



**MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DA BAHIA – IFBA  
PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO – PROEX**



**PROJETO**

**ATIV-IDADE: CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOLHIMENTO AOS APOSENTADOS  
EM TEMPOS DE PANDEMIA**

**PROEX**

Departamento de Ações Culturais, Esporte e Lazer – DACEL

Produção - Núcleo de Produção Digital – NPD

Apoio: DGP/ Departamento de Qualidade de Vida – DEQUAV

**SALVADOR  
2020**

## 1. APRESENTAÇÃO

A pandemia de emergência internacional pelo novo coronavírus gerou mudanças extremas na vida cotidiana e impactos psíquicos e emocionais provocados pelo isolamento social, o medo da morte e de perdas de entes queridos. Neste contexto, o presente projeto surgiu do reconhecimento pelo IFBA da importância em direcionar esforços para dar uma atenção especial aos aposentados, os quais tanto contribuíram para a Instituição e que enfrentam uma condição de intensa vulnerabilidade nesse momento de pandemia. O projeto, Ativ-Idade: conexão, inclusão e acolhimento em tempos de pandemia, é uma das frentes de enfrentamento à pandemia, refletida a partir de uma sensibilização entre Gabinete, DEQUAV (Departamento de Qualidade de Vida) e a PROEX. A Reitora Luzia Mota demandou das Pró Reitorias um olhar sensível para com os aposentados do IFBA, e a partir do levantamento de dados gerais produzidos pelo DEQUAV, e diálogo com o setor, a PROEX elaborou a iniciativa aqui apresentada com vistas a promover uma ação direcionada a esse público. O presente projeto tem como objetivo promover o acolhimento e bem estar dos aposentados do IFBA e idosos em geral. Concebido como um projeto piloto, foi estruturado de forma a assegurar a proteção e segurança dos aposentados e idosos, e portanto estruturado em plataforma on line.

## 2. JUSTIFICATIVA

A situação de pandemia derivada do novo coronavírus provocou transformações radicais no cotidiano de toda sociedade. Ela impôs uma nova realidade, que tem como pilar o isolamento social, bem como o medo e a insegurança que atravessam a todos indistintamente. Entretanto, os idosos são atingidos mais drasticamente, já que eles compõem o grupo etário com maior letalidade por Covid 19, principalmente entre aqueles acima de 80 anos. Essa realidade exige de cada sujeito um conjunto de repertórios psíquicos-emocionais e de estratégias técnicas práticas para o enfrentamento dos imperativos advindos da situação pandêmica, inédita nas vidas dos presentes no mundo. Contudo, para os idosos, as possibilidades de produção e uso desses repertórios são impactadas e fragilizadas por uma série de condições, tais como: as transformações próprias dessa fase (mudanças físicas, na vida produtiva com a aposentadoria e nas relações sociais); as condições de proteção contra o coronavírus (mobilidade social, isolamento social mais intenso para evitar os vetores de contaminação); e tecnicamente (ausência de familiaridade com as diversas plataformas digitais que hoje promovem a interação à distância, dando acesso a entretenimento,

informações e serviços diversos que facilitam a condição do isolamento social e gera autonomia). As ferramentas digitais ganharam uma dimensão fundamental para a vida em condição de pandemia, perpassando a dimensão do trabalho, lazer, do entretenimento, das artes, da atividade física e da interação socioemocional

Diante da pandemia do Coronavírus e da exigência do isolamento social, toda a população está vulnerável às consequências dessa condição, tais como: tristeza, solidão, angústia, ansiedade, distúrbio do sono, distúrbio alimentar, depressão, dentre outros. Entre os idosos essas consequências são agravadas, já que tais questões, em muitos casos, já faziam parte da vida de muitos idosos (principalmente a solidão) antes da pandemia e são intensificadas com o isolamento social. É necessário um cuidado especial para que estas consequências não se cronifiquem, requerendo assim uma atenção pormenorizada

