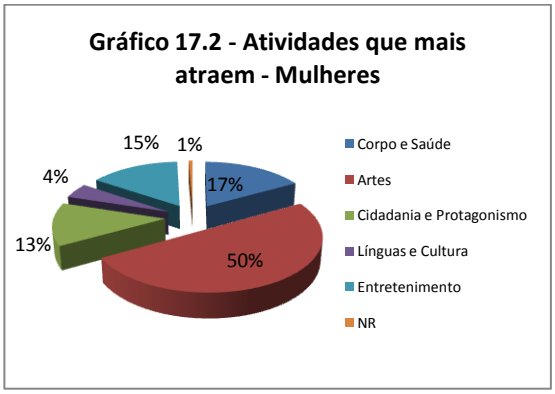
Gráfico 17 - Atividades que mais atraem



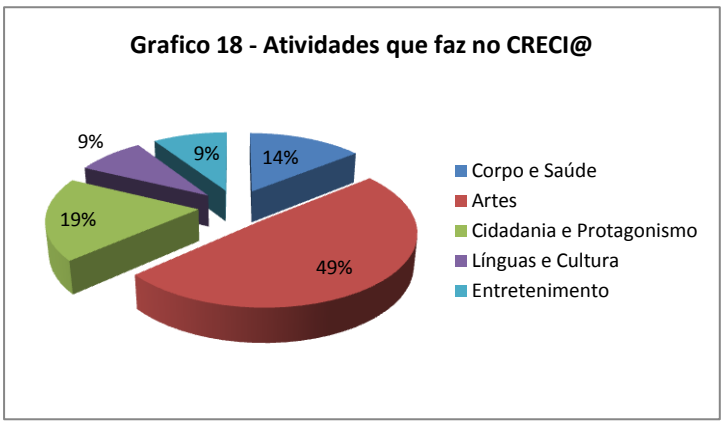
Segundo os gráficos 17.1 e 17.2, que representam as atividades que mais os atraem separados por sexo, observamos que as atividades de artes são evidente preferência tanto pelos homens quanto pelas mulheres. Já entre os homens, atividades relativas à cidadania e ao protagonismo representam sua segunda preferência e, entre as mulheres, são aquelas que envolvem corpo e saúde seguidas das de entretenimento, estando a cidadania e protagonismo em quarto lugar. Corpo e saúde, entre os homens, ocupa o terceiro lugar na preferência e o entretenimento em quarto. Línguas e cultura,

que não apareceram nas respostas dos homens, aparece em último lugar na preferência das mulheres.



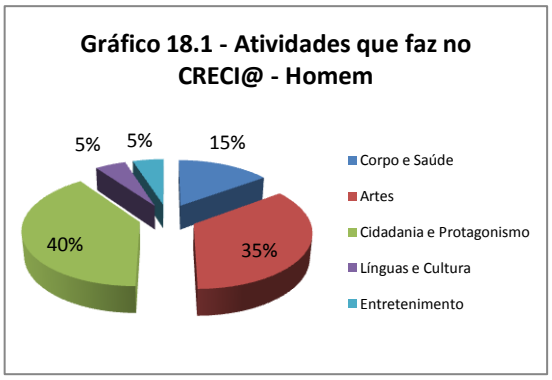


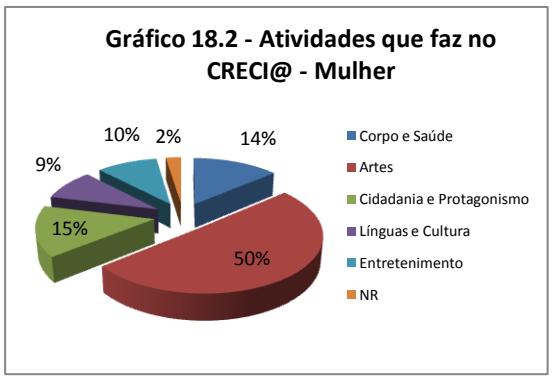
Quando perguntado sobre as atividades que participam no CRECI@, esse quadro mudou um pouco de figura. (gráfico 18) Com 49%, as atividades que envolvem artes ainda ocupam o primeiro lugar, agora seguidas daquelas relativas à cidadania e ao protagonismo, com 19%. As corporais e de saúde ocuparam o terceiro lugar entre aquelas feitas pelos usuários (14%), seguidas de entretenimento (9%) e línguas e cultura (9%).



Os gráficos 18.1 e 18.2 representam as atividades praticadas no Centro separadas por sexo. Verificamos que, entre as mulheres entrevistadas, ainda acentuado número de idosas fazem atividades artísticas (50%). Entre os homens, esse número acentuado é representado pelas atividades de cidadania e protagonismo (40%) sendo que 35% participam das atividades artísticas. Corpo e saúde representam importância semelhante, tanto para os homens quanto para as mulheres, com 15% e 14% respectivamente.

Línguas e cultura e entretenimento são, indiferente do sexo, as atividades de menor participação.





6.1.2 Dados qualitativos

Na questão "O que o motivou a participar do CRECI@?[10]" encontramos questões diversificadas que classifiquei como 1- atividades; 2 – convívio social; 3 – qualidade de vida (saúde mental e física); 4 – Preenchimento do tempo e 5 – ambiente .

No item 1, o qual teve maior índice de respostas (36,7%), encontramos referências que apontam para o interesse dos idosos em adquirir novas habilidades e novos conhecimentos sendo o CRECI@ um espaço que oferece uma variedade de oficinas e cursos que preenchem esse interesse.

O item 2, recebeu 24,5% das respostas, nos mostra o interesse em ampliarem o convívio social, conquistando novos laços de amizades ou mantendo relacionamentos agradáveis de companheirismo.

No item 3, encontramos respostas relacionadas à indicações médicas e à preocupação em cuidar do corpo e da mente, na busca de qualidade de vida através de atividades que exercitam o físico ou aumentem a auto-estima. Esses apontamentos estão em 16,3% das respostas.

"*Preencher o tempo*", "*distração*", "*por ter algo a fazer"* e "*aproveitamento das horas*" foram as respostas dadas referentes ao item 4 (8,2%). Duas dessas respostas foram complementadas com a conseqüência de aprender e ter companhia.

O item 5 (14,3%) refere-se à instituição. As respostas encontradas nesse item citam o CRECI@ como um centro de referencia onde são oferecidos muitos serviços para os idosos e possui um ambiente agradável de convívio social.

Questionados sobre o que mais gostam no Centro de forma geral, os resultados apontam a satisfação dos usuários[11], sendo que 45,6% dos idosos relacionaram a

[10] Todas as respostas sobre a questão "o que o motivou a participar do CRECI@?" estão no anexo 3.

satisfação com as atividades oferecidas; 15,2% com o atendimento dos funcionários; 15,2% com o convívio social e 6,5% com o ambiente. As demais respostas (17,5%) não tiveram a satisfação especificadas. Quanto ao que menos gostam no CRECI@ [12], somente 18,6% dos idosos responderam essa questão, sendo que, em número semelhante para todos os apontamentos, as insatisfações estão relacionadas à inadequação de espaço para algumas atividades como violão e yoga, à inadequação da lanchonete, às regras de funcionamento (não funciona nos finais de semana) e ao número de homens nas atividades de dança.

