



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



PLANO DE TRABALHO

| PLANO DE TRABALHO – EDITAL DE CHAMAMENTO PÚBLICO Nº. 01/2025/SMPS/CMDPI | | |
|---|--|--|
| 1. DADOS DA ATIVIDADE | | |
| Nome do Projeto/Atividade: Projeto Movimento 60+ - Combatendo o sedentarismo na terceira idade. | | |
| Objeto da Parceria: Realizar ações de assistência a pessoas com idade igual ou superior a 60 anos nos termos da Lei Federal nº 10.741/2003 de 1º de outubro de 2003, residentes do município de Pouso Alegre/MG, oferecendo atividades para garantir o envelhecimento ativo, desenvolvimento cognitivo e noções de tecnologia, trabalhando com os direitos e deveres e o fortalecimento de vínculos sociais, familiares e com a comunidade. | | |
| 2. DADOS CADASTRAIS | | |
| Organização da Sociedade Civil (Razão Social): Movimento Social São José – Pro Tuberculosos | | |
| CNPJ: 23.954.266/0001-79 | Data de abertura do CNPJ: 29/03/1973 | |
| Endereço (Rua, Av. Pça, nº.): Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 | | |
| Bairro: Santo Antônio | Cidade/UF: Pouso Alegre/MG | CEP: 37551-131 |
| Telefone: (35) 99804-9741 / (35)3425-0793 | | E-mail: m.s.saojose@outlook.com |
| Nome do Representante Legal: Thiago Donizeti Rosa Pedroso | | Função: Presidente |
| CPF: 060. [REDACTED] -92 | RG: 11. [REDACTED] /PCMG | Telefone: (35) [REDACTED] -9687 |
| Endereço (Rua, Av. Pça, nº.): Rua Joaquim José da Rosa Sobrinho, [REDACTED] | | |
| Bairro: Santa Rosa | Cidade/UF: Pouso Alegre/MG | CEP: 37550-[REDACTED] |
| Responsável pela elaboração do Plano de Trabalho: Aline Aparecida Martins | | |
| Contato do responsável pela elaboração do Plano de Trabalho (e-mail e telefone): [REDACTED]@gmail.com / (35) [REDACTED] -6325 | | |
| Período de Mandato da Diretoria: De 02/01/2024 a 02/01/2026 | | |
| 3. DESCRIÇÃO DA REALIDADE E JUSTIFICATIVA DA PARCERIA | | |



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



De acordo com dados do IBGE “*Em 2022, o total de pessoas com 65 anos ou mais no país (22.169.101) chegou a 10,9% da população, com alta de 57,4% frente a 2010, quando esse contingente era de 14.081.477, ou 7,4% da população. Já o total de crianças com até 14 anos de idade recuou de 45.932.294 (24,1%) em 2010 para 40.129.261 (19,8%) em 2022, uma queda de 12,6%.*”
(<https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/38186-censo-2022-numero-de-pessoas-com-65-anos-ou-mais-de-idade-cresceu-57-4-em-12-anos>).

Ainda conforme artigo publicado no site do governo <<https://bvsmms.saude.gov.br/>>

“*Até 2025, segundo a OMS, o Brasil será o sexto país do mundo em número de idosos. Ainda é grande a desinformação sobre a saúde do idoso e as particularidades e desafios do envelhecimento populacional para a saúde pública em nosso contexto social. Entre 1980 e 2000 a população com 60 anos ou mais cresceu 7,3 milhões, totalizando mais de 14,5 milhões em 2000. O aumento da expectativa média de vida também aumentou acentuadamente no país. Este aumento do número de anos de vida, no entanto, precisa ser acompanhado pela melhoria ou manutenção da saúde e qualidade de vida.*”

O mundo está em constante mudança, sejam elas ambientais, climáticas, tecnológicas e culturais. Hoje vivemos em uma sociedade do consumo, da rapidez e da valorização da juventude, principalmente por meio das redes sociais. Todo este contexto atual é propício para que a população idosa sintam-se excluída, deixada de lado e muitas vezes até abandonadas em abrigos sem visitas e impedidas do convívio com seus familiares, sem esquecermos dos casos de violência física e patrimonial.

