



**UNIVERSIDADE FEDERAL DO PAMPA – CAMPUS JAGUARÃO
CURSO SUPERIOR DE TECNOLOGIA EM GESTÃO DE TURISMO**

MILENA VAZ AGENDES

**PROPOSTA DE AMPLIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE LAZER NO CENTRO DO
IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS/BRASIL**

Jaguarão
2020

MILENA VAZ AGENDES

**PROPOSTA DE AMPLIAÇÃO DAS
ATIVIDADES DE LAZER NO CENTRO DO
IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS/BRASIL**

Trabalho de Projeto Aplicado I apresentado ao Curso Superior de Tecnologia em Gestão de Turismo da Universidade Federal do Pampa - Campus Jaguarão

Orientadora: Profa.Dra.Adriana Pisoni da Silva

Jaguarão
2020

MILENA VAZ AGENDES

PROPOSTA DE AMPLIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE LAZER NO CENTRO DO IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS/BRASIL

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso Superior de Tecnologia em Gestão de Turismo da Universidade Federal do Pampa, como requisito parcial à obtenção do grau de Tecnólogo em Gestão de Turismo

Trabalho de Conclusão de Curso defendido e aprovado em: 09 de dezembro de 2020

Banca examinadora:

Prof^ª. Dr^ª. Adriana Pisoni da Silva
Orientadora UNIPAMPA

Prof. Dr. Alan Dutra de Melo
UNIPAMPA

Prof. Me. Alexandre Caldeirão Carvalho
UNIPAMPA



Assinado eletronicamente por **ADRIANA PISONI DA SILVA, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 09/01/2021, às 21:56, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **ALAN DUTRA DE MELO, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em

14/01/2021, às 15:50, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normas legais aplicáveis.



Assinado eletronicamente por **ALEXANDRE CALDEIRAO CARVALHO, PROFESSOR DO MAGISTERIO SUPERIOR**, em 14/01/2021, às 17:51, conforme horário oficial de Brasília, de acordo com as normas legais aplicáveis.

A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **0442191** e o código CRC **1A03E5E7**.

https://sei.unipampa.edu.br/sei/controlador.php?acao=documento_imprimir_web&acao_origem=arvore_visualizar&id_documento=490357&infra_siste... 2/2

Ficha catalográfica elaborada automaticamente com os dados fornecidos pelo(a) autor(a)
através do Módulo de Biblioteca do

Sistema GURI (Gestão Unificada de Recursos Institucionais)

AA265ap Agendes, MilenaVaz

PROPOSTA DE AMPLIAÇÃO DAS ATIVIDADES DE LAZER NO CENTRO DO
IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS / Milena Vaz Agendes.

35 p.

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação)-- Universidade Federal do Pampa,
GESTÃO DE TURISMO, 2020.

"Orientação: Adriana Pisoni Silva".

AGRADECIMENTOS

Agradeço em primeiro lugar a Deus que iluminou o meu caminho durante esta caminhada. A todos os professores do curso, que foram tão importantes na minha vida acadêmica e no desenvolvimento deste percurso. À minha família, por sua capacidade de acreditar em mim e investir em mim. Vó, seu cuidado e dedicação foi que deram, em alguns momentos, a esperança para seguir. Pai, sua presença significou segurança e certeza de que não estou sozinha nessa caminhada.

DEDICATÓRIA

Dedico este projeto primeiramente à Deus e a minha avó, que em sua infinita sabedoria colocou força em meu coração para vencer essa etapa de minha vida. A fé no Senhor, sem dúvidas, me ajudou a lutar até o fim.

RESUMO

É importante destacar que o turismo não é só viagem e gastos, mas também lazer que se pode fazer descobrindo a própria cidade, o que para os idosos se torna interessante, sem precisar se deslocar ou gastar a mais por isso. Para o desenvolvimento e aplicação do projeto escolheu-se o Centro do Idoso da cidade de Arroio Grande – RS que conta com atividades ao ar livre como academia, espaço de caminhada e bancos para descansar e aproveitar o turismo de lazer, pois neste local são bem recepcionados e assim, incentivados a voltar. Conta também com uma equipe de nutricionistas, higienizador, ajudantes gerais, professor de educação física e dançarino, professor do coral, assistente social e psicólogo. Este trabalho é feito para estimular os idosos e reconhecer sua importância na sociedade, tornando mais justa e digna a vida de cada um. Sendo assim o objetivo geral desse projeto aplicado é propor a implantação de atividades diferenciadas com os idosos portadores de necessidades especiais com objetivo de atender toda a demanda de forma que neste local ninguém seja tratado diferencialmente. E, os objetivos específicos são: destacar conceitos sobre envelhecimento, qualidade de vida e inclusão, turismo e lazer; pesquisar tipos de atividades recreativas e de lazer para os idosos portadores de necessidades visuais, física e auditiva e; identificar quais propostas se adequam a realidade do centro. A metodologia adotada é a pesquisa qualitativa, de caráter exploratória e explicativa. Como procedimentos metodológicos fez-se pesquisa bibliográfica, pesquisa de campo, por meio de observação livre, aplicação de entrevista aberta e registro de imagens, no período de agosto a dezembro de 2019. Conclui-se que esta proposta de ampliação de atividades de lazer no Centro do Idoso de Arroio Grande pode ampliar a procura por parte de idosos com necessidades especiais em participar e fazer parte deste espaço que os recebe de forma tão carinhosa e respeitosamente.

Palavras-chave: Turismo. Lazer. Saúde. Idosos

RESUMEN

Es importante destacar que el turismo no es solo viajar y gastar, sino también ocio que se puede hacer descubriendo la propia ciudad, que para las personas mayores es interesante, sin tener que viajar ni gastar más en ella. Para el desarrollo y aplicación del proyecto se eligió el Centro de Ancianos de la ciudad de Arroio Grande - RS, el cual cuenta con actividades al aire libre como gimnasio, espacio para caminar y