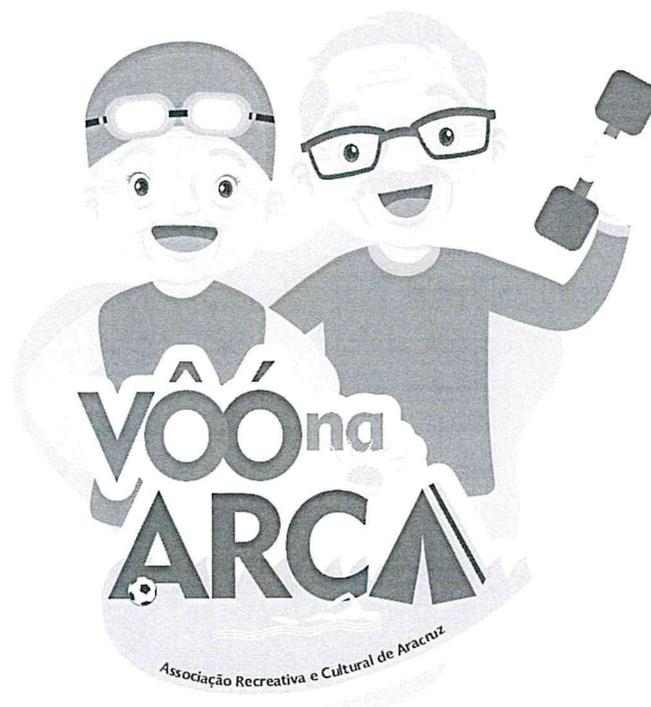




## PLANO DE TRABALHO PROJETO VÔÓ NA ARCA



Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



## PLANO DE TRABALHO

(Artigo 22 da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015)

### PROJETO VÔÓ NA ARCA

<b>1 – IDENTIFICAÇÃO</b>		
<b>1.1 DADOS GERAIS DA ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL (OSC)</b>		
Nome: Associação Recreativa e Cultural de Aracruz		
Telefone : (27) 3256-1155/9946-9454	CNPJ: 27.451.194/0001-06	
Rua: Rodovia Demócrito Moreira nº 50	CEP: 29.192-243	
Bairro: Fátima	Cidade: Aracruz	
E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br	Home <a href="https://instagram.com/arcaaracruz?igshid=NGNiaGwzNzJ5ODQ1">https://instagram.com/arcaaracruz?igshid=NGNiaGwzNzJ5ODQ1</a>	Page:
Conta Corrente: 36439776	Banco: Banestes	Agência: 0111

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



1.2 IDENTIFICAÇÃO DO RESPONSÁVEL LEGAL PELA OSC		
Nome: Fábio Campos Dos Reis		Tel: (27) 99974-1118
RG:1.076.392-ES	Órgão exp.: SSP	CPF: 005.428.547-08
Cargo: Presidente	Função: Presidente	
Rua: Avenida Morobá, Nº 35, Morobá, Aracruz/ES		CEP: 29.192-733

1.3 RESPONSÁVEL TÉCNICO		
Nome: Maycarla Gomes do Nascimento		Tel: (27) 997667558
RG:13445435	Órgão exp.: SPTC-ES	CPF: 15528101786
Assistente social do projeto	Registro no conselho: 08507	
Rua: Continente Americano, n 045, Itaputera		CEP: 29.193-340
E-mail: maycarla.nascimento@gmail.com		



## 2 – HISTÓRICO INSTITUCIONAL:

A Arca – Associação Recreativa e Cultural de Aracruz foi criada em 10/10/1984 com o nome inicial de ARCA - Associação Recreativa e Cultural dos Empregados da Aracruz Florestal S.A, na época sua finalidade era de promover e contribuir para o surgimento, aperfeiçoamento e desenvolvimento de atividades de lazer, esporte e entretenimento dos empregados do grupo ARFLO. No ano de 1989 com maioria de votos, houve uma permuta de terrenos entre ARFLO e ARCA, onde a ARFLO construiria o complexo esportivo e cederia a ARCA em “Regime de Comodato” e por prazo “indeterminado” sem prejuízos para os associados.

Após mudanças estatutárias no ano de 2011 a Arca passou a promover atividades recreativas, desportivas, culturais, sociais e atividades congêneres, sem objetivos econômicos, assumindo um papel socioesportivo não só para seus associados, mas também para o município de Aracruz. Além disso, ao longo de seus 39 anos de história, o investimento em infraestrutura da Associação, permitiu que a Arca se tornasse um espaço único com 32.840 m<sup>2</sup> com diversas opções para a prática de esportes e lazer para a população aracruzense.

Nossa infraestrutura conta com:

- Piscina semi-olímpica;
- Piscina infantil;
- Quadra coberta;
- Quadra externa;
- Sala medindo 38m<sup>2</sup>;
- Salas;



- Camarim coletivo 25,38m<sup>2</sup>, com banheiros;
- Camarim individual 17,95m<sup>2</sup>, com banheiro;
- Palco fixo 210m<sup>2</sup>;
- Pista de atletismo;
- Arena areia 317,25m<sup>2</sup>;
- Vestiários e banheiros;
- Academia;
- Campo de futebol infantil.

Nosso quadro de recursos humanos conta com:

- 1 supervisora;
- 1 auxiliar administrativo;
- 2 educadores físicos (contrato de parceria);
- 1 professor de zumba (contrato de parceria);
- 2 professores de jiu-jitsu (contrato de parceria);
- 3 auxiliares de serviços gerais;
- 2 executores de serviços gerais;

Na Arca já foram desenvolvidos os seguintes projetos:

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



- **Ginástica Rítmica** para crianças e adolescente da rede municipal de ensino;
- **Música** para crianças e adolescentes da rede municipal de ensino;
- **Natação** para crianças e adolescente da rede municipal de ensino;
- **Atletismo** para crianças e adolescente da rede municipal de ensino;
- **Hidrogenástica** para atender a melhor idade;

A Arca realizou entre os anos de 2008 a 2016 alguns projetos sociais através de Cooperação Técnica e financeira com a SEMED, a saber:

- **Ginástica Rítmica** (crianças e adolescente da rede municipal de ensino);
- **Música** (crianças e adolescentes da rede municipal de ensino)
- **Natação** – (crianças e adolescente da rede municipal de ensino)
- **Atletismo** - (crianças e adolescente da rede municipal de ensino).

Durante os anos de 2008 a 2019 desenvolvemos também **Hidrogenástica**, para 100 pessoas idosas, através de contrato de locação e parceria com a SEMDS.

Com o IFES – Instituto Federal do Espírito Santo, a Arca realiza contrato de locação de espaço para utilização dos estudantes para a prática de educação física.

Atualmente são desenvolvidas as seguintes atividades:

- Aula de Natação particular para 10 crianças e 9 adultos desde 2008;
- Futebol de campo infantil para 92 crianças desde 2021;



- Futsal Infantil para 67 alunos parceria com Brakucas desde 2023;
  - Ginástica Rítmica para 90 alunas desde 2023;
  - Jiu-Jitsu para 35 alunos desde 2022;
  - Voleibol de quadra para 8 alunos;
- Todas as atividades acima funcionam em formato de parceria entre a Arca e os professores.

Todas essas atividades já desenvolvidas e em desenvolvimento demonstram a capacidade técnica, operacional e de infraestrutura da Associação Recreativa e Cultural de Aracruz que permitirão, aliados ao planejamento e gestão da presente proposta de projeto, obter êxito na execução do pretense projeto **Vôô na Arca**.

### **3- SÍNTESE DA PROPOSTA:**

#### **3.1. - IDENTIFICAÇÃO DO OBJETO**

A presente proposta vislumbra ofertar aulas de hidroginástica, treinamento funcional e zumba, (zumba nos meses de junho, julho e agosto em substituição a hidroginástica) divididos em duas turmas: uma matutina e outra vespertina, e ofertar eventos para promover a integração entre os participantes para incentivar a convivência e combater o isolamento social, para até 100 idosos prioritariamente em situação de vulnerabilidade social de Aracruz/ES, a serem realizadas na Arca durante o ano de 2024.