Das 43 pessoas que responderam os questionários, 30% sente falta de alguma atividade no CRECI@. Dentre elas[13], 38,5% estão relacionadas à dança, tais como falta de cavalheiros para dançar, inadequação do espaço (tablado para sapateado), insatisfação pela quantidade das aulas e falta de estilo de dança (portuguesa). Relacionadas ao corpo, foram citadas em 23% das respostas, sugerindo condicionamento físico e novo horário de ginástica. Há 15,4% de respostas relacionadas à inclusão de esporte, sugerindo aulas de voley adaptado, bocha e tênis de mesa. Ainda, com 7,7% cada uma, falta de curso de fotografia, computação e línguas.

Em relação à participação em outras instituições, 46% dos entrevistados responderam positivamente, sendo que a maioria das idosas que participaram da pesquisa frequentam outras instituições e a maioria dos idosos não freqüentam. Os homens vinculados a outras instituições citaram o SESC e o Centro Cultural de São Paulo. Já as mulheres participam de inúmeras instituições, entre elas: SESI, Tendal da Lapa da Prefeitura, SESC, ACM, Idade Dourada, Pastoral do Imigrante Igreja Nossa Senhora da Paz, Casa de Clara, Grupo da Melhor Idade Mariamã, São Joaquim, CRI Norte, Clube do Tatuapé e Estação Experimental da Lapa. Algumas mulheres ainda colocaram atividades não vinculadas a instituições tais como grupo de idosos, grupo de teatro, curso de fotografia, condicionamento físico e ginástica localizada.

Como verificado nos dados quantitativos anteriormente expostos, 21% dos entrevistados trabalham atualmente, sendo que, deste número, 22% são do sexo masculino e 78% do sexo feminino. Somente um idoso dos que ainda trabalham respondeu sua ocupação e exerce a função de cuidador de idoso. As idosas, em maior número, exercem ocupações tais como trabalho doméstico, terapia oriental, comércio,

[11] Todas as respostas sobre a questão "o que você mais gosta no CRECI@?" estão no anexo 4.
[12] Todas as respostas sobre a questão "o que você mais gosta no CRECI@?" estão no anexo 5.
[13] Todas as respostas sobre a questão "você sente falta de alguma atividade no CRECI@?" estão no anexo 6.

consultoria de cosméticos, chef gourmet e gastronomia consultoria técnica, redatora e produtora de arte.

Houve ainda quem utilizou o espaço de sugestões (48,8%) para expor suas opiniões a respeito de alguns aspectos do CRECI@[14]. Entre os homens, houve uma reclamação a respeito da inadequação do espaço para as aulas de violão e três sugestões: sala adequada para as aulas de violão, organização da biblioteca e local para dispor as obras dos idosos e a abertura de um restaurante servindo pratos rápidos.

Já entre as respostas das mulheres, foram encontrados além de sugestões e reclamações, depoimentos que envolviam elogios e agradecimentos.

A reclamação foi dirigida à lanchonete *Acho que a lanchonete do Creci deixa muito a desejar.* As sugestões relacionadas às atividades foram: adequação das aulas de sapateado, inclusão de aulas de ginástica e maior número de aulas no período da manhã.

Ainda surgiram dois depoimentos que sugeriam contínuo investimento dos órgãos públicos no funcionamento do CRECI@, como ilustra a frase a seguir: *Gostaria que o poder público continuasse investindo no C.R.E.C.I. porque ele é fundamental para nós, idosos.*

Os elogios encontrados voltavam-se tanto para a instituição em si e suas atividades, como para os professores e funcionários. Alguns depoimentos ainda mostraram a sua satisfação pessoal. Eis alguns exemplos:

- *Só tenho elogios, para todos os que trabalham e dirigem, professores e os amigos que conquistei, graças ao Creci.*
- *Eu me sinto realizada aqui no Creci.*
- *Aqui é um espaço que nós, idosos, nos sentimos <<gente>>. Falamos com todos e somos ouvidos.*
- *O professor é ótimo, tem uma paciência com os idosos. Sendo assim, merece todo o meu respeito e admiração.*

Os depoimentos que explicitaram agradecimentos são relacionados ao que o CRECI@ proporciona aos idosos, como exemplo:

- *Desde que comecei a freqüentar o Creci, me senti confiante, me levantou a auto estima (...) agora eu digo que a vida começa aos 70 e a velhice aos 101. Obrigada.*
- *Meus agradecimentos pelo que é proporcionado nesta entidade.*

[14] Todas as manifestações expressas estão no anexo 7.

6.2. A participação nas atividades oferecidas

O estudo da participação dos idosos nas atividades foi realizado através do levantamento de listas de chamada de algumas oficinas em meses aleatórios. Dessa forma, foram coletados dados das seguintes atividades: violão e seresta, violão para iniciantes, teatro, artesanato, artesanato em meia de seda, sapateado americano, coral, xadrez, bailes, sala de jogos, jogos de mesa, dominó, sala de leitura, conversa sobre São Paulo, conversando a gente se entende, grupo experimental de pintura, roda de conversa, telecentro, alongamento e flexibilidade, capoeira e afromix, tai chi pai lin, yoga, exibição de filmes, sarau artístico, palestras, workshops, cordel: lendas brasileiras, espanhol, francês, moda – Carmem Miranda, mulheres chilenas, contação de história, conto – senta que lá vem história, dança de salão, dança espanhola, dança flamenca, dança folclórica, dança sênior, desenho, escultura em papel, origami e percussão e canto.

A análise foi separada de acordo com os quatro grupos determinados pelo CRECI@ (corpo e saúde, artes, cidadania e protagonismo e línguas e cultura) e pelo grupo que classifiquei como entretenimento (bailes, sala de leitura e jogos).

Corpo e Saúde

As atividades pesquisadas nesse grupo foram alongamento e flexibilidade, tai chi pai lin, yoga e capoeira e afromix.

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Alongamento e Flexibilidade	66	8	74	40	89%	11%	54%
jan/09	Alongamento e Flexibilidade	23	4	27	22,4	85%	15%	83%
out/08	Alongamento e flexibilidade	84	15	99	62,3	85%	15%	63%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Capoeira e Afromix	79	14	93	61	85%	15%	66%
jan/09	Capoeira e Afromix	89	12	101	35	88%	12%	35%
ago/08	Capoeira e Afromix	87	12	99	73,75	88%	12%	74%

Em todas elas também predominou a presença feminina, chegando apenas a 15% o maior índice de participação masculina em alongamento e flexibilidade (em outubro de 2008 e janeiro de 2009) e em capoeira e afromix (em maio de 2009). Essas duas

atividades também são as mais frequentadas[15], tendo índices de freqüência média mensal que atingem 83% no mês de janeiro de 2009 em alongamento e flexibilidade e 74% em agosto de 2008 em capoeira e afromix, apenas um índice esteve abaixo de 50% na capoeira e afromix em janeiro de 2009.

O tai chi pai lin, que apresentou 89% de procura pelas mulheres, teve 51% de freqüência média no mês de maio de 2009.

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	TAI CHI PAI LIN	85	10	95	48	89%	11%	51%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Yoga	107	14	121	64,5	88%	12%	53%
out/08	Yoga	219	8	227	89,1	96%	4%	39%
jun/08	Yoga	114	7	121	78,3	94%	6%	65%

A yoga é acentuadamente procurada entre as pesquisadas, com índices que chegam a 96% de participação feminina. O número de inscritos ultrapassou 200 em outubro de 2008 e 100 em maio de 2009, mas suas médias de freqüência nesses meses foram de, respectivamente, 39% e 53%.