“*Em Pouso Alegre, a população idosa representa um número significativo. Dados do Censo Demográfico 2022 indicam que a cidade possui um índice elevado de envelhecimento populacional, posicionando-a entre as cidades mineiras com maior proporção de idosos em relação aos jovens. Em 2010, a população idosa de Pouso Alegre era de aproximadamente 18.357 pessoas, representando 16% da população total*” (Informações baseadas em dados do IBGE e do Site Atlas).

Esta população idosa necessita de atenção e ações que priorizem suas necessidades, ainda mais com o seu crescimento no país e conseqüentemente no município de Pouso Alegre.

O Movimento Social São José tem como objetivo a continuação do trabalho realizado diretamente para a população idosa, que busca mais e mais ações e parcerias para realizar ações que possam moldar e melhorar a realidade das pessoas idosas. A OSC está situada no bairro Santo Antônio, local onde concentra um alto número de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos de idades. Neste momento da vida eles se encontram fragilizados, carentes de atenção, de serem notados e reconhecidos em todas as suas potencialidades.

O presente projeto dará continuidade ao atendimento dos idosos proporcionando o contexto propício ao desenvolvimento social, físico, cognitivo e afetivo, além de informações sobre direitos e deveres da população idosa, para que assim, deixem de ser vítimas de suas condições e passem a ser protagonista da própria história, tendo como referência o Eixo 2 - “*Defesa e Promoção dos Direitos da Pessoa Idosa*” do edital de Chamamento Público nº 01/2025/SMPS/CMDPI pelas disposições do artigo 18 da Lei Ordinária nº 6.235/2020, a Lei Federal nº 13.019 de 31 de julho de 2014 e as legislações ordinárias.

Estimulados por todas estas informações o Movimento Social São José Pró-Tuberculosos entende a necessidade de continuar a realizar ações que possam complementar o trabalho social desta população, prevenindo a ocorrência de situações de risco e vulnerabilidade social, visando o protagonismo, fortalecendo a inclusão e reinserção convivência comunitária e promover a possibilidade do envelhecimento ativo da pessoa idosa, trabalhando no desenvolvimento de sua



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



autonomia física, social e mental através de atividades que elevem sua autoestima, além de realizar ações preventivas e de orientação voltadas para o bem estar dos idosos ,que trabalhem de forma direta o protagonismo da pessoa idosa e também a realização de ações que promovam o envelhecimento ativo nessa população.

Sabemos que os idosos muitas vezes são abandonados pelas famílias, que não tem condições de garantir um maior cuidado dos mesmos, são excluídos do convívio familiar mesmo dentro de casa, frequentemente são ridicularizados pelos mais novos e ainda sofrem violência física, social, emocional e patrimonial.

A finalidade deste projeto é proporcionar uma melhor qualidade de vida aos usuários, com o objetivo de minimizar o impacto das vulnerabilidades e riscos sociais, o isolamento, a violência e também o etarismo, muitas vezes sofrido dentro da própria família e também da comunidade ao entorno. A OSC dispõe de um espaço amplo e acessível de modo que possa continuar a trabalhar com os usuários, seus familiares na busca pelo apoio socioassistencial, do acolhimento e da valorização das experiências já vividas através das diretrizes do programa de serviço de convivência e fortalecimento de vínculos.

Com base nos artigos citados e também na nossa realidade entendemos que para construirmos uma sociedade mais acolhedora para as pessoas idosas é preciso unir esforços e investir em ações que trabalhem a autoestima, o convívio social e o respeito mútuo, além da valorização das pessoas idosas e sua caminhada até aqui, por este motivo a continuação do **Projeto Movimento 60+ - Combatendo o sedentarismo na terceira idade** se faz tão importante e necessário para a sociedade atual.

Baseados nos dados do IBGE:

“Países de todo o mundo estão vivendo o crescimento do envelhecimento populacional. Nas próximas décadas, a população mundial com mais de 60 anos vai passar de 841 milhões em 2014 para 2 bilhões até 2050, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). Segundo dados do Ministério da Saúde, o Brasil tinha, até 2016, a quinta maior população idosa do mundo. As estimativas apontam que, em 2030, o número de brasileiros com 60 anos ou mais ultrapassará o de crianças de zero a 14 anos de idade. É preciso investir em prevenção. Entre os cuidados estão a hidratação e nutrição adequadas, controle de peso, atividade física e interação social. A compreensão do envelhecimento populacional é importante em todos os âmbitos: familiar, social, laboral, comercial e também de saúde pública”. (<https://jornal.usp.br/atualidades/habitos-de-vida-sao-importantes-para-a-qualidade-de-vida-na-velhice/>).