#### **3.2. OBJETIVOS DA PROPOSTA:**

- Ofertar aulas de hidroginástica, zumba e treinamento funcional para até 100 idosos preferencialmente para os que se encontram em situação de vulnerabilidade



social de Aracruz;

- Promover a integração entre os participantes do projeto e seus familiares através da realização de eventos;
- Promover a melhoria da saúde e da qualidade de vida dos idosos, favorecendo a manutenção da autonomia e independência;
- Prevenir o desenvolvimento de doenças crônicas e o agravamento de condições de saúde existentes;
- Aumentar a força muscular, flexibilidade e resistência cardiovascular;
- Estimular o convívio social e combater a solidão e o isolamento social.

### **3.3. RESULTADOS ESPERADOS:**

- Melhoria na condição física dos idosos, com aumento da força muscular, flexibilidade e resistência cardiovascular;
- Melhoria na qualidade de vida e na autonomia dos idosos;
- Combate ao isolamento social e promoção da convivência entre os participantes;
- Prevenção de doenças crônicas e agravamento de condições de saúde existentes.

### **3.4. ABRANGÊNCIA DA PROPOSTA:**

Município de Aracruz/ES.

### **3.5. PÚBLICO BENEFICIÁRIO:**

Pessoa idosa com idade igual ou superior a 60 anos, priorizando idosos em situação de vulnerabilidade social.

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



### **3.6. CAPACIDADE DE ATENDIMENTO:**

Até 100 idosos.

### **3.7. PERÍODO REFERÊNCIA PARA EXECUÇÃO DO OBJETO:**

Início: 01/03/2024 Término: 28/02/2025.

## **4 – DESCRIÇÃO DA REALIDADE QUE SERÁ OBJETO DA PARCERIA E O NEXO COM AS ATIVIDADES PROPOSTAS E COM AS METAS A SEREM ATINGIDAS (Art. 22, I, da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015)**

### **4.1. DIAGNÓSTICO:**

Aracruz, segundo o último censo do IBGE apresentou uma taxa de crescimento populacional de 15,8% (quinze vírgula oito por cento), contando atualmente com 94.765 (noventa e quatro mil setecentos e sessenta e cinco mil habitantes, deste total 47.872 (quarenta e sete mil, oitocentos e setenta e duas) são mulheres e 46.893 (quarenta e seis mil, oitocentos e noventa e três) são homens.

O aumento populacional deu-se em razão do desenvolvimento do município de Aracruz, atraindo inúmeros investimentos e consequentemente pessoas em busca de emprego, tornando a cidade de Aracruz a 10ª mais populosa do Estado do Espírito Santo e a 339ª dentre os 5.568 municípios brasileiros.

Segundo o IBGE, conforme dados do último censo demográfico, Aracruz apresenta 12.298 (doze mil, duzentos e noventa e oito) idosos, com idade de 60 a 84 anos, que poderiam ser assistidos pelo projeto apresentado, garantindo uma melhor qualidade de vida durante a terceira idade.



Atualmente o Poder Público municipal não possui nenhum projeto em execução especificamente de hidroginástica e funcional, que agregam mais qualidade de vida e saúde aos idosos, além disso, as estruturas mantidas pelo poder público municipal não são suficientes para atender todos os idosos que vivem em nossa cidade. O projeto busca atender cerca de 100 (cem) idosos, com idade superior a 60 anos.

Garantir um envelhecimento saudável da população deve ser considerado prioridade pelo Poder Público, principalmente quando cerca de 12,97% da população se encaixam na faixa etária de 60 a 84 anos, que serão atendidos pelo projeto.

A localização estratégica da Associação Recreativa e Cultural de Aracruz favorece o atendimento do seu público alvo, idosos em situação de vulnerabilidade social, conforme observa-se no mapa abaixo:



(Local de realização do projeto, com fácil acesso às comunidades mais carentes do município de Aracruz)

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



#### **4.2. JUSTIFICATIVA DA PROPOSTA:**

Atualmente na sede do município existe tão somente um Centro de Convivência dos Idosos, porém, o local não conta com piscina adequada para a realização de hidroginástica. Além disso, o equipamento não é suficiente para atender os cerca de doze mil idosos com idade de 60 a 84 anos que residem no município de Aracruz.

Outro fator relevante, que também deve ser levado em consideração, é a distância do CCI dos bairros com maior densidade populacional, como Fátima, COHAB IV, Segato, Morobá, dentre outros, que são limítrofes ao espaço da Associação Recreativa e Cultural de Aracruz – ARCA, o que facilitará a assistência aos idosos que residem em toda a cidade, mas especificamente aos dessa região, que atualmente não conta com nenhum equipamento público específico para os idosos.

A promoção da saúde e qualidade de vida dos idosos é uma preocupação crescente em nossa sociedade, à medida que a população idosa continua a crescer. A cidade de Aracruz, localizada no estado do Espírito Santo, não está imune a essa tendência demográfica. Portanto, o projeto apresentado apresenta diversos benefícios para a terceira idade.

A hidroginástica, o treinamento funcional e o método zumba gold são práticas esportivas que promovem atividades físicas de baixo impacto, ideal para os idosos, que pode contribuir para a manutenção da saúde e autonomia dos idosos, atuando diretamente no fortalecimento muscular, melhoria da circulação sanguínea, redução de dores articulares, aumento da flexibilidade e promoção do equilíbrio, ajudando na prevenção de quedas e lesões.

Outro fator que será abordado no projeto será a socialização e combate ao isolamento, diante do alto número de idosos em nossa cidade, que atualmente não são assistidos por nenhum equipamento público específico para a terceira idade, muitos são acometidos por depressão e outras doenças relacionadas à saúde mental, tão comuns nas pessoas idosas. O projeto irá contribuir para reduzir o isolamento e a dependência física dos idosos, tornando-os mais ativos mentalmente e fisicamente, como política de envelhecimento ativo.

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



Segundo dados disponibilizados no site oficial da Prefeitura de Aracruz, o Centro de Convivência dos Idosos – CCI, atualmente único equipamento público voltado para os idosos em Aracruz, o número mensal de atendimentos é de aproximadamente 100 idosos por mês, porém, uma grande parcela continua desassistida pelo poder público, razão porque, o presente projeto ajudará, de forma significativa, a dobrar o número de atendimentos realizados pelo município de Aracruz, acrescentando modalidades de hidroginástica, zumba gold e funcional, que atualmente não são ofertados pela municipalidade.

**5 – DESCRIÇÃO DAS METAS A SEREM ATINGIDAS E DAS ATIVIDADES A SEREM EXECUTADAS (Art. 22, II, da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015):**

<b>5.1. ATIVIDADES</b>	<b>5.2. METAS</b>	<b>5.3. INDICADORES</b>
<b>Planejamento da equipe do projeto</b>	Realizar 3 reuniões de planejamento da equipe do projeto	Relatório fotográfico das reuniões e ata com os principais encaminhamentos
<b>Realização de inscrições</b>	Realizar inscrição de até 100 idosos através da busca ativa dos idosos que se enquadram nos requisitos de inscrição com divulgação do projeto na rede de assistência social e de saúde do município	- Relatório de assistência social; - Relatório fotográfico das visitas; - Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Inscrições efetivadas.
<b>Aulas de Hidroginástica</b>	Oferta de 4 aulas semanais, sendo uma turma no período matutino e outra no período vespertino	- Aulas ofertadas por ano; - Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de acompanhamento do idoso.
	Realização de 20 horas/aulas/semanal	Horas/aulas realizadas por ano
	Atendimento a 50 pessoas	- Pessoas atendidas por ano; - Relatórios de frequência;
<b>Aulas de treinamento funcional</b>	Oferta de 4 aulas semanais, sendo uma turma no período matutino e outra no período vespertino	- Aulas ofertadas por ano; - Relatórios de frequência; - Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de acompanhamento do idoso.



	Realização de 20 horas/aulas/semanal	Horas/aulas realizadas por ano
	Atendimento a 50 pessoas	Pessoas atendidas por ano
<b>Evento de abertura do projeto e entrega dos uniformes</b>	Realizar evento de abertura para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares e entregar os uniformes	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.
<b>Evento Arraiá Vóó na Arca</b>	Realizar evento para aproximadamente 300 pessoas	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.
<b>Confraternização do Dia do Idoso</b>	Realizar evento para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.
<b>Evento de encerramento do projeto</b>	Realizar evento de encerramento para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.
<b>Palestra Dia Mundial de Conscientização da Violência contra pessoa idosa</b>	Realizar palestra com especialistas na área, participantes do projeto e seus familiares	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.
<b>Palestra como combater a depressão</b>	Realizar palestra com especialistas na área, participantes do projeto e seus familiares	- Cards e vídeos de divulgação nas diversas mídias; - Relatório de prestação de contas.