Entretenimento

Nos bailes pesquisados, o número de mulheres foi sempre significativamente maior que o dos homens, chegando a ter um número quatro vezes maior, como no baile da festa a fantasia (81% para 19%). Os bailes temáticos apresentaram maior procura: 445 participantes no baile caipira e 296 no baile a fantasia. O baile 'não temático', apresentou menor diferença na proporção de homens para mulheres, mas, ainda assim com o acentuado índice de 63% de mulheres para 37% de homens.

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
nov/08	Baile	174	102	276	63%	37%
out/08	Baile a Fantasia	241	55	296	81%	19%
jun/08	Baile Caipira	339	106	445	76%	24%

[15] A média de freqüência foi feita através do levantamento da presença dos inscritos em todas as aulas dadas no mês.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
		Mulher	Homem	Inscritos		
abr/09	Sala de Jogos	11	22	33	33%	67%
dez/08	Jogos - Dominó	3	7	10	30%	70%
set/08	Jogos de Mesa	42	28	70	60%	40%

A participação dos homens foi superior a das mulheres na sala de jogos (abril de 2009). No jogo de dominó, em dezembro de 2008, a porcentagem de homens chegou a 70%. Porém, em se tratando de jogos de mesa, em setembro de 2008, as mulheres apresentaram índice de 60% de participação. Nas aulas de xadrez, também verificamos maior procura pelas idosas.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Xadrez	14	6	20	9,5	70%	30%	48%
abr/09	Xadrez	13	6	19	9	68%	32%	47%
nov/08	Xadrez	16	8	24	9,5	67%	33%	40%

A sala de leitura foi igualmente utilizada por ambos os sexos, apresentando meses com maior participação masculina (junho de 2008) e outros com maior participação feminina (outubro de 2008) e até equiparação em sua utilização (janeiro de 2009).

Data	Atividade	Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
		Mulher	Homem	Inscritos		
jan/09	Sala de Leitura	13	12	25	52%	48%
out/08	Sala de Leitura	78	38	116	67%	33%
jun/08	Sala de Leitura	7	13	20	35%	65%

Cidadania e protagonismo

Data	Atividade	Número de Inscrições		
		Mulher	Homem	Presença
nov/08	Telecentro	x	x	841
ago/08	Telecentro	x	x	912

Em agosto e novembro de 2008, passaram, em média 876 pessoas por mês pelo telecentro no uso livre do seu espaço.

As atividades de conversa e reflexões, tais como roda de conversa, conversa sobre São Paulo e conversando a gente se entende, também foram predominantemente procuradas pelas idosas, alcançando índice de 93% para 7% na roda de conversa em agosto de 2008.

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
jan/09	Conversa sobre São Paulo	24	6	30	80%	20%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Conversando a gente se entende	7	1	8	4,25	88%	13%	53%
out/08	Conversando a gente se entende	11	2	13	2,75	85%	15%	21%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
nov/08	Roda de Conversa	77	12	89	24,9	87%	13%	28%
ago/08	Roda de Conversa	78	6	84	24,6	93%	7%	29%

Porém, a freqüência constante nessas atividades apresentaram baixos índices, tal como 21% em conversando a gente se entende em outubro de 2008 e 53% de média mensal de freqüência em maio de 2009. Dentre esse tipo de atividades, as rodas de conversa foram as mais procuradas, porém a efetiva participação não superou 29% de freqüência, média apresentada em agosto de 2008.

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Grupo Experimental de Pintura	11	5	16	9,25	69%	31%	58%

O grupo experimental de pintura possui 58% de freqüência mensal em abril de 2009 e uma porcentagem de 69% de mulheres para 31% de homens inscritos.

Língua e Cultura

Entre as atividades oferecidas e pesquisadas, a procura pelo estudo da língua espanhola apresentou maior índice. Em relação às aulas de francês, chegaram a ter quase 3 vezes mais procura no mês de maio de 2009. O número de mulheres predominou significativamente tendo, os homens, o maior índice de procura em 17% (francês) e 7% (espanhol) do mesmo mês. A freqüência média mensal nas aulas teve maior índice em agosto de 2008 com 77% de presença e o menor índice em 50% em maior de 2009 nas aulas de francês.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Espanhol	28	2	30	19	93%	7%	63%
ago/08	Espanhol	19	2	21	13,4	90%	10%	64%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Francês	10	2	12	6	83%	17%	50%
ago/08	Francês	11	2	13	10	85%	15%	77%

Cordel: lendas brasileiras e moda - Carmem Miranda tiveram uma pequena parcela de participação masculina, sendo que 9% foram homens inscritos nas aulas de moda em maio de 2009, chegando a 21% em cordel em outubro de 2008. A freqüência nas aulas de moda teve altos índices, chegando a 88% de presença média no mês de abril de 2009. Cordel atingiu maior índice em outubro de 2008 com 50%.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Cordel: lendas brasileiras	9	2	11	3,5	82%	18%	32%
out/08	Cordel: lendas brasileiras	11	3	14	7	79%	21%	50%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Moda - Carmem Miranda	21	2	23	18,75	91%	9%	82%
abr/09	Moda - Carmem Miranda	20	2	22	19,25	91%	9%	88%

Mulheres Chilenas contou com a participação exclusiva de mulheres e sua média de presença variou de 52% (em outubro de 2008) a 76% (em julho de 2008)

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mar/09	Mulheres Chilenas	18	0	18	11,75	100%	0%	65%
out/08	Mulheres Chilenas	24	0	24	12,5	100%	0%	52%
jul/08	Mulheres Chilenas	14	0	14	10,7	100%	0%	76%

Atividades que não exigem presença contínua no mês, ou seja, atividades isoladas tais como palestras, exibição de filmes, saraus e workshops, tiveram participação masculina, porém a procura por elas ainda foi significativamente maior entre mulheres, sendo que a procura por palestras chegou a ter média de 82% em relação aos homens entre os meses de junho a dezembro de 2008. Esse índice subiu para

85% na procura de workshops entre os meses de setembro a novembro de 2008. Em janeiro de 2009, dois filmes apresentados tiveram apenas uma média de 18% de participação masculina. E no sarau realizado em agosto de 2008, apenas 16% dos participantes eram homens.

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
jan/09	Filme Chega de Saudade	27	8	35	77%	23%
jan/09	Filme O Casamento de Romeu e Julieta	21	3	24	88%	13%

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
ago/08	Sarau Artístico	27	5	32	84%	16%

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
dez/08	Palestra - sexualidade na terceira idade	16	2	18	89%	11%
nov/08	Palestra – Qual a importância do check-up?	45	4	49	92%	8%
out/08	Palestra - Esquecimento é normal com a idade?	39	8	47	83%	17%
set/08	Palestra - Primavera e Envelhecimento	18	2	20	90%	10%
jul/08	Palestra - Maus Tratos contra a pessoa idosa	24	5	29	83%	17%
jun/08	Palestra - Prevenção de quedas	25	7	32	78%	22%
jun/08	Palestra - Aprendendo com a diabetes	11	6	17	65%	35%

		Número de Inscrições			Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos		
nov/08	Workshop - aspectos culturais do envelhecimento	20	2	22	91%	9%
nov/08	Workshop - Prevenção de Diabete	111	15	126	88%	12%
out/08	Workshop - Qualidade de Vida	51	13	64	80%	20%
set/08	Workshop - Miss e Mister CRECI	27	6	33	82%	18%