Tendo em vista as questões acima citadas, o projeto *Ativ-idade: conexão, inclusão e acolhimento em tempos de pandemia* tem como objetivo mitigar os efeitos do isolamento social, bem como promover a atenção, o cuidado e o acolhimento entre os aposentados do IFBA e os idosos em geral. Tanto a categoria “aposentado” quanto a categoria idoso não é homogênea, ela é diversa, composta de uma série de especificidades. Reconhecendo essas especificidades, partimos do pressuposto de que é necessário ativar múltiplas frentes para promover o bem estar e mitigar os efeitos perversos da pandemia na vida dos idosos. O presente projeto é uma das múltiplas “frentes” possíveis, e visa promover uma ferramenta de interação, bem estar e informação, pensada e estruturada especificamente para esse público. Ele foi concebido como um projeto piloto, através do qual será possível conhecer melhor esses sujeitos para posteriormente pensarmos em outras ações a partir de dados mais consistentes da realidade e do perfil dos aposentados do IFBA, bem como dos idosos em geral. Partimos do pressuposto que o isolamento social não é sinônimo de isolamento afetivo, e assim entendemos que é possível fortalecer e/ou estruturar redes de relações nessas condições.

### **3. PÚBLICO-ALVO**

O público prioritário do presente projeto são os servidores aposentados do IFBA, contudo a ação será aberta e amplamente divulgada para que o público externo ao IFBA também tenha acesso às ações do projeto. Não há uma projeção de um número específico a ser alcançado com o projeto, mas intenciona-se que o número amplo de

servidores aposentados e idosos externos a comunidade IFBA seja atingido. Será avaliada a cada live o número de acesso, permanência e participação para termos um indicativo da eficácia e eficiência do projeto.

#### **4. OBJETIVO**

O objetivo do projeto *Ativ-idade: conexão, inclusão e acolhimento em tempos de pandemia* é promover o acolhimento e qualidade de vida dos aposentados do IFBA e idoso no geral, a partir da interação social virtual. Especificamente o projeto visa: fomentar agentes motivadores que atuem junto a outros aposentados e idosos incentivando-os, orientando-os no uso e possibilidades das ferramentas digitais; promover a saúde integral; criar uma rede de relação entre os aposentados.

#### **5. METODOLOGIA**

O projeto *Ativ-idade: conexão, inclusão e acolhimento em tempos de pandemia* está estruturado na produção de 5 (cinco) lives, que serão transmitidas ao vivo no canal oficial da TV IFBA, no Youtube. A partir de levantamento de dados do DEQUAV foi possível agregar os temas de interesse dos aposentados do IFBA em quatro temas centrais:

1. Saúde Mental;
2. Atividade Física;
3. Nutrição e qualidade da alimentação;
4. Tecnologia Digitais (WTZP, Sigep;; demandas advindas das lives anteriores)
5. Sarau das artes. (música, poesia) com protagonismo dos aposentados.

A quinta live é um momento no qual o público alvo terá a arte como mote central, elemento reconhecidamente fundamental para o bem estar do ser humano, através da qual ele se conecta com suas emoções, sua criatividade e sensibilidade. . A quinta live será um Sarau com poesia e música, o qual foi concebido para que as servidoras e servidores aposentados sejam os protagonistas e apresente seu potencial artístico.

#### **Parceria**

Para que o projeto tenha o alcance desejado ele conta com a parceria com o DEQUAV (Departamento de Qualidade de Vida), para acionar, assessorar e divulgar o projeto. Utilizaremos tanto o email institucional como o portal do IFBA/Campi para a divulgação bem como as redes sociais e outros meios para que o público externo seja alcançado.