6 – FORMA DE EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES E DO CUMPRIMENTO DAS METAS A ELA ATRELADAS (Art. 22, III, da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015)

#### 6.1. METODOLOGIA:

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
 Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



#### **6.1.1. Identificação e seleção de idosos interessados em participar do projeto por meio de divulgação em centros de saúde, clubes de terceira idade e casas de repouso. E avaliação médica ou física prévia para aprovação da participação e identificação de possíveis limitações e adaptações necessárias.**

A equipe técnica do projeto irá realizar em suas reuniões de planejamento a elaboração de uma ficha de inscrição que abordará todas as questões iniciais de enquadramento do perfil do idoso, objeto desse projeto, bem como todas as informações necessárias para seu acompanhamento social e de saúde.

Da mesma forma, a equipe elaborará uma ficha de acompanhamento do idoso, visando o monitoramento da sua saúde e de seu desenvolvimento social.

Inicialmente, a equipe de assistência social realizará busca ativa dos idosos em situação de vulnerabilidade na rede de assistência social de Aracruz, priorizados por esse projeto. A Arca receberá inscrições voluntárias também na sua sede. Essas inscrições serão sistematizadas, as vagas não preenchidas por público prioritário serão distribuídas às demais pessoas idosas interessadas. Haverá formação de cadastro de reserva, que serão convocados a medida que as vagas surgirem, seja por desistência e/ou outro fator, serão convocados os inscritos no cadastro de reserva. Isso será um processo contínuo e dinâmico, de tal forma que, existindo necessidade, serão reabertas inscrições ao longo da execução do projeto, sendo amplamente divulgado nas redes sociais do projeto e nos relatórios de acompanhamento.

#### **6.1.2. Aulas de Zumba**

As aulas de Zumba Gold são voltadas para melhor idade para pessoas que precisam se movimentar e exercitar, a fim de promover saúde e bem-estar da pessoa idosa. Para tanto, a aula será iniciada com alongamentos de aproximadamente 8 minutos, posteriormente, movimentos de baixa intensidade, com pausas para beber água e descanso. A Zumba Gold propõe coreografias adaptadas e descontraídas e mais fáceis de seguir, focando na amplitude de movimento, coordenação motora e equilíbrio, trazendo resultados positivos para os alunos que praticam, como saúde, bem-estar e autoestima.



As aulas de zumba serão ministradas pelo instrutor oficial de zumba **José Magno Pereira Gomes**, com certificação para instrução. Acontecerão nos meses de junho, julho e agosto, duas vezes por semana, às terças e quintas nos horários de 07:30h às 08:30 e das 16:00h às 17:00h.

As aulas acontecerão na quadra interna da arca.

Aulas de Zumba adaptadas para pessoas idosas levarão em consideração a saúde, a mobilidade e as necessidades específicas desse grupo. A metodologia dessas aulas incluirá:

1. Aquecimento suave objetivando preparar os participantes para as atividades. Os idosos precisam de um período de aquecimento mais longo.
2. Ritmo e intensidade controlados com ritmo mais lento e uma intensidade reduzida em comparação com as aulas para grupos mais jovens. Os movimentos de dança adaptados para serem mais suaves e de menor impacto.
3. Coreografias simples a fim de minimizar a complexidade dos passos de dança para facilitar a participação dos idosos. Movimentos repetitivos e fáceis de seguir.
4. Foco na diversão enfatizado a diversão e o prazer de dançar em vez de performance. Os idosos devem sentir que estão se divertindo, independentemente de suas habilidades de dança.
5. Variedade de estilos musicais que possam ser apreciados por diferentes gerações, de modo a manter o interesse e a motivação.
6. Inclusividade com aulas acessíveis a todos, independentemente do nível de condicionamento físico ou habilidades. Encorajamento da participação ativa e adaptação dos movimentos conforme necessário.
7. Atividades de equilíbrio e flexibilidade com exercícios para melhorar o equilíbrio e a flexibilidade, que são áreas importantes para a saúde dos idosos.



8. Respeito às limitações com modificações ou alternativas aos movimentos, quando necessário.
9. Finalização adequada com um período de resfriamento e alongamento para evitar lesões e promover a flexibilidade.

Essas aulas proporcionam não apenas exercícios, mas também uma oportunidade social e de diversão, contribuindo para o bem-estar dos idosos.

Os materiais utilizados a serem adquiridos no presente projeto, para execução dessa atividade, estão descritos na planilha orçamentária. Para cada pessoa idosa inscrita nas aulas de zumba será ofertado um kit com bolsa, toalha, garrafinha de água e uma camisa personalizada com a logo do projeto. Para a equipe do projeto também será disponibilizado camisa personalizada com a logo do projeto.

### **6.1.3. Aulas de Hidroginástica**

As aulas de hidroginástica objetivam proporcionar aos alunos melhorias no sistema cardiorrespiratório, maior flexibilidade, aumento e manutenção na massa óssea e muscular, tudo isso trará mais preparo para os afazeres do dia a dia. Além das questões físicas, o convívio social que a prática esportiva em grupo traz, melhora aspectos psicológicos e de cognição, esses fatores físicos e psicossociais, isso em conjunto refletirão na melhoria da qualidade de vida.

Haverá alguma avaliação prévia, realizada mediante laudo médico. Metodologicamente as aulas serão de aprendizagem ativa, os primeiros minutos voltados para o alongamento e aquecimento, posteriormente serão direcionados a piscina onde serão ministrados exercícios aeróbicos e anaeróbicos de forma dinâmica para obtenção de resultados positivos, que irão trabalhar membros superiores e inferiores bem como todo sistema cardiovascular.

Haverá um monitoramento regular dos participantes, inclusive realizando avaliações periódicas para acompanhar a evolução individual de cada idoso.



As aulas de hidroginástica serão ministradas nos meses de setembro a maio, duas vezes por semana, às terças e quintas, nos horários 07:30h às 08:30h e 14:00h às 15:00h pelo educador físico **João Batista Pelissari França** CREF nº 003484-G/ES.

As aulas acontecerão na piscina semiolímpica que conta com a estrutura de acessibilidade necessária conforme preconiza a legislação vigente. Os materiais utilizados a serem adquiridos no presente projeto, para execução dessa atividade, estão descritos na planilha orçamentária. Para cada pessoa idosa inscrita nas aulas de hidroginástica será ofertado um kit com bolsa, toalhinha, garrafinha de água, maiô (se mulher), sunga (se homem) e touca de natação personalizados com o logo do projeto. As de maiôs e de sunga foram estimadas, levando em consideração que há mais mulheres que homens em Aracruz, e que há uma participação maior de mulheres do que homens historicamente em atividades como essa. Os quantitativos serão melhor definidos após o período de inscrições.

No item 8.1.1, especificamente no quadro de detalhamento da despesa, previu-se um número maior de maiôs do que sungas, considerando que conforme dados obtidos do IBGE, o número de idosas no município de Aracruz/ES, supera o número de homens, porém, caso o número de homens participantes do projeto ultrapasse o número previsto, considerando que tal é apenas uma estimativa, com autorização da municipalidade o plano de trabalho poderá ser alterado, sem afetar o valor previsto, haja vista que os maiôs possuem um valor maior do que as sungas.

Para a equipe do projeto também será disponibilizado camisa personalizada com a logo do projeto.

#### **6.1.4. Aulas de Funcional**



As aulas de funcional acontecerão às terças e quintas, nos horários 07:30h às 08:30h e 14:00h às 15:00h e serão ministradas pelo Professor **Vinicius Schultz** CREEF: 9494-G/ES. Inicialmente Será realizado uma anamnese, com o objetivo de conhecer melhor cada idoso, além da aplicação do Questionário PAR-Q. na oportunidade todos os idosos devem apresentar seus exames mais recentes para a avaliação do professor. Ao longo das aulas serão realizadas avaliações por meio de questionários, onde os próprios idosos vão relatar suas experiências nas aulas e dar seus feedbacks. O professor vai avaliar os alunos durante as aulas, coletar vídeos dos movimentos e acompanhar a evolução de cada aluno. Ao final de cada mês será realizado um relatório mensal, para verificar se os idosos atingiram os objetivos propostos pelo professor durante aquele período.