Arte

As aulas de artesanato, enfeites de meia de seda e origami foram quase que exclusivamente constituídas por idosas. Somente 4% dos homens participaram das aulas de artesanato em março de 2009, 12% de participação masculina em enfeites de meia de seda em julho de 2008 e 10% de participação masculina nas aulas de origami em janeiro e maio de 2009. A média de freqüência mensal foi maior nas aulas de artesanato, chegando a 72% no mês de novembro de 2008. As aulas de enfeite de meia de seda apresentaram um índice de 26% de presença no mês de julho de 2008 e as aulas de origami apresentaram média de 58% de presença nos meses pesquisados.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mar/09	Artesanato	27	1	28	15,4	96%	4%	55%
nov/08	Artesanato	20	0	20	14,4	100%	0%	72%
ago/08	Artesanato	43	0	43	20,6	100%	0%	48%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Enfeites de meia de seda	15	0	15	10,4	100%	0%	69%
out/08	Enfeites de meia de seda	21	0	21	7	100%	0%	33%
jul/08	Enfeites de meia de seda	15	2	17	4,5	88%	12%	26%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Origami	26	3	29	18,25	90%	10%	63%
jan/09	Origami	18	2	20	11	90%	10%	55%
jul/08	Origami	32	0	32	18,5	100%	0%	58%

As aulas de sapateado americano foram bem freqüentadas, apresentando 75% de média de presença em outubro de 2008 e foram formadas, em sua maioria, por mulheres (89% de participantes mulheres em abril de 2009).

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Sapateado Americano	33	4	37	25	89%	11%	68%
out/08	Sapateado Americano	19	4	23	17,25	83%	17%	75%

Já as aulas de violão para iniciantes foram mais procuradas que violão e seresta e a presença contínua foi mais acentuada (70% de presença em maio de 2009). Porém, são nas aulas de violão e seresta que podemos equiparar o número de presença masculina e feminina, tendo, em abril de 2009, uma proporção de 51% de mulheres para 49% de homens.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Violão e Seresta	21	20	41	20,5	51%	49%	50%
out/08	Violão e Seresta	23	21	44	19,25	52%	48%	44%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Violão para Iniciantes	46	20	66	46,25	70%	30%	70%
abr/09	Violão para Iniciantes	45	18	63	43,25	71%	29%	69%
nov/08	Violão para Iniciantes	33	13	46	29,7	72%	28%	65%

As aulas de coral também tiveram numero acentuado de participantes idosas (86% em agosto de 2008) e uma freqüência média que atingiu 71% (maio de 2009). Percussão e canto apresentaram 34% de presença masculina em agosto de 2008 e média de 61% de presença nos meses apresentados. Esse número mostra que essa atividade foi a segunda mais freqüentada por homens no grupo de artes com números equivalentes ao de violão para iniciantes (ficando atrás somente do violão e seresta)

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Coral	41	8	49	34,75	84%	16%	71%
jan/09	Coral	32	9	41	28	78%	22%	68%
ago/08	Coral	38	6	44	29,6	86%	14%	67%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Percussão e Canto Popular	34	14	48	22,25	71%	29%	46%
jan/09	Percussão e Canto Popular	39	13	52	30,4	75%	25%	58%
ago/08	Percussão e Canto Popular	19	10	29	19,5	66%	34%	67%

Nas aulas de teatro, o índice de participação masculina chegou a 3% no mês de outubro de 2008 alcançando somente 19% em maio de 2009.

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Teatro	38	9	47	29,5	81%	19%	63%
out/08	Teatro	38	1	39	23,2	97%	3%	59%
jul/08	Teatro	15	2	17	13	88%	12%	76%

As aulas de desenho e escultura em papel apresentaram o mesmo quadro de participação, tendo em média 80% de usuários do sexo feminino nos meses pesquisados e suas médias de presença atingem 70%.

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
fev/09	Desenho	8	2	10	7	80%	20%	70%
jan/09	Desenho	8	2	10	5,7	80%	20%	57%

		Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
Data	Atividade	Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Escultura em Papel	9	2	11	7,75	82%	18%	70%
abr/09	Escultura em Papel	8	2	10	4,25	80%	20%	43%

Contação de história e Conto – senta que lá vem história possuiram equivalente média de participação e de presença, sendo formados por 75% de mulheres e tendo em média 63% e 66% de presença.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
abr/09	Contação de História	12	4	16	10	75%	25%	63%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
nov/08	Conto - senta que lá vem história	12	2	14	8,25	86%	14%	59%
ago/08	Conto - senta que lá vem história	12	4	16	11,5	75%	25%	72%
jun/08	Conto - senta que lá vem história	12	4	16	11	75%	25%	69%

A dança de salão foi o curso mais procurado desse grupo de atividades e é onde encontramos numero de participação masculina próximos aos cursos de violão e percussão e canto. No mês de maio de 2008 teve seu maior índice de participação (28% formado por homens) e a média de presença mensal atinge 89%, como apresentado no mês de junho de 2008.

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Dança de Salão	72	28	100	77,75	72%	28%	78%
out/08	Dança de Salão	22	7	29	24,2	76%	24%	83%
jun/08	Dança de Salão	74	22	96	85,25	77%	23%	89%

Data	Atividade	Número de Inscrições			Média Presença Mensal	Porcentagem Incrição Fem	Porcentagem Inscrição Masc	Porcentagem Presença Mensal por inscritos
		Mulher	Homem	Inscritos				
mai/09	Dança Senior	45	9	54	28	83%	17%	52%
abr/09	Dança Espanhola	26	0	26	21,5	100%	0%	83%
fev/09	Dança Flamenca	51	0	51	38,33	100%	0%	75%
fev/09	Dança Folclórica	54	16	70	64,33	77%	23%	92%

Danças espanhola, flamenca, folclórica e sênior também são oferecidas, tendo as duas primeiras a participação exclusiva de mulheres. A dança folclórica, em fevereiro de 2009, apresentou maior média de presença (92%) e maior participação masculina (23%). A dança sênior foi freqüentada por 83% de mulheres e apresentou, em maio de 2009, 52% de presença no mês.

6.3. Temas abordados em palestras e workshops

A partir dos temas pesquisados[16], levantei três grupos para análise. O primeiro grupo corresponde aos temas de SAÚDE, que englobam os assuntos que contribuem para a integridade das saúdes física e mental. O segundo grupo aborda assuntos relativos à CULTURA, temas que proporcionam conhecimento de dados atuais pertinentes ao envelhecimento e o terceiro grupo, CIDADANIA, envolve questões sociais.

No período pesquisado (junho de 2008 a julho de 2009) foi encontrado maior número de palestras e workshops que abordaram temas relativos à saúde e menor número relativo à cidadania.

- Saúde: diabete, sexualidade, memória, prevenção de quedas, aspectos psicológicos, aproveitamento de consulta médica, medicamentos, importância do check-up, musicoterapia, odonto geriatria, incontinência urinária, quero ser saudável, depressão, atividade física, alimentação, qualidade de vida, saúde dos pés.
- Cultura: idosos do século XXI, mitos e verdades, esquecimento é normal com a idade?, aspectos culturais do envelhecimento, envelhecimento ativo, envelhecer não é doença.
- Cidadania: violência e maus tratos contra idosos, co-educação entre gerações, direitos humanos, mudança de hábito, Miss e Mister CRECI.

As capacitações abordaram temas pertinentes ao conhecimento do processo de envelhecimento, tais como, aspectos biopsicosociais e culturais, estatuto do idoso e família.