## PEÇAS GRÁFICA






**PROJETO ATIVIDADE**  
 CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOMPLIMENTO AOS APOSENTADOS EM TEMPO DE PANDEMIA


**INSTITUTO FEDERAL Bahia**

**PROEX** PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO  
**DGP** DIRETORIA DE GESTÃO DE PESSOAS  
**DEQUAV** DEPARTAMENTO DE QUALIDADE DE VIDA

**1ª LIVE**  
**05/08**  
**SAÚDE MENTAL**


**PROFª ANA VILELA MENDES BRANDINO - DRª EM SAÚDE MENTAL PELA USP**

**ABERTURA: REITORA LUZIA MOTA 16H**


**Tvifba**  
 AO VIVO  
 YouTube


**PROJETO ATIVIDADE**  
 CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOMPLIMENTO AOS APOSENTADOS EM TEMPO DE PANDEMIA


**INSTITUTO FEDERAL Bahia**

**PROEX** PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO  
**DEQUAV** DEPARTAMENTO DE QUALIDADE DE VIDA

**2ª LIVE**  
**12/08**  
**"MOVIMENTE-SE!" UMA VIVÊNCIA PRÁTICA**


**PROFª RACHEL TRINCHÃO ESCOLA BAHIANA DE MEDICINA / UNIRUY**

**WWW.YOUTUBE.COM/TVIFBA 16H**


**Tvifba**  
 AO VIVO  
 YouTube


**PROJETO ATIVIDADE**  
 CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOMPLIMENTO AOS APOSENTADOS EM TEMPO DE PANDEMIA


**INSTITUTO FEDERAL Bahia**

**PROEX** PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO  
**DEQUAV** DEPARTAMENTO DE QUALIDADE DE VIDA

**3ª LIVE**  
**19/08**  
**HÁBITOS ALIMENTARES SAUDÁVEIS: DICAS PRÁTICAS PARA O COTIDIANO**


**YZANA RIOS NUTRICIONISTA IFBA - FEIRA DE SANTANA ESPECIALIZAÇÃO EM NUTRIÇÃO CLÍNICA E TERAPÊUTICA NUTRICIONAL**

**WWW.YOUTUBE.COM/TVIFBA 16H**


**Tvifba**  
 AO VIVO  
 YouTube


**PROJETO ATIVIDADE**  
 CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOMPLIMENTO AOS APOSENTADOS EM TEMPO DE PANDEMIA


**INSTITUTO FEDERAL Bahia**

**PROEX** PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO  
**DEQUAV** DEPARTAMENTO DE QUALIDADE DE VIDA

**4ª LIVE**  
**26/08**  
**TECNOLOGIAS DIGITAIS**


**ALINE SILVA NUTRICIONISTA LICENCIANDA EM COMPUTAÇÃO IFBA - SANTO AMARO INTEGRANTE DO PROJETO BESOURAS DIGITAIS**

**WWW.YOUTUBE.COM/TVIFBA 16H**


**Tvifba**  
 AO VIVO  
 YouTube

**VOCÊ APOSENTADA OU APOSENTADO QUE CANTA, TOCA OU DECLAMA, SE INSCREVA NO SARAU!**

**5ª LIVE**  
**02/09**  
**SARAU**

**INSCRIÇÕES ATÉ DIA 21/08**  
**dacel@ifba.edu.br**  
**dequav@ifba.edu.br**


**PROJETO ATIVIDADE**  
 CONEXÃO, INCLUSÃO E ACOMPLIMENTO AOS APOSENTADOS EM TEMPO DE PANDEMIA


**INSTITUTO FEDERAL Bahia**

**PROEX** PRÓ-REITORIA DE EXTENSÃO  
**DGP** DIRETORIA DE GESTÃO DE PESSOAS  
**DEQUAV** DEPARTAMENTO DE QUALIDADE DE VIDA


**Tvifba**  
 AO VIVO

## Referencia

Organização Mundial da Saúde. (2020, Março, 18). Covid-19: OMS divulga guia com cuidados para saúde mental durante pandemia. Acessado <https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>