A estruturação das aulas será dividida em 3 blocos principais, sendo eles: BLOCO 1- AQUECIMENTO: Nesse bloco, o objetivo será preparar os alunos para a atividade do dia, com exercícios de alongamentos, mobilidades, práticas de respiração. Serão realizados exercícios voltados para as necessidades dos idosos. BLOCO 2- FORTALECIMENTO: O objetivo desse bloco é realizar exercícios de força com o peso corporal, exercícios funcionais que auxiliarão os idosos em suas atividades diárias, como sentar e levantar, fazer compras, tomar banho, movimentos básicos para ter autonomia, e principal preparar os idosos para terem uma vida sem dores e com liberdade de movimento. Além de trabalhar outras valências físicas como, equilíbrio, resistência, estabilidade e condicionamento físico. BLOCO 3-RELAXAMENTO: O último bloco será o de relaxamento, com o objetivo principal de abaixar a frequência cardíaca do idoso, deixá-lo mais calmo e relaxado para voltar para casa. Será realizado exercícios de respiração, alongamentos e mobilizações a fim de aliviar dores e tensões no corpo.

Os materiais utilizados a serem adquiridos no presente projeto, para execução dessa atividade, estão descritos na planilha orçamentária. Para os alunos de funcional será ofertado um kit com bolsa, toalhinha, garrafinha de água e uma camisa personalizada com a logo do projeto.

Para a equipe do projeto também será disponibilizado camisa personalizada com a logo do projeto.



### **6.1.5. Acompanhamento social**

A metodologia para o atendimento a idosos por assistentes sociais envolverá as seguintes etapas:

1. **Avaliação:** Inicialmente, a assistência social realizará uma avaliação abrangente das necessidades, capacidades e circunstâncias dos idosos. Isso inclui a análise de fatores físicos, emocionais, sociais e econômicos.
2. **Planejamento:** Com base na avaliação, é desenvolvido um plano de atendimento individualizado que define metas e estratégias para atender às necessidades específicas de cada idoso.
3. **Intervenção:** a assistência social trabalhará diretamente com os idosos, oferecendo suporte emocional e orientação.
4. **Acompanhamento:** Acompanhamento regular para garantir que as necessidades dos idosos sejam atendidas de maneira contínua. Monitorando o progresso dos mesmos.
5. **Networking:** A assistência social também colaborará com outros profissionais de saúde e serviços sociais para garantir uma abordagem integrada no atendimento aos idosos.
6. **Promoção do bem-estar:** Além de lidar com problemas específicos, a assistência social também buscará promover o bem-estar geral dos idosos, incentivando a participação em atividades sociais, culturais e recreativas.



7. Educação e advocacia: a assistência social também desempenhará um papel importante na educação dos idosos sobre seus direitos e na defesa de seus interesses em questões legais e sociais.

Essa metodologia visa melhorar a qualidade de vida dos idosos, fornecendo suporte holístico e personalizado para atender às suas necessidades individuais da pessoa idosa.

#### 6.1.6. Realização de eventos sociais e de integração entre os participantes para incentivar a convivência e combater o isolamento social.

Ao longo do ano de 2024 a Arca proporcionará aos idosos cadastrados no projeto a realização de eventos sociais para promover a integração entre os participantes para incentivar a convivência e combater o isolamento social. Serão quatro eventos e quatro palestras assim discriminados:

<b>Evento social</b>	<b>Descrição</b>	<b>Responsáveis</b>
Evento de abertura do projeto e entrega dos uniformes	Nesse evento proporcionarmos aos idosos inscritos no projeto e seus familiares um momento de confraternização, apresentação do projeto e diversão. Sendo oferecido um coffee break. Na oportunidade faremos a divulgação do projeto e de seus realizadores e patrocinadores.	Equipe do projeto e serviços contratados, apoiadores e patrocinadores.
Evento Arraiá Vôô na Arca	Nesse evento proporcionarmos aos idosos inscritos no projeto um momento de confraternização, descontração e atividade física ainda. Com a realização de um show musical.	Equipe do projeto e serviços contratados, apoiadores e patrocinadores.
Confraternização do Dia do Idoso	Essa confraternização será um momento ímpar de convivência do grupo de idosos, familiares e equipe do projeto. Teremos momentos de palestras, brincadeiras em grupo, show musical e coffee break.	Equipe do projeto e serviços contratados, apoiadores e patrocinadores.



Evento de encerramento do projeto	Essa será mais uma oportunidade em que proporcionarmos aos idosos um momento de convívio social, com apresentação dos melhores momentos do projeto com homenagens aos envolvidos na sua execução, momento em que ouviremos os idosos inscritos no projeto e seus familiares, com uma programação toda voltada para os idosos, com realização de show musical e coffee break	Equipe do projeto e serviços contratados, apoiadores e patrocinadores.
Palestra Dia Mundial de Conscientização da Violência contra pessoa idosa	Em atenção ao JUNHO VIOLETA, essa palestra objetivará alertar e conscientizar a sociedade e a pessoa idosa a contra a prática da violência contra a pessoa idosa.	Palestrante convidado e equipe do projeto
Palestra como combater a depressão	Essa palestra objetiva falar da depressão em idosos: fatores de risco, sintomas e tratamento	Palestrante convidado e equipe do projeto

#### 6.1.6. Plano de Comunicação

O plano de produção para o projeto Vôo na Arca prevê a criação de redes sociais para o projeto, que serão vinculadas as da proponente e equipe. Nestas redes serão realizadas produções de vídeo e arte para as diferentes atividades e eventos. Teremos a produção fundamental com identidade visual, animação de logo e playbook no gmail. E a seguinte previsão de cobertura nas mídias sociais que serão criadas para o projeto:

##### Mês 1-3: Aulas de Zumba (Meses Frios)

- 4 vídeos de aulas de Zumba (1 por semana)
- 2 carrosséis com dicas de saúde relacionadas ao frio (a cada 15 dias)

##### Mês 4-12: Hidroginástica e Funcional (Meses Quentes)



- 4 vídeos de aulas de Hidroginástica e Funcional (1 por semana)
- 1 carrossel com dicas de saúde relacionadas ao verão (a cada 15 dias)

#### **Eventos Programados:**

- Evento de abertura do projeto: Transmissão ao vivo no Instagram/Facebook
- Evento de entrega dos uniformes: Vídeo e fotos da entrega
- Confraternização do Dia do Idoso: Vídeo e fotos do evento
- Evento de encerramento do projeto: Vídeo e fotos do evento
- Palestra como evitar golpes: Vídeo da palestra
- Palestra alimentação da pessoa idosa: Vídeo da palestra
- Palestra como combater a depressão: Vídeo da palestra
- Palestra atividades físicas para terceira idade: Vídeo da palestra

#### **Outras atividades recorrentes:**

- Postagens diárias de fotos e pequenos vídeos das aulas
- Postagens diárias de dicas de saúde para idosos

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



- Histórias diárias no Instagram/Facebook com destaques do dia
- Vídeo resumo mensal das atividades
- Vídeo retrospectiva após 12 meses

**Produção de conteúdo adicional:**

- Roteiros padrão para todas as aulas gravadas
- Templates de design para carrosséis informativos
- Vídeos de promoção para os eventos
- Fotógrafo/videógrafo para capturar os momentos-chave
- Consistência no estilo e na voz da marca

Para tanto o presente projeto prevê a contratação do profissional Sidney Oliveira com formação em produção digital, filmmaking e videomakers, operador de drone e roteirista.