[16] Os temas pesquisados encontram-se no anexo 12.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através dos dados da pesquisa, podemos concluir que os idosos de hoje estão envelhecendo mais e que os programas sociais, educativos, culturais e de lazer para esse público são importantes e fundamentais para a busca da construção de novos papéis (ainda recentes na nossa sociedade) e de novos sentidos para a etapa da vida após o afastamento profissional. *Muitas pessoas hoje chegam a viver 30 anos ou mais aposentadas.* (DOLL, 2007)

Programas relacionados ao lazer têm destaque quando o assunto é proporcionar melhoria na qualidade de vida. Eles proporcionam novas possibilidades de convívio social, desenvolvimento de novas habilidades, atualização de conhecimentos, reflexões sobre o processo de envelhecimento, integração às demais gerações e desenvolvimento de novos projetos de vida. (apud DAL RIO, 2009, p. 3-4) Dessa forma, identificando as necessidades de lazer para os idosos, abre-se a possibilidade de elaborar e propor atividades que atendam e satisfaçam esse grupo. (Pereira, Pereira e Morelli, 2006)

> Não se trata de, simplesmente, oferecer quaisquer atividades para idosos, mas que elas tenham relação com a sua identidade, com suas competências e suas necessidades. (DOLL, 2007)

O CRECI@ possui propostas de lazer e ações sócio-educativas que estimulam o idoso tanto na busca de conhecimentos, como na busca de aquisição de novas habilidades, prazer, desenvolvimento pessoal e cidadania o que o incentiva a refletir sobre seu próprio processo de envelhecimento e reconhecer possibilidades de novo sentido para a vida.

Segundo os dados coletados através do questionário aplicado nos idosos, o perfil sócio demográfico do CRECI@ reflete a realidade brasileira[17], onde encontramos maior número de mulheres, maior número de brancos, acentuado número de aposentados, significativo número de pessoas com mais de 70 anos, o que é indicativo de longevidade, a consanguinidade como eixo principal de união das pessoas que vivem juntas, significativo número de pessoas que moram sozinhas (o que está cada vez mais presente na sociedade), mulheres em maior numero viúvas e homens, casados e maior parte dos idosos com renda média entre R$500,00 e R$1.499,00,

[17] Segundo dados analisados da Síntese de Indicativos Sociais do IBGE em 2009.

Em relação à importância dos centros de convivência para esse grupo etário, a explícita manifestação de alguns idosos e os dados numerosos de oferta e procura dos serviços oferecidos mostram que é fundamental a reflexão e atualização das questões pertinentes à velhice para adequação de políticas públicas para a nova realidade que se apresenta.

> O resultado do trabalho desenvolvido com os idosos pelos Grupos e Centros de Convivência é significativo, sua importância inquestionável e constitui relevante alternativa para ressocialização, melhoria da qualidade de vida e redefinição de seu lugar na sociedade. (DAL RIO, 2009)

Temas como arte, cultura, cidadania e saúde, assim como encontros sociais e jogos são de interesse dos entrevistados, indicando a busca de novas habilidades, de novos conhecimentos, socialização e qualidade de vida. Essas atividades auxiliam na integração social, no resgate de papéis sociais e de novo sentido para a vida.

A tentativa de "preencher tempo" ou "se distrair" reflete a preocupação em resignificar a vida nessa etapa que surge com a longevidade e que tem características, tais como maior tempo livre e um papel na sociedade ainda não definido.

A grande procura pelos serviços do CRECI@ e sua instável freqüência nas atividades podem ser relacionadas à participação social voluntária que a própria definição de lazer de Dumazedier (apud GOMES, 2008) traz. É um tempo para a pessoa fazer o que tem vontade, quando tem vontade e porque existe sentido. E, assim como o interesse por determinadas atividades acontecem pelo hábito de vida, o tempo dedicado a elas também varia de acordo com suas próprias vivências. A busca por atividades que acrescentem à vida e à saúde é uma justificativa para freqüentar os programas oferecidos e estes devem incentivar e proporcionar cidadania, reinserção social, novas concepções da velhice e autonomia.

A presença significativamente maior de número de idosas nesses programas pode ser explicado tanto pela questão demográfica (as mulheres vivem mais) quanto por razões sociais, algumas encontradas em dados de pesquisa[18] feita com homens idosos que apontam para um interesse maior de lazer fora dos centros sociais, tais como conversas de bar, ouvir rádio, jogar, tendo maior identificação com espaços públicos. Ao contrário, as mulheres procuram as relações e atividades nos grupos de convivência (ambientes semiprivados) por serem locais que oferecem maior segurança do que os

[18] Pesquisa feita por FERNANDES, M.G.M. e MEDEIROS, R.P.C. na unidade de Saúde da Família Cruz das Armas I em jan/06.

ambientes públicos. Outra questão que pode explicar a menor participação dos homens é referente às razões pessoais. Os homens são mais reservados que as mulheres.

Ainda apontado pelos mesmos homens da pesquisa citada acima, a falta de incentivo e esclarecimento quanto ao objetivo das atividades também são motivos para não buscarem a participação.

Muitos preconceitos e estereótipos resultam de falsas crenças a respeito da competência e da produtividade dos idosos. (NERI, 2007) As atividades dos centros de convivência auxiliam na revisão desses estereótipos e na construção de novas conquistas baseadas na realidade dos 'novos idosos'. A reconstrução de consciências se faz fundamental, pois, ainda segundo Neri, *as atitudes sociais em relação à velhice influenciam as práticas sociais em relação ao idoso*. Ou seja, o preconceito exclui e isola o idoso na medida em que desvaloriza suas competências. Quando o idoso participa dessa reconstrução, ele se torna agente responsável pelos novos conceitos e novas políticas dirigidas a esse grupo, pois ela é feita com mais autenticidade.

Essa pesquisa é resultado de uma primeira exploração acerca dos interesses e necessidades dos idosos na busca de uma reflexão mais conscientizada sobre as questões que envolvem lazer, atividades educativas e processo de envelhecimento com o objetivo de contribuir na elaboração de novas e adequadas propostas de trabalho para esse público.

O CRECI@ é um centro que contribui para a transformação dos valores dessa nova sociedade, promovendo aos idosos a possibilidade de acesso à educação, informação, cultura, lazer que contribuem para seu desenvolvimento pessoa e social, pois incentiva o idoso à pratica da cidadania. Iniciativas como essa devem ser divulgadas para que se amplie o conhecimento sobre a velhice e haja interlocução entre os órgãos públicos e privados e a sociedade.

> Embora essas considerações reforcem o nosso interesse em compreender o significado da concepção de lazer para essa população, sabemos que, a questão do lazer, é apenas uma parte dentre vários outros aspectos relacionados à vida das pessoas da terceira idade, o qual deve ser considerado e cada vez mais, merecedor de novos estudos e pesquisas que resulte em melhorias na qualidade de vida dessa população[19]. (apud Pereira, Pereira e Morelli, 2006, 2000).

[19] MARCELLINO, N.C. *Estudos do lazer: Uma introdução.* 2 ed. Campinas, São Paulo: Autores Associados, 2000.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICA

BERES, V.L.C. *Quando nos tornamos velhos? Aspectos internos e externos desta questão*. 1ed. São Paulo: Vetor, 2002.

DALLARI, D.D. *Direitos Humanos e Cidadania*. São Paulo: Moderna, 1998.

DEBERT, G.G. *A Reinvenção da Velhice: socialização e processo de reprivatização do envelhecimento*. São Paulo : Editora da Universidade de São Paulo : Fapesp, 1999

DIMENSTEIN, G. *O Cidadão de Papel: a infância, a adolescência e os Direitos Humanos no Brasil*. 19°ed. São Paulo : Editora Ática, 2001.