Segundo o portal Senado Notícias “Com o crescimento acelerado da população idosa no Brasil e as previsões do IBGE de que em 2030 haverá mais brasileiros com idade superior a 60 anos do que crianças, o Senado se prepara para atender esse que será um dos maiores desafios da próxima década. Atualmente, dos 203 milhões de habitantes registrados pelo Censo 2022 pouco mais de 15% desse total corresponde à parcela de idosos, ou cerca de 32 milhões de pessoas, de acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE”. Fonte: Agência Senado (https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2024/01/26/senado-se-prepara-para-atender-desafios-do-aumento-acelerado-de-idosos-no-pais))” e também apoiados em situações práticas que a OSC vivência entendemos que a realização de ações que contem com o apoio do poder municipal para garantir a sustentabilidade e a realização deste projeto, para assegurar o bem-estar de cada usuário é essencial, por este motivo entendemos que a realização de atividades que trabalhem o desenvolvimento da autoestima, do respeito, do autoconhecimento, da inclusão digital e social, da aceitação e valorização dessa população, das suas histórias e as experiências vividas até aqui nas quais podemos admirar e aprender com eles e suas histórias constitui um direito a ser



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



garantido, para que a pessoa idosa possa ter acesso a atividades que promovam sua saúde e bem-estar.

4. PÚBLICO ALVO

População idosa do Município de Pouso Alegre/MG

5. OBJETIVOS, METAS, INDICADORES, MEIOS DE AFERIÇÃO E RESULTADOS ESPERADOS



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com

| OBJETIVOS ESPECÍFICOS | METAS | INDICADORES | MEIOS DE AFERIÇÃO | RESULTADOS ESPERADOS |
|---|---|---|---|---|
| 1º) Oportunizar a interação e socialização entre a população idosa, fortalecendo os vínculos sociais através de um espaço que desenvolva o protagonismo, a inclusão social e o envelhecimento ativo. | 1.1 - Ofertar atividades físicas 2 vezes por semana para 2 grupos distintos, com capacidade para atender 15 usuários por grupo, totalizando 30 participantes, atingindo no mínimo 70% de participação. 1.2- Ofertar aos 30 usuários inscritos no projeto, uma vez na semana atividades cognitivas, atingindo no mínimo de 70% de participação. | Interação e socialização entre a população idosa. | Lista de inscritos no projeto, lista de presença, relatório de atividade com foto e pesquisa de satisfação. | Melhor convívio social das pessoas idosas e fortalecimento de suas habilidades pessoais e vínculos comunitários. |
| 2º) Promover momentos de reflexão que promovam trocas de experiências, autoanálise, melhora da autoestima, reconhecimento das próprias potencialidades e conhecimento sobre deveres e direitos da pessoa idosa, proporcionando conscientização, engajamento e interação social. | 2 - Realizar 2 palestras durante o período da parceria para os 30 inscritos no projeto, atingindo no mínimo de 70% de participação. | Engajamento dos participantes. | Lista de presença, relatório de atividade com foto e pesquisa de satisfação. | Melhora na autoestima, maior conscientização sobre deveres e direitos da pessoa idosa e fortalecimento de vínculos. |

A pesquisa de satisfação será realizada ao final do projeto referente a todas atividades ofertadas aos usuários.





Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com

6. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO DO SERVIÇO/ATIVIDADES

| Metas | Mês 1 | Mês 2 | Mês 3 | Mês 4 | Mês 5 | Mês 6 | Mês 7 | Mês 8 | Mês 9 | Mês 10 | Mês 11 | Mês 12 | Mês 13 | Mês 14 |
|--|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|
| Ações | X | | | | | | | | | | | | | |
| Contratação e inscrição | | | | | | | | | | | | | | |
| Meta 1.1 | | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | |
| Execução das atividades para 2 grupos 2 vezes na semana. | | | | | | | | | | | | | | |
| Meta 1.2 | | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | |
| Realização de atividades cognitivas 1 vez na semana | | | | | | | | | | | | | | |
| Meta 2 | | | | X | | | | | | X | | | | |
| Realizar 2 palestras | | | | | | | | | | | | | | |
| Organização de prestação de contas | | | | | | | | | | | | | | X |





Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



7 METODOLOGIA

Meta 1.1: *Ofertar atividades físicas 2 vezes por semana para 2 grupos distintos, com capacidade para atender 15 usuários por grupo, totalizando 30 participantes, atingindo no mínimo 70% de participação*

A execução da meta seguirá as seguintes etapas:

Serão contratados:

1- Prestador de Serviço especializado para realizar as atividades administrativas referentes ao projeto, garantindo assim a qualidade das informações, documentos e prestação de contas, que será realizado ao final da vigência do mesmo. Após a contratação o pagamento da profissional será realizado conforme cronograma de execução. A profissional desenvolverá seu trabalho semanalmente com total de 25hs semanais.

2- Prestador de Serviço especializado para realizar as atividades de Assistência Social que irá acompanhar as atividades referentes ao projeto, garantindo um ambiente seguro acolhedor capaz de oferecer um espaço de convivência para a pessoa idosa. Após a contratação o pagamento da profissional será realizado conforme cronograma de execução. A profissional irá seu trabalho semanalmente com total de 10hs semanais.

3- Prestador de Serviço especializado para realizar as atividades físicas com os idosos inscritos, garantindo atividades e um ambiente seguro e acolhedor capaz de oferecer um espaço de convivência para a pessoa idosa, a fim de fortalecer a relação social e grupal, criando um senso de pertencimento com seus pares. Após a contratação o pagamento da profissional será realizado conforme cronograma de execução.

4- Prestador de Serviço para realizar as atividades de auxiliar no trabalho da instrutora na organização do material e do espaço, preparando o espaço para a execução das atividades, auxiliar também na realização das atividades para garantir a segurança dos usuários idosos inscritos no projeto, garantindo atividades e um ambiente seguro e acolhedor capaz de oferecer um espaço de convivência para a pessoa idosa. Após a contratação o pagamento da profissional será realizado conforme cronograma de execução.

Os contratos serão feitos no início das atividades e os pagamentos serão realizados mensalmente.

Todos os profissionais desenvolverão as atividades na sede da instituição que está localizada na Praça Ver. José Custódio Ferreira, nº 47 – Sto Antônio, Pouso Alegre – MG.

Serão ofertadas duas aulas semanais para cada grupo composto cada um de 15 participantes cada.

Cada grupo terá duas aulas semanais, com duração de 1 hora cada aula, onde serão realizadas atividades físicas, voltadas para o envelhecimento ativo, trabalhando o fortalecimento muscular para que os participantes se tornem cada vez mais independentes e consigam ter uma rotina ativa e trabalhando também a força física através de equipamentos específicos como elásticos, bastões, barras e pesos promovendo o protagonismo da pessoa idosa.

Meta 1.2: *Ofertar aos 30 usuários inscritos no projeto, uma vez na semana atividades cognitivas, atingindo no mínimo de 70% de participação.*

Uma vez por semana serão realizadas atividades cognitivas que estimulem a memória, a atenção, o raciocínio, o desenvolvimento da linguagem, com atividades com cartas, jogos de



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



memorás, jogos de palavras e atividades manuais.

Nesses encontros, a cada trimestre, será trabalhado também o uso da tecnologia, como usa-lá de modo a adquirir novos aprendizados e a aumentar a interação por meio de redes sociais e novas tecnologias.

Essas atividades totalizarão em média 240 horas no período de 12 meses de atividades.

Para totalizar os 14 meses do projeto o 1º mês será exclusivo para realizar as inscrições e organização e no 14º mês será exclusivo para preparar a documentação para prestação de contas.

Os meios de aferição serão elaborados mensalmente, somente a pesquisa de satisfação acontecerá 1 vez ao final do projeto.

Meta 2: Realizar 2 palestras durante o período da parceria para os 30 inscritos no projeto, atingindo no mínimo de 70% de participação.

Serão realizadas 2 palestras durante o período da parceria, com temas à serem definidos através de conversas com os participantes do projeto, para levantamento das demandas, buscando temas que proporcionem conhecimento, momentos de reflexão que promovem trocas de experiências, autoanálise, melhora da autoestima, reconhecimento das próprias potencialidades.