**6.2. RECURSOS HUMANOS:**

Além do quadro de recursos humanos existentes na Arca, pagos com recursos próprios e parcerias (discriminados abaixo na tabela), para a execução do projeto Vôo na Arca montamos a seguinte equipe multidisciplinar:



Função no projeto	Formação	Vínculo empregatício	Carga Horária Semanal	Recurso utilizado para pagamento	Responsabilidades
Coordenadora geral	Técnica em administração	CLT	44h	Recurso do fundo do idoso	Coordenar todo o projeto e equipe, responsável pelo fiel cumprimento do projeto e pela prestação de contas
Coordenação de assistência social	Assistente Social	CLT	20h	Recurso do fundo do idoso	Realizará todo acompanhamento social do idoso, responsável técnico do projeto e por conduzir todo alinhamento de trato social da equipe e produção dos relatórios de acompanhamento social do idoso.
Gestor do projeto	MBA gestão de projetos	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Planejamento, execução e encerramento do projeto, responsável pela elaboração de relatórios de acompanhamento da execução do projeto juntamente com o coordenador geral
Professor de Hidroginástica	Educador físico	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Ministrará as aulas de hidroginástica, acompanhará o rendimento e condicionamento de cada idoso, e será responsável pela elaboração de relatórios de acompanhamento do idoso.
Professor de Zumba	Educador físico	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Ministrará as aulas de zumba gold, acompanhará o rendimento e condicionamento de cada idoso, e será responsável pela elaboração de relatórios de acompanhamento do idoso.
Professor de Funcional	Educador físico	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Ministrará as aulas de treinamento funcional, acompanhará o rendimento e condicionamento de cada idoso, e será responsável pela elaboração de relatórios de acompanhamento do idoso.



Auxiliar administrativo		CLT	44h	Recurso do fundo do idoso	Dará suporte operacional a todos os membros da equipe do projeto, produzindo planilhas, textos, controles e
Auxiliar de Comunicação	Formação em produtor digital, filmmaking e videomakers, operador de drone e roteirista	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Responsável pelo plano de comunicação e registro audiovisual e de mídias sociais do projeto.
Executor de serviços gerais	Ensino Fundamental	CLT	44h	Recurso do fundo do idoso	Auxiliará na limpeza dos espaços destinados ao projeto
Contador	Formação em ciências contábeis	PJ	Não cabe	Recurso do fundo do idoso	Realizará o controle contábil e o monitoramento dos pagamentos, contratação de serviços e aquisições relacionados ao projeto garantindo o recolhimento correto de impostos e taxas, e emissão de notas e documentos fiscais obrigatórios para prestação de contas. Realizará a realização de prestação de contas contábil do projeto.
1 Supervisora	Formada em administração	CLT	44h	Recursos próprios	Realiza a supervisão de todo administrativo e funcionamento da Arca
1 Auxiliar administrativo	Técnica em administração	CLT	44h	Recursos próprios	Auxilia no funcionamento dos serviços administrativos da Arca
2 educadores físicos	Bacharelado e educação física	PJ	Não cabe	Parceria	Atuam ministrando aulas e atividades físicas



1 professor de zumba	Certificação em zumba	PJ	Não cabe	Parceria	Atua ministrando aulas de zumba
2 professores de jiu-jitsu	Graduado em jiu-jitsu	PJ	Não cabe	Parceria	Atua ministrando aulas de jiu-jitsu
3 auxiliares de serviços gerais;	Ensino médio	CLT	44h	Recursos próprios	Limpeza dos espaços
1 Contador	Formado em ciências contábeis	PJ	Não cabe	Recursos próprios	Contabilidade da Arca

### 6.3. RECURSOS MATERIAIS:

As instalações físicas da Arca que estarão disponíveis para o projeto estão abaixo discriminadas demonstrando sua capacidade física:

Nossa infraestrutura conta com:

**Piscina semi-olímpica com acessibilidade**



**Quadra coberta:**

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



**Quadra externa:**

Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



**Vestiários e banheiros com acessibilidade:**





Rodovia Demócrito Moreira nº 50 – Bairro Fátima - Aracruz – ES, CEP: 29.192-243  
Telefone: (27) 3256-1155/9946-9454 E-mail: contato@ginasiodaarca.com.br



**6.5. Cronograma de Execução do Projeto:**

CRONOGRAMA FÍSICO DE EXECUÇÃO													
Atividades	Ano 2024											Ano 2025	
	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev
Reunião de planejamento equipe do projeto													
Período de inscrições													
Divulgação do projeto													
Compra de materiais para as aulas													
Aulas de hidrogenástica													
Aulas de zumba gold													
Aulas de treinamento funcional													
Palestra Dia Mundial de Conscientização da Violência contra pessoa idosa													
Palestra como combater a depressão													
Evento de abertura do projeto e entrega dos uniformes													
Evento Arraiá Vôó na Arca													



Confraternização do Dia do Idoso														
Evento de encerramento do projeto														
Contratação da equipe do projeto														
Relatórios de acompanhamento da execução do projeto														
Relatório Final														
Relatório de acompanhamento do idoso														

**7 – MONITORAMENTO, AVALIAÇÃO E SUSTENTABILIDADE DA PROPOSTA DEFINIÇÃO DOS PARÂMETROS A SEREM UTILIZADOS PARA AFERIÇÃO DO CUMPRIMENTO DAS METAS (Art. 22, IV, da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015):**

ATIVIDADES	METAS	INDICADORES	MEIOS DE VERIFICAÇÃO	FONTES DE INFORMAÇÃO	PERIODICIDADE
Planejamento da equipe do projeto	Realizar 3 reuniões anteriores ao início do projeto e uma a cada trimestre	Fotos e relatórios de reunião	Lista de presença; fotos e relatórios	Relatórios de atividades	trimestral



<b>Realização de inscrições</b>	Realizar a inscrição de até 100 idosos no projeto	Inscrições, relatórios	Ficha de inscrições efetivadas	Inscrições, relatórios	Anual
<b>Aulas de Hidroginástica</b>	Realizar 4 aulas de hidroginástica por semana	Aulas realizadas	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Semanal
<b>Aulas de Zumba</b>	Realizar 4 aulas de zumba por semana	Aulas realizadas	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Semanal
<b>Aulas de treinamento funcional</b>	Realizar 4 aulas de treinamento funcional por semana	Aulas realizadas	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Lista de presença, relatório de acompanhamento e fotos	Semanal



<b>Evento de abertura do projeto</b>	Realizar evento de abertura para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares e entregar os uniformes	Fotos e vídeos	Fotos e vídeos	Fotos, vídeos, cards, reportagens, relatório de execução	Anual
<b>Confraternização do Dia do Idoso</b>	Realizar confraternização para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	Fotos e vídeos	Fotos e vídeos	Fotos, vídeos, cards, reportagens, relatório de execução	Anual
<b>Evento de encerramento do projeto</b>	Realizar evento para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	Fotos e vídeos	Fotos e vídeos	Fotos, vídeos, cards, reportagens, relatório de execução	Anual



<b>Palestra como evitar golpes</b>	Realizar palestra para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	Fotos e vídeos	Fotos e vídeos	Fotos, vídeos, cards, reportagens, relatório de execução	Anual
<b>Palestra como combater a depressão</b>	Realizar palestra para aproximadamente 300 pessoas, reunindo equipe e os participantes do projeto e seus familiares	Fotos e vídeos	Fotos e vídeos	Fotos, vídeos, cards, reportagens, relatório de execução	Anual



**8 – PREVISÃO DAS RECEITAS E DESPESAS A SEREM REALIZADAS NA EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES OU DOS PROJETOS ABRANGIDOS PELA PARCERIA (Art. 22, II-A, da Lei nº 13.019/2014, alterada pela Lei nº 13.204/2015)**

**8.1. DETALHAMENTO DA APLICAÇÃO DOS RECURSOS FINANCEIROS:**

CÓDIGO	ESPECIFICAÇÃO	VALOR (R\$)
	Material de Consumo	R\$ 57.621,2
	Serviços de Terceiros – Pessoa Física	R\$ 0
	Serviços de Terceiros – Pessoa Jurídica	R\$ 37.201,04
	Equipe Encarregada pela execução	R\$ 346.912,11
	Equipamentos e Materiais Permanentes	R\$ 29.354,60
<b>TOTAL</b>		<b>R\$ 471.088,95</b>