DOLL, J. *Educação, cultura e lazer: perspectivas de velhice bem sucedida*. In Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade. NERI. A.L (org). São Paulo : Editora Fundação Perseu Abramo, Edições SESC, 2007.

FERNANDES, M.G.M. e MEDEIROS, R.P.C. *Grupo de Convivência: percepção dos homens idosos e condições dificultadoras para a sua inclusão*. In Revista A Terceira Idade – estudos sobre envelhecimento. p. 15-27. São Paulo : SESC-GETI, fev. 2008

FREITAS, E.V. *Demografia e epidemiologia do envelhecimento*. In Tempo de Envelhecer: percursos e dimensões psicossociais. Org PY,L.; PACHECO, J.L.; SÁ, J.L.M. e GOLDMAN S.N. p. 19-35 Rio de Janeiro : Nau editora, 2004.

MOTTA, A.B. *Sociabilidades possíveis: idosos e tempo geracional*. In PEIXOTO, C.E. (org) Família e Envelhecimento. Rio de Janeiro : Ed. FGV, 2004.

NERI, A.L. *Atitudes e preconceitos em relação à velhice*. In Idosos no Brasil: vivências, desafios e expectativas na terceira idade. NERI. A.L (org). São Paulo : Editora Fundação Perseu Abramo, Edições SESC, 2007.

ANAIS:
GOMES, C.L.. *Lazer e descanso*. Anais do IX Seminário 'Lazer em debate'. São Paulo: USP, 2008. Disponível em:
http://www.eeffto.ufmg.br/celar/_interface/main/biblioteca/livros/16.pdf
Acesso em 05/10/2009.

MARQUES, J. C. *O Protagonismo dos Idosos na Gestão dos Núcleos Vida Saudável*. Faxinal do Céu, Paraná: Anais do IV Congresso Sulbrasileiro de Ciências do Esporte, 2008. Disponível em:
http://www.rbceonline.org.br/congressos/index.php/CSBCE/IVCSBCE/paper/viewFile/273/205
Acesso em 29/09/2009.

ARTIGOS:
BRANCO, P. Envelhecer com cidadania: quem sabe um dia? Disponível em: http://www.portaldoenvelhecimento.net/acervo/artieop/Geral/artigo280.htm Acesso em 04/09/2009.

CHAGAS, FILHO, A.A. *Rede de proteção aos idosos e violação dos seus direitos*. Disponível em: http://www.portaldoenvelhecimento.net/pforum/aptv38.htm Acesso em 19/09/2009.

DAL RIO, M.C. *Construção de novas formas de sociabilidade no processo de envelhecimento e na velhice*, artigo elaborado para Secretaria Estadual do Desenvolvimento e Assistencia Social e Fundação Padre Anchieta, São Paulo, 2009.

OLIVEIRA, M.G.L. *Políticas Públicas e Idoso*. Disponível em: http://www.portaldoenvelhecimento.net/acervo/pforum/eqvspp1.htm Acesso em 15/09/2009.

PEREIRA, L.A., PEREIRA, A.V.S e MORELLI, G.A.S. *A Importância do Lazer na Terceira Idade: um estudo de caso em Ribeirão Preto*. Disponível em http://www.efdeportes.com/efd98/tidade.htm. Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 98 - Julio de 2006. Acesso em 04/09/2009.

Sites:

http://www.portaldoenvelhecimento.net

http://www.ibge.gov.br

http://www6.prefeitura.sp.gov.br

http://www.croph.org.br

http://www.saopaulominhacidade.com.br

http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/2003/L10.741.htm (Estatuto do Idoso)

www.senado.gov.br/conleg/Idoso/DOCS/Estadual/.../Lei12548.doc (Lei Estadual n°12.548)

9. ANEXOS

ANEXO 1

CARTA DE INFORMAÇÃO AO SUJEITO DA PESQUISA

Eu, Iara Simonetti Racy, aluna do curso de aperfeiçoamento em *Gerontologia Social* no Instituto Sedes Sapientiae, estou realizando uma pesquisa, intitulada *CRECI@ - o perfil de seus freqüentadores.*

A presente pesquisa tem por objetivo traçar o perfil dos usuários do CRECI@ - Centro de Referência e de Cidadania do Idoso.

Os dados para o estudo serão feitos através de um levantamento de registros das atividades realizadas pela instituição, assim como a aplicação de um questionário dirigido aos freqüentadores da mesma.

O processo não envolve riscos a integridade física e psicológica do participante, o qual poderá interromper o procedimento a qualquer momento. O estudo será dirigido pela própria pesquisadora e os dados obtidos terão finalidade acadêmica, visando contribuir para um maior conhecimento do tema estudado e mantendo em absoluto sigilo todo e qualquer dado de identificação.

_____

Iara Simonetti Racy

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE ESCLARECIDO

Pelo presente instrumento, que atende à exigências legais, o (a) senhor (a) _____, sujeito de pesquisa, após leitura da CARTA DE INFORMAÇÃO AO SUJEITO DA PESQUISA, ciente dos serviços e procedimentos aos quais será submetido, não restando quaisquer dúvidas a respeito do lido e do explicado, firma seu CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO de concordância em participar da pesquisa proposta.

Fica claro que o sujeito de pesquisa ou seu representante legal pode, a qualquer momento, retirar seu CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO e deixar de participar do estudo alvo da pesquisa e fica ciente que todo trabalho realizado torna-se informação confidencial, guardada por força do sigilo profissional.

_____

Assinatura

ANEXO 2

Pesquisa: CRECI@ - o perfil de seus frequentadores

1. IDADE: _____

2. SEXO ( ) FEMININO ( ) MASCULINO

3. COR OU RAÇA:

( ) BRANCA

( ) PARDA

( ) PRETA

( ) AMARELA

( ) INDÍGENA

4. ESCOLARIDADE:

( ) ENSINO FUNDAMENTAL

( ) ENSINO MÉDIO

( ) SUPERIOR

( ) MESTRADO

( ) DOUTORADO

( ) OUTRO. QUAL? _____

5. ESTADO CIVIL:

( ) SOLTEIRO (A)

( ) COMPANHEIRO (A)

( ) CASADO (A)

( ) DIVORCIADO (A)

( ) VIÚVO (A)

6. FILHOS:

( ) NENHUM

( ) UM

( ) DOIS

( ) TRÊS

( ) MAIS DE TRÊS

7. RENDA MENSAL:

( ) ATÉ R$ 499,00

( ) entre R$ 500,00 e R$ 1.499,00

( ) entre R$ 1. 500,00 e R$ 2.499,00

( ) entre R$ 2. 500,00 e R$ 3.499,00

( ) entre R$ 3.500,00 e R$ 4.499,00

( ) acima de R$ 4.500,00

8. É APOSENTADO (A)? ( ) SIM ( ) NÃO

9. TRABALHA ATUALMENTE? ( ) SIM ( ) NÃO
   Se sim, em qual profissão? _____

10. CIDADE NA QUAL RESIDE:
    _____

Caso seja em São Paulo:

( ) ZONA SUL

( ) ZONA NORTE

( ) CENTRO

( ) ZONA LESTE

( ) ZONA OESTE

11. COM QUEM MORA?

( ) CÔNJUGE

( ) COMPANHEIRO (A)

( ) FILHOS(AS)

( ) AMIGOS(AS)

( ) SOZINHO(A)

( ) OUTRO. QUEM? _____

12. O QUE O(A) MOTIVOU A PARTICIPAR DO CRECI@?

_____

_____

13. DESDE QUANDO FREQÜENTA O CRECI@?

_____

14. COM QUE FREQÜÊNCIA VAI AO CRECI@?

( ) uma a três vezes por mês

( ) uma a três vezes por semana

( ) todos os dias

( ) não há uma freqüência estável

( ) Outro. _____

15. FREQUENTA OUTRAS INSTITUIÇÕES? ( ) SIM( ) NÃO

Se sim, qual(is)? _____

16. SENTE FALTA DE ALGUMA ATIVIDADE NO CRECI@? ( )

SIM ( ) NÃO

Se sim, qual(is)? _____

17. O QUE MAIS GOSTA NO CRECI@?

_____

_____

18. O QUE MENOS GOSTA NO CRECI@?

_____

_____

19. QUE TIPO(S) DE ATIVIDADE(S) MAIS O(A) ATRAI?

( ) MUSICA
( ) DANÇA
( ) LEITURA
( ) COMPUTADOR
( ) ESPORTE
( ) JOGOS
( ) CONVERSAS E REFLEXÕES
( ) ARTESANATO
( ) ARTES PLÁSTICAS
( ) CINEMA
( ) FOTOGRAFIA
( ) GINÁSTICA
( ) TEATRO
( ) CAMINHADA
( ) BAILES
( ) OUTRO(S). QUAL(IS)? _____

20. QUAIS ATIVIDADES FREQÜENTA NO CRECI@?

( ) PINTURA
( ) CAPOEIRA
( ) PERCUSSÃO E CANTO
( ) CORDEL: LENDAS BRASILEIRAS
( ) CONTAÇÃO DE HISTÓRIAS
( ) YOGA
( ) ARTESANATO
( ) RODA DE CONVERSA
( ) MODA: CARMEM MIRANDA
( ) ESCULTURA DE PAPEL
( ) DANÇA ESPANHOLA
( ) XADREZ
( ) VIOLÃO
( ) ORIGAMI
( ) TEATRO
( ) ALONGAMENTO E FLEXIBILIDADE
( ) TAI CHI PAI LIN
( ) DANÇA SENIOR
( ) ENFEITES DE MEIA DE SEDA
( ) DANÇA DE SALÃO
( ) CORAL
( ) FRANCÊS OU ESPANHOL
( ) TÉCNICAS ARTESANAIS
( ) BAILE
( ) PALESTRAS/WORKSHOPS
( ) LEITURA
( ) JOGOS
( ) INTERNET
( ) OUTRO(S). _____
_____

1. ESPAÇO DISPONÍVEL PARA OBSERVAÇÕES, SUGESTÕES, CRÍTICAS, ETC.

_____

_____

_____

_____

_____

_____

_____

ANEXO 3 – O QUE O(A) MOTIVOU A PARTICIPAR DO CRECI@?

Homens:

- *Amar.*
- *Convivência Social.*
- *Como ponto de referência.*
- *Para aprender a tocar violão, fazer amizades e participar das oficinas como a padaria e concurso de mister CRECI@.*
- *Terapia Ocupacional.*
- *Iniciação a aprendizagem de violão.*
- *Aprender.*
- *Melhorar o condicionamento físico.*
- *Ampliar meus conhecimentos, principalmente na pintura (sou voluntário há 2 anos).*

Mulheres:

- *Por tudo o que é oferecido aos idosos e os recepcionistas que são maravilhosos e educados.*
- *Gosto de estar com pessoas e aprender várias coisas, faço ensaio de teatro.*
- *Na experiência de uma vida melhor.*
- *Participar das atividades criativas e culturais.*
- *Centro de referência.*
- *Tive boas informações e pude constatar que são autênticas. Parabéns e desejo sucesso em todas as atividades.*
- *Solidão.*
- *Amizades.*
- *Através do Grupo da Melhor Idade Mariamã.*
- *Preencher o tempo e, ao mesmo tempo, aprender.*
- *Para distração.*
- *Dança espanhola.*
- *Porque eu ficava sozinha e queria aprender a fazer artesanato.*
- *Centro de referência.*
- *Fazer amigos e ter atividades para melhorar a auto-estima.*

- *Por ser um bom ambiente.*
- *Ginástica: yoga e tai chim.*
- *Atividades em geral.*
- *Grupo de chilenas.*
- *A principio por ter algo a fazer e continuei pelas atividades das quais participo e das companheiras.*
- *O médico recomendou.*
- *Pelo fato de estar com pessoas da minha idade e até mais, senti firmeza e companheirismo.*
- *Atividades – amizades.*
- *Curso de computação.*
- *Exercitar a coordenação motora, auxilia a memória fazer novas amizades.*
- *Tem muitas atividades que eu posso fazer.*
- *Porque tem muitas oficinas.*
- *O que me levou a procurar o CRECI@ foi o coral e os cursos de artesanato e também aulas de violão.*
- *Frequento o CRECI@ por motivo de todas as aulas que faço, atendimento e lazer.*
- *Ampliar o convívio social e fazer exercícios físicos.*
- *Aproveitamento das horas, pois venho trazer a neta (12 anos) no ballet.*

ANEXO 4 – O QUE VOCÊ MAIS GOSTA NO CRECI@?

Homens:

- *A diversidade das pessoas.*
- *Aula de pintura.*
- *Tudo, principalmente, elas.*
- *O que eu mais gosto no Creci é a amizade e o carinho com que os funcionários recebem as pessoas.*
- *Trabalhos manuais.*
- *Convivência.*
- *Atendimento/orientação.*
- *Do coral e afromix.*
- *Do que fiz e faço aqui com os oficineiros e os que dirigem.*

Mulheres:

- *Sociabilidade de todos os participantes.*
- *Gosto de tudo.*
- *Todas as aulas. Violão, coral, teatro, percussão.*
- *Acho ótimo todos os cursos que o Creci oferece. Pretendo, em breve, participar de mais cursos nesse local.*
- *Gosto de tudo.*
- *Todas as oficinas que faço.*
- *Curso de pintura e violão.*
- *Atividades, amizade , principalmente, de todo grupo de funcionários e dirigentes.*
- *No Creci eu gosto de tudo. Só não faço outras oficinas pelo fato de fazer outras atividades acima (ACM).*
- *Dança espanhola e a atenção de todos.*
- *Esta é a pergunta mais difícil de responder, pois aqui eu tenho tudo, é minha segunda casa.*
- *Eu gosto muito do grupo de dança e de todos os grupos que participo.*
- *Tudo.*
- *Yoga e aula de pintura.*
- *Tudo, mas não posso participar de todas.*
- Do aconchego dos dirigentes e trabalhadores e do carinho e compreensão com todas os idosos.
- *Dança espanhola.*
- *Dos artesanatos.*
- *Dança espanhola.*
- *Gosto de dançar, fazer atividades.*
- *Pintura, dança espanhola.*
- *De todas as atividades desenvolvidas pelo Creci.*
- *Capoeira e artesanato.*
- *O encontro com todos e o calor dos funcionários.*

- *O bom atendimento das funcionárias na recepção, na organização, convivência e higiene.*
- *Tudo.*
- *Falta experiência para opinar.*
- *De todas as atividades que freqüento, sem exceção.*
- *De tudo que assisto, gosto de tudo. Conversar e ver que as outras pessoas fazem é ótimo.*
- *Não há motivo para não gostar. Gosto de todos os cursos e pretendo cursá-los.*
- *Não dá pra fazer tudo, então só escolhi a dança espanhola e o violão.*

ANEXO 5 – O QUE VOCÊ MENOS GOSTA NO CRECI@?