Após serem definidos os temas para as palestras a assistente social irá convidar os profissionais que se enquadrem nos temas para ministrarem essas palestras.

Uma palestra, informa, educa, inspira e engaja o público participante, além de ser um momento de socialização, de conversas e troca de conhecimento, experiências.

A aferição para esta meta será realizado conforme forem ministradas as palestras.

Todas as atividades deste projeto acontecerão durante o período de vigência da parceria e serão ministradas na sede da instituição que está localizada na Praça Ver. José Custódio Ferreira, nº 47 – Sto Antônio, Pouso Alegre/MG.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG - 37551-131
CNPJ - 23.954.266/0001-79 - telefone - 3425-0793
e-mail - m.s.saojose@outlook.com

8. PRAZO DE EXECUÇÃO

14 (quatorze) meses a partir da assinatura do Termo de Fomento.

9. PREVISÃO DE RECEITAS

| Origem | Valor |
|---------------|--|
| Repasso | R\$130.000,00 (cento e trinta mil reais) |
| Contrapartida | R\$ 2.900,00 (Dois mil e novecentos reais) |

10. PREVISÃO DE DESPESAS

Despesas Operacionais (material de consumo, serviços de terceiros, dentre outras indispensáveis para operacionalização do projeto)

| Descrição | Período de execução (meses) | Carga horária semanal | Valor Unitário | Valor Total |
|---|-----------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|
| Contratação de serviço de terceiros (Pessoa Jurídica - MEI) para prestação de serviços como instrutora para realização das atividades físicas e cognitivas. | 12 | 4h | R\$ 3.230,00 | R\$ 38.760,00 |
| Contratação de serviço de terceiros (Pessoa Jurídica - MEI) para prestação de serviços como auxiliar nas atividades da instrutora. | 12 | 15h | R\$ 1.518,00 | R\$ 18.216,00 |
| Contratação de serviço de terceiros (Autônomo - RPA) para prestação de serviços como analista de projetos. | 12 | 25h | R\$ 3.200,00 | R\$ 38.400,00 |
| Contratação de serviço de terceiros (Autônomo - RPA) para prestação de serviços como assistente social para acompanhamento de rodas de conversas e palestras que serão ofertadas. | 12 | 10h | R\$ 2.500,00 | R\$ 30.000,00 |
| Encargos RPA | | | R\$ 627,00 | R\$ 7.524,00 |
| | | TOTAL | R\$ 11.075,00 | R\$ 132.900,00 |

QUADRO RESUMO DE DESPESAS

| Natureza da despesa | Origem do recurso (Repasso ou Contrapartida) | Valor anual estimado |
|-----------------------|--|-----------------------|
| Despesas operacionais | Repasso | R\$ 130.000,00 |
| Despesa com impostos | Contrapartida | R\$ 2.900,00 |
| | VALOR TOTAL ANUAL DE DESPESAS: | R\$ 132.900,00 |





Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com



11. CONTRAPARTIDA

A OSC se responsabilizará pelo pagamento proporcional de encargos RPA no valor de R\$2.900,00 (Dois mil e novecentos reais).

12. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

A terceira parcela somente será liberada para pagamento após a apresentação do Primeiro Relatório de Monitoramento e Avaliação da Parceria e documentos de comprovação parcial de execução do objeto e execução financeira, referente ao primeiro quadrimestre de parceria.

Conforme §2º do Decreto Federal nº. 8.726/2016: “Os recursos serão aplicados em caderneta de poupança, fundo de aplicação financeira de curto prazo ou operação de mercado aberto lastreada em títulos da dívida pública, mediante avaliação do investimento mais vantajoso, enquanto não empregados na sua finalidade.”

| 1ª Parcela | 2ª Parcela | 3ª Parcela |
|------------------------|------------------------|------------------------|
| Valor: R\$65.000,00 | Valor: R\$35.000,00 | Valor: R\$30.000,00 |

13. DATA E ASSINATURA

Pouso Alegre/MG, 28 de agosto de 2025.

Documento assinado digitalmente
gov.br THIAGO DONIZETI ROSA PEDROSO
Data: 28/08/2025 11:48:14-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

THIAGO DONIZETI ROSA PEDROSO
Presidente