8.1.1. Detalhamento das despesas:

A - MATERIAL DE CONSUMO					
Item	Especificação	Unid.	Qtde	Valor Unitário	Valor Total
01	Maiô	Unidade	42	R\$ 89,90	R\$ 3.775,80
02	Sunga	Unidade	8	R\$ 49,90	R\$ 399,20
03	Touca de Natação	Unidade	50	R\$ 24,90	R\$ 1.245,00
04	Garrafa Térmica	Unidade	100	R\$ 32,00	R\$ 3.200,00
05	Camisa	Unidade	125	R\$ 32,00	R\$ 4.000,00
06	Toalhinha	Unidade	100	R\$ 12,90	R\$ 1.290,00
07	Cloro	Litros	3600	R\$ 4,50	R\$ 16.200,00
08	Água	Meses	12	R\$ 2.205,10	R\$ 26.461,20
09	Sacolinhas	Unidade	100	R\$ 10,50	R\$ 1.050,00
<b>SUBTOTAL</b>					<b>R\$ 57.621,2</b>



**B - EQUIPE ENCARREGADA PELA EXECUÇÃO**

QUANT.	FUNÇÃO	SALÁRIO	INSS PATRONAL 20%	IRRF	FGTS 8%	RESCISÃO CONTRATUAL	FÉRIAS	12 MESES + 13º SALÁRIO
1	Coordenador	R\$ 3.278,00	R\$ 655,60	R\$ 76,84	R\$ 262,24	R\$ 1.258,75	R\$ 1.092,66	R\$ 57.896,25
2	Gestão do Projeto PJ	R\$ 5.000,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 60.000,00
3	Auxiliar ADM	R\$ 1.797,79	R\$ 359,56	R\$ 0,00	R\$ 143,82	R\$ 690,35	R\$ 599,26	R\$ 31.204,82
4	Executor de Serviços Gerais	R\$ 2.145,46	R\$ 429,09	R\$ 0,00	R\$ 171,64	R\$ 823,86	R\$ 715,15	R\$ 37.239,48
5	Assistente Social	R\$ 2.500,00	R\$ 500,00	R\$ 13,71	R\$ 200,00	R\$ 960,00	R\$ 833,33	R\$ 43.571,56
6	Marketing PJ	R\$ 2.000,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 24.000,00
7	Contador PJ	R\$ 750,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 9.000,00
9	Hidrogenástica PJ/ Zumba PJ	R\$ 3.500,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 42.000,00
10	Educador Físico Funcional	R\$ 3.500,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 0,00	R\$ 42.000,00
11	Subtotal	R\$ 23.771,25	R\$ 1.944,25	R\$ 90,55	R\$ 777,70	R\$ 3.732,96	R\$ 3.208,01	<b>R\$ 346.912,11</b>



<b>C - SERVIÇOS DE TERCEIROS – PESSOA JURÍDICA</b>					
<b>Item</b>	<b>Especificação</b>	<b>Unid.</b>	<b>Qtde</b>	<b>Valor Unit.</b>	<b>Valor Total</b>
01	Coffe Break para 300 pessoas	Coffe break	4	R\$ 4.025,26	R\$ 16.101,04
02	Apresentação Artística- Garotão do Forró - 2 horas.	Apresentação	01	R\$ 1.000,00	R\$ 1.000,00
03	Apresentação Artística- Forró Muá - 2 horas	Apresentação	01	R\$ 1.500,00	R\$ 1.500,00
04	Apresentação Artística- Trio kualysom	Apresentação	01	R\$ 1.500,00	R\$ 1.500,00
05	Apresentação Artística- Hit Federal	Apresentação	01	R\$ 750,00	R\$ 750,00
06	Sonorização	Unidade	03	R\$ 1.450,00	R\$ 4.350,00
07	Decoração	Unidade	04	R\$ 3.000,00	R\$ 12.000,00
	<b>Subtotal</b>				<b>R\$ 37.201,04</b>

<b>D- EQUIPAMENTOS E MATERIAIS PERMANENTES</b>					
<b>Item</b>	<b>Especificação</b>	<b>Unid.</b>	<b>Qtde</b>	<b>Valor Unit.</b>	<b>Valor Total</b>
1	Redmi 12 128gb 4 ram - XIAOMI	Aparelho	01	R\$ 1.299,99	R\$ 1.299,99
2	Microfone Sem Fio Headset Auricular Staner Recarregável	Aparelho	02	R\$ 618,44	R\$ 1.236,88
3	Caixa Acústica Bluetooth Ativa Staner Ps1501 Com Suporte	Aparelho	01	R\$ 1.742,99	R\$ 1.742,99



4	Microfone 2 Microfones sem fio -	Aparelho	Duplo	R\$ 259,90	R\$ 259,90
5	Notebook Core i3-1115G4 11ª Geração 8GB 256GB SSD Tela 15.6" Full HD Windows 11 Inspiron i15-i1100- A30P	Aparelho	01	R\$ 2.015,10	R\$ 2.015,10
6	Impressora Multifuncional Tank DCPT420W Color (A4) Wrl, USB, preta, media	Aparelho	01	R\$ 924,33	R\$ 924,33
7	Boia Macarrões Espaguete Flutuador Natação Piscina	Unidade	50	R\$ 5,93	R\$ 296,50
8	Colchonete Extra Grande Treino Malhar Pilates Yoga Treinar	Unidade	50	R\$ 39,90	R\$ 1.995,00
9	Par Halter Sextavado Emborrachado 2 Kg Treino Fitness -	Unidade	25	R\$ 61,20	R\$ 1.530,00
10	Par Halter Sextavado Emborrachado 3 Kg Treino Fitness -	Unidade	25	R\$ 96,00	R\$ 2.400,00
11	Par De Halteres Emborrachado Sextavado 4 Kg	Unidade	25	R\$ 110,70	R\$ 2.767,50
12	Bloco de Yoga espuma de EVA	Unidade	52	R\$ 16,44	R\$ 854,88
13	Fita de Alongamento - Faixa de Resistência Rígida	Unidade	27	R\$ 45,90	R\$ 1.239,30
14	Kit Thera Band Faixa Elástica Para Treino com 3 unidades	Kit	15	R\$ 50,91	R\$ 763,65
15	Faixa Elástica Super Mini Band com 3 Unidades	Kit	15	R\$ 45,81	R\$ 687,15
16	Caixa Pliometrica Jump Box Crossfit 45x35x30 Cm Fechada	Unidade	15	R\$ 289,90	R\$ 4.348,50
17	Bastão Treino Fisioterapia Corrida Pilates Agility 1,50m	Unidade	30	R\$ 28,43	R\$ 852,90
18	Escada de Agilidade Nylon - Escada de Velocidade Equipamento	Unidade	3	R\$ 120,00	R\$ 360,00



19	Bebedouro 25 litros 127v em Aço INOX	Unidade	2	R\$ 1.890,00	R\$ 3.780,00
				<b>Subtotal</b>	<b>R\$ 29.354,60</b>
<b>TOTAL GERAL (A+B+C+D)</b>					<b>R\$ 471.088,95</b>



<b>9 – CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO (R\$)</b>					
<b>9.1 REPASSE(S) DA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA</b>					
MARÇO 2024	ABRIL 2024	MAIO 2024	JUNHO 2024	JULHO 2024	AGOSTO 2024
R\$ 471.088,95	R\$ 00,00				
SETEMBRO 2024	OUTUBRO 2024	NOVEMBRO 2024	DEZEMBRO 2024	JANEIRO 2025	FEVEREIRO 2025
R\$ 00,00	R\$ 00,00	R\$ 00,00	R\$ 00,00	R\$ 00,00	R\$ 00,00
<b>9.2 DESEMBOLSO DA OSC (R\$)</b>					
MARÇO 2024	ABRIL 2024	MAIO 2024	JUNHO 2024	JULHO 2024	AGOSTO 2024
R\$ 94.236,38	R\$ 36.514,11	R\$ 29.488,85	R\$ 29.488,85	R\$ 40.464,11	R\$ 29.488,85
SETEMBRO 2024	OUTUBRO 2024	NOVEMBRO 2024	DEZEMBRO 2024	JANEIRO 2025	FEVEREIRO 2025
R\$ 29.488,85	R\$ 38.964,11	R\$ 34.711,25	R\$ 34.711,25	R\$ 29.488,85	R\$ 44.043,47



### 10 – DECLARAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL

Na qualidade de representante legal da Organização da Sociedade Civil - OSC, declaro, para fins de prova junto a Secretaria Municipal de Assistência Social - SEMAS, para os efeitos e sob as penas da Lei, que inexistente qualquer débito em mora ou situação de inadimplência com o Tesouro Municipal ou qualquer órgão ou entidade da Administração Pública Municipal, que impeça a realização deste termo ou qualquer instrumento legal com o Município de Aracruz, na forma deste plano de trabalho.