Homens:

- *Não sei.*
- *Nada.*
- *É a falta de espaço para oficina de violão na sexta-feira. Nós não temos um lugar adequado. Isso me deixa muito triste.*
- *Não sei. Os cursos que participo eu gosto deles, não conheço todos.*
- *Cerceamento ao tabagismo.*
- *Não definido.*

Mulheres:

- *Nos dias em que as atividades são em menores números.*
- *Não tenho nenhuma queixa.*
- *Tido no Creci me agrada muito.*
- *Lanchonete com comida inadequada.*
- *Não tenho que reclamar.*
- *Não tenho o que não gostar de um lugar que me deixa sentindo como jovem de 35 ou 45 anos.*
- *Ele fecha nos fins de semana! Que pena.*
- *Pessoas que não praticam nenhuma atividade e atrapalham as aulas de yoga e tai chin em conversas inúteis, o que ocasiona o descontentamento de muitas alunas, inclusive eu.*
- *Falta de fim de semana.*
- *Nada. Gosto de tudo.*
- *Nada a reclamar.*
- *Não tem nada que desagrade.*
- *Falta experiência para opinar.*
- *Nada a declarar.*
- *Nada a declarar.*
- *Falta de cavalheiros para dançar.*

ANEXO 6 – VOCÊ SENTE FALTA DE ALGUMA ATIVIDADE NO CRECI@?

Homens:

- *Bocha e voley adaptado (poderia ser no ibirapuera ou parque da juventude)*

Mulheres:

- *Ginástica na 2° de manhã.*
- *Dança flamenca e computação.*
- *Cavalheiros para dançar.*
- *Línguas.*
- *Mais aula de dança, 2 a 3 x por semana.*
- *Danças portuguesas.*
- *As aulas de sapateado estão limitadas por falta do tablado...*
- *Esportes, tênis de mesa.*
- *Condicionamento físico.*
- *Condicionamento físico e curso de fotografia.*

ANEXO 7 - ESPAÇO DISPONÍVEL PARA OBSERVAÇÕES, SUGESTÕES, CRÍTICAS...

Homens:

- *Eu gostaria que nós, da oficina de violão de sexta-feira, tivéssemos um local melhor para ficar, mais concentrado nos estudos. Nós somos jogados para todo o lado do salão, não temos um local certo, ou melhor, uma classe adequada para cantar, tocar violão.*
- *Sugiro o estudo de projeto para a abertura de um restaurante para pratos rápidos. Nada com muito requinte.*
- *Organizar melhor nossa biblioteca e local onde dispor nossas obras.*

Mulheres:

- *Acho que a lanchonete do Creci deixa muito a desejar.*
- *Não tenho nada a declarar, gosto muito do curso que estou fazendo de violão. O professor é ótimo, tem uma paciência com os idosos. Sendo assim, merece todo o meu respeito e admiração.*
- *Eu gostaria de ter mais tempo para poder freqüentar mais atividades, mas me falta tempo. Estou ciente com que faço.*
- *Que houvesse mais atividades no período da manhã. Para quem mora longe é difícil freqüentar a tarde.*
- *Meus agradecimentos pelo que é proporcionado nesta entidade. Nota 10 com louvores.*
- *Estou a espera de vaga para a dança de sapateado. Tem uma procura bem grande, mas não tem o tablado... gostaria que tivesse como resolver essa carência.*
- *Acho que todos os cursos são bons de acordo da preferência dos freqüentadores.*
- *Gostaria que o poder público continuasse investindo no C.R.E.C.I. porque ele é fundamental para nós, idosos.*
- *Não tenho nenhuma crítica a fazer, só tenho elogios a fazer. As pessoas (funcionários) são ótimos, educados e gentis e os professores são ótimos. Parabéns a todos eles.*
- *Tenho somente a agradecer o CRECI. Parabéns!*
- *Prefeitura poderia se empenhar mais com o espaço do Creci.*
- *Não tenho críticas e sim elogios. Vamos procurar melhorar cada vez mais a nossa 2° casa, ok.*
- *Desde que comecei a freqüentar o Creci, me senti confiante, me levantou a auto estima e com a minha idade que logo chegarei aos 70 anos, quero poder dizer: como se falava antes, a vida começa aos 40 e a velhice a 41. Agora eu digo que a vida começa aos 70 e a velhice aos 101. Obrigada.*

- *Aqui é um espaço que nós, idosos, nos sentimos <<gente>>. Falamos com todos e somos ouvidos. Não que nossos filhos, netos não nos ouvem, é que cada um tem sua vida particular. Logo, é nesse espaço que se resolve sem ninguém se sentir abandonado. É muito bom esse convívio.*
- *Eu me sinto realizada aqui no Creci. Eu gosto muito da dança espanhola, gosto do grupo de chilenas onde nos lembramos de nosso país, nossas raízes, nossa história. Eu sou uma eterna agradecida ao Brasil. Eu amo, assim como eu amo o Chile. (traduzido)*
- *Sinto que entre os freqüentadores não tem união (sinto) e isso me deixa triste, pois somos todos irmãos. Temos uma meta, viver cada dia feliz e passar aos outros um pouco dessa felicidade.*
- *Gostaria que tivesse ginástica.*
- *Só tenho elogios, para todos os que trabalham e dirigem, professores e os amigos que conquistei, graças ao Creci.*

ANEXO 8 – ALGUNS TEMAS ABORDADOS EM PALESTRAS, WORKSHOPS E CAPACITAÇÕES (2008/2009)

Palestras em 2008:

- Sexualidade na terceira idade
- Prevenção de quedas em idosos
- Aprendendo com a diabetes
- Violência e maus tratos contra a pessoa idosa
- Aspectos psicológicos do envelhecimento
- Co-educação entre gerações
- Cultura
- Direitos Humanos
- Projeto saúde não tem idade
    - Quem são os idosos do século XXI?
    - Envelhecimento: mitos e verdades.
    - Esquecimento é normal com a idade?
    - Dicas de memória
    - Como aproveitar a consulta médica?
    - Medicamentos: solução ou problema?
    - Qual a importância do check up?
    - Mudança de hábitos na vida.

Palestras em 2009

- Prevenção de quedas
- Combate à violência contra a pessoa idosa
- Musicoterapia no envelhecimento
- Envelhecimento ativo
- Odonto geriatria
- Incontinência urinária
- Projeto saúde não tem idade
    - Como aproveitar bem a consulta médica.
    - Quero ser saudável.
    - Proteja-se da depressão.

- Dicas de memória.
- Atividade física – mexa-se!
- Alimente-se bem.
- Envelhecer não é doença
- Esquecimento é normal?

Workshops em 2008

- Aspectos culturais do envelhecimento
- Prevenção de diabete
- Qualidade de vida
- Miss e Mister CRECI

Workshops em 2009

- Saúde dos pés
- Aspectos psicológicos do envelhecimento
- Aspectos cognitivos – memória e envelhecimento

Capacitações em 2008:

- Apresentação do programa de educação continuada em gerontologia.
- Aspectos biopsicossociais do envelhecimento.
- Processo criativo e geração de renda.
- Estatuto do idoso e políticas pública.
- Família.
- Aspectos culturais do envelhecimento.