Pede e espera deferimento.

Aracruz, 09 de janeiro de 2024.

**Fábio Campos dos Reis**  
Presidente Arca

### 11 – APROVAÇÃO PELA ADMINISTRAÇÃO PÚBLICA

APROVADO.

Aracruz (ES) 09 de janeiro de 2024

*Assisena Filipe dos Santos Matos*  
Secretaria de Assistência Social  
Decreto: Nº 44.789



Documento assinado digitalmente  
**FABIO CAMPOS DOS REIS**  
Data: 09/01/2024 13:02:27-0300  
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

**EXTRATO DA HOMOLOGAÇÃO DE PARECER TÉCNICO REFERENTE AO TERMO DE FOMENTO N.º 008/2024****PROCESSO ADMINISTRATIVO ELETRÔNICO N.º 49.543/2023****PARTÍCIPES:** Prefeitura de Aracruz-ES: **SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA JUSTIÇA, CIDADANIA E ARTE - CNPJ: 10.653.530/0001-92.**

A Secretaria Municipal de Assistência Social, neste ato representada pela Sra. **Rosilene Filipe dos Santos Matos, RESOLVE HOMOLOGAR O PARECER TÉCNICO** emitido pela autoridade técnica desta Secretaria, na data de 23/01/2024, que se pronunciou de forma expressa ao apreciar a documentação apresentada pela **ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA JUSTIÇA, CIDADANIA E ARTE, concluindo que a Organização da Sociedade Civil respeitou os requisitos** contidos nos art. 22, 33 e 34 da Lei Federal de n.º 13.019/2014 alterada pela Lei n.º 13.204/2015; nos artigos 21 e 45 do Decreto Municipal n.º 32.487 de 13 de março de 2017 e na Resolução n.º 21 de 24 de novembro de 2016 do Conselho Nacional de Assistência Social, **estando a Organização apta a celebrar o Termo de Fomento nº 008/2024, com este município,** tendo por objeto a "cooperação financeira para custeio de manutenção e aquisição de equipamentos permanentes para o Projeto Mindfulness e Formação em Cerâmica ofertado a beneficiários com idade igual ou superior a 60 anos pertencentes às Aldeias Indígenas Tupiniquins Irajá, situadas na Orla do Município de Aracruz, estando em conformidade com o EIXO 1 - PROMOÇÃO DOS DIREITOS DA PESSOA IDOSA", conforme documentos constantes no Processo Administrativo n.º 49.543/2023 que está à disposição dos interessados para consulta.

Aracruz/ES, 20 de Fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023**Protocolo 1267844****EXTRATO DA HOMOLOGAÇÃO DE PARECER TÉCNICO REFERENTE AO TERMO DE FOMENTO N.º 009/2024****PROCESSO ADMINISTRATIVO ELETRÔNICO N.º 49.402/2023****PARTÍCIPES:** Prefeitura de Aracruz-ES: **SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA JUSTIÇA, CIDADANIA E ARTE - CNPJ: 10.653.530/0002-73.**

A Secretaria Municipal de Assistência Social, neste ato representada pela Sra. **Rosilene Filipe dos Santos Matos, RESOLVE HOMOLOGAR O PARECER TÉCNICO** emitido pela autoridade técnica desta Secretaria, na data de 22/01/2024, que se pronunciou de forma expressa ao apreciar a documentação apresentada pela **ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA JUSTIÇA, CIDADANIA E ARTE,**

**concluindo que a Organização da Sociedade Civil respeitou os requisitos** contidos nos art. 22, 33 e 34 da Lei Federal de n.º 13.019/2014 alterada pela Lei n.º 13.204/2015; nos artigos 21 e 45 do Decreto Municipal n.º 32.487 de 13 de março de 2017 e na Resolução n.º 21 de 24 de novembro de 2016 do Conselho Nacional de Assistência Social, **estando a Organização apta a celebrar o Termo de Fomento nº 009/2024, com este município,** tendo por objeto a "cooperação financeira para fomentar ações voltadas a pessoa idosa em 6 (seis) comunidades da orla do município de Aracruz: Vila do Riacho, Barra do Riacho, Barra do Sahy, Mar azul, Santa Cruz e aldeia Irajá, visando a Promoção, Proteção e defesa dos direitos da pessoa idosa, em conformidade com as Políticas Públicas para a Pessoa Idosa do Município de Aracruz e a Lei Federal nº 10.741/2003 - Estatuto do Idoso (LOTE 1)", conforme documentos constantes no Processo Administrativo n.º 49.402/2023 que está à disposição dos interessados para consulta.

Aracruz/ES, 20 de Fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023**Protocolo 1267847****EXTRATO DA HOMOLOGAÇÃO DE PARECER TÉCNICO REFERENTE AO TERMO DE FOMENTO N.º 011/2024****PROCESSO ADMINISTRATIVO ELETRÔNICO N.º 49.477/2023****PARTÍCIPES:** Prefeitura de Aracruz-ES: **SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSOCIAÇÃO RECREATIVA E CULTURAL DE ARACRUZ. CNPJ 27.451.194/0001-06.**

A Secretaria Municipal de Assistência Social, neste ato representada pela Sra. **Rosilene Filipe dos Santos Matos, RESOLVE HOMOLOGAR O PARECER TÉCNICO** emitido pela autoridade técnica desta Secretaria, na data de 17/01/2024, que se pronunciou de forma expressa ao apreciar a documentação apresentada pela **ASSOCIAÇÃO RECREATIVA E CULTURAL DE ARACRUZ, concluindo que a Organização da Sociedade Civil respeitou os requisitos** contidos nos art. 22, 33 e 34 da Lei Federal de n.º 13.019/2014 alterada pela Lei n.º 13.204/2015; nos artigos 21 e 45 do Decreto Municipal n.º 32.487 de 13 de março de 2017 e na Resolução n.º 21 de 24 de novembro de 2016 do Conselho Nacional de Assistência Social, **estando a Organização apta a celebrar o Termo de Fomento nº 011/2024, com este município,** tendo por objeto "a presente proposta vislumbra ofertar aulas de hidroginástica, treinamento funcional e zumba, (zumba nos meses de junho, julho e agosto em substituição a hidroginástica) divididos em duas turmas: uma matutina e outra vespertina, e ofertar eventos para promover a integração entre os participantes para incentivar a convivência e combater o isolamento social, para até 100 idosos prioritariamente em situação de vulnerabilidade social de Aracruz/ES, a serem realizadas na Arca durante o ano de 2024", conforme documentos constantes no

Processo Administrativo n.º 49.477/2023 que está à disposição dos interessados para consulta.

Aracruz/ES, 20 de Fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**

Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023

**Protocolo 1267848**

**EXTRATO DA HOMOLOGAÇÃO DE PARECER TÉCNICO REFERENTE AO TERMO DE FOMENTO N.º 010/2024**

**PROCESSO ADMINISTRATIVO ELETRÔNICO N.º 49.099/2023**

**PARTÍCIPES:** Prefeitura de Aracruz-ES: **SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSISTÊNCIA SOCIAL E A FUNDAÇÃO SOCIAL MONSENHOR GUILHERME SCHMITZ. CNPJ 02.996.473/0001-16.**

A Secretaria Municipal de Assistência Social, neste ato representada pela Sra. **Rosilene Filipe dos Santos Matos, RESOLVE HOMOLOGAR O PARECER TÉCNICO** emitido pela autoridade técnica desta Secretaria, na data de 15/01/2024, que se pronunciou de forma expressa ao apreciar a documentação apresentada pela **FUNDAÇÃO SOCIAL MONSENHOR GUILHERME SCHMITZ, concluindo que a Organização da Sociedade Civil respeitou os requisitos** contidos nos art. 22, 33 e 34 da Lei Federal de n.º 13.019/2014 alterada pela Lei n.º 13.204/2015; nos artigos 21 e 45 do Decreto Municipal n.º 32.487 de 13 de março de 2017 e na Resolução n.º 21 de 24 de novembro de 2016 do Conselho Nacional de Assistência Social, **estando a Organização apta a celebrar o Termo de Fomento nº 010/2024, com este município**, tendo por objeto "Cooperação financeira através do Edital Chamamento de Público nº 003/2023, para aquisição de leguminosos, cereais e derivados, tubérculos, laticínios e derivados, temperos e gêneros alimentícios para cardápios especiais e típicos e produtos de limpeza, lavanderia e descartáveis, para continuar ofertando refeições com padrões nutricionais adequados, instalações físicas em condições de habitabilidade, higiene, salubridade, vestuários e enxoval limpos, a 40 (quarenta) pessoas idosas institucionalizadas e aos 40 (quarenta) profissionais que executam suas atividades laborais na instituição com funcionamento vinte e quatro horas ininterruptamente", conforme documentos constantes no Processo Administrativo n.º 49.099/2023 que está à disposição dos interessados para consulta.

Aracruz/ES, 20 de Fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**

Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023

**Protocolo 1267852**

**EXTRATO DA HOMOLOGAÇÃO DE PARECER TÉCNICO REFERENTE AO TERMO DE FOMENTO N.º 012/2024**

**PROCESSO ADMINISTRATIVO ELETRÔNICO N.º 49.098/2023**

**PARTÍCIPES:** Prefeitura de Aracruz-ES: **SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSISTÊNCIA SOCIAL E A FUNDAÇÃO SOCIAL MONSENHOR GUILHERME SCHMITZ. CNPJ 02.996.473/0001-16.**

A Secretaria Municipal de Assistência Social, neste ato representada pela Sra. **Rosilene Filipe dos Santos Matos, RESOLVE HOMOLOGAR O PARECER TÉCNICO** emitido pela autoridade técnica desta Secretaria, na data de 16/01/2024, que se pronunciou de forma expressa ao apreciar a documentação apresentada pela **FUNDAÇÃO SOCIAL MONSENHOR GUILHERME SCHMITZ, concluindo que a Organização da Sociedade Civil respeitou os requisitos** contidos nos art. 22, 33 e 34 da Lei Federal de n.º 13.019/2014 alterada pela Lei n.º 13.204/2015; nos artigos 21 e 45 do Decreto Municipal n.º 32.487 de 13 de março de 2017 e na Resolução n.º 21 de 24 de novembro de 2016 do Conselho Nacional de Assistência Social, **estando a Organização apta a celebrar o Termo de Fomento nº 012/2024, com este município**, tendo por objeto "cooperação financeira através do Edital Chamamento de Público nº 003/2023, **Lote 2 - Proteção Especial a idosos com seus direitos ameaçados ou violados, para contratação de empresa especializada em climatização, para implantar e implementar a climatização na instituição que presta o serviço de acolhimento institucional para 40 (quarenta) pessoas idosas**", conforme documentos constantes no Processo Administrativo n.º 49.098/2023 que está à disposição dos interessados para consulta.

Aracruz/ES, 20 de Fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**

Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023

**Protocolo 1267856**



**PORTARIA N.º 247, DE 23/02/2024.****RETIFICA A PORTARIA Nº 193, DE 09/02/2024 QUE AUTORIZA A CONTRATAÇÃO DE PESSOAL NA ÁREA DE EDUCAÇÃO, POR TEMPO DETERMINADO, APROVADO NO PROCESSO SELETIVO SIMPLIFICADO SEMED N.º 005/2023.**

A SECRETÁRIA DE EDUCAÇÃO, DO MUNICÍPIO DE ARACRUZ, ESTADO DO ESPÍRITO SANTO, NO USO DE SUAS ATRIBUIÇÕES LEGAIS E TENDO EM VISTA O DISPOSTO NA LEI N.º 2.994, DE 12/02/2007, E SUAS ALTERAÇÕES, BEM COMO NO DECRETO N.º 41.820, DE 05/04/2022, APÓS O RESULTADO FINAL HOMOLOGADO ATRAVÉS DO DECRETO N.º 41.064, DE 27/12/2021;

RESOLVE:

Art. 1º Retificar o anexo da Portaria nº 193, de 09/02/2024, alterando a carga horária da servidora, conforme consta no quadro abaixo:

QUADRO PARA CONTRATAÇÃO					
PROCESSO SELETIVO 005/2023					
COLOCAÇÃO	NOME	CARGO	PERÍODO	CARGA HORÁRIA	SALÁRIO
1º	LORRANI COUTINHO RODRIGUES	PROFESSOR DE EDUCAÇÃO BÁSICA - LÍNGUA TUPI-INDÍGENA	a partir da data de admissão a 23/12/2024	17H	R\$ 2.609,83 (Nível I) R\$ 2870,81 (Nível II)

Art. 2º Esta Portaria entra em vigor na data de sua publicação.  
Prefeitura Municipal de Aracruz, 23 de fevereiro de 2024.

**JENILZA SPINASSE MORELLATO**  
Secretária Municipal de Educação

**Protocolo 1271037**

### Termos

#### EXTRATO DO TERMO DE FOMENTO Nº 009/2024

**Processo Administrativo Eletrônico nº 49.402/2023**

**PARTÍCIPES:** Prefeitura Municipal de Aracruz: SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSOCIAÇÃO AMIGOS DA JUSTIÇA, CIDADANIA E ARTE - CNPJ: 10.653.530/0002-73.

**OBJETO:** Cooperação financeira para fomentar ações voltadas a pessoa idosa em 6 (seis) comunidades da orla do município de Aracruz: Vila do Riacho, Barra do Riacho, Barra do Sahy, Mar azul, Santa Cruz e aldeia Irajá, visando a Promoção, Proteção e defesa dos direitos da pessoa idosa, em conformidade com as Políticas Públicas para a Pessoa Idosa do Município de Aracruz e a Lei Federal nº 10.741/2003 - Estatuto do Idoso (LOTE 1).

**VALOR:** R\$ 499.999,58 (quatrocentos e noventa e nove mil, novecentos e noventa e nove reais e cinquenta e oito centavos).

**DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA:** Classificação funcional 08.241.0024.2.0097 Gestão do Fundo para Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa. Dotação: 672. Natureza de despesa 3.3.50.43.00. Subvenções sociais. Recurso 1669.0014.0000. Fundo de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa-2719701.

**VIGÊNCIA:** 01/03/2024 a 28/02/2025.

Aracruz-ES, 09 de fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**  
Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023

**Protocolo 1263795**

#### EXTRATO DO TERMO DE FOMENTO Nº 011/2024

**Processo Administrativo Eletrônico nº 49.477/2023**

**PARTÍCIPES:** Prefeitura Municipal de Aracruz: SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL E A ASSOCIAÇÃO RECREATIVA E CULTURAL DE ARACRUZ. CNPJ 27.451.194/0001-06.

**OBJETO:** A presente proposta vislumbra ofertar aulas de hidroginástica, treinamento funcional e zumba, (zumba nos meses de junho, julho e agosto em substituição a hidroginástica) divididos em duas turmas: uma matutina e outra vespertina, e ofertar eventos para promover a integração entre os participantes para incentivar a convivência e combater o isolamento social, para até 100 idosos prioritariamente em situação de vulnerabilidade social de Aracruz/ES, a serem realizadas na Arca durante o ano de 2024.

**VALOR:** R\$ 471.088,95 (quatrocentos e setenta e um mil, oitenta e oito reais e noventa e cinco centavos).

**DOTAÇÃO ORÇAMENTÁRIA:** Classificação funcional 08.241.0024.2.0097 Gestão do Fundo para Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa. Dotação: 672. Natureza de despesa 3.3.50.43.00. Subvenções sociais. Recurso 1669.0014.0000. Fundo de Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa-2719701.

**VIGÊNCIA:** 01/03/2024 a 28/02/2025.

Aracruz-ES, 09 de fevereiro de 2024.

**Rosilene Filipe dos Santos Matos**  
Secretária Municipal de Assistência Social  
Decreto nº 44.788, de 11/08/2023

**Protocolo 1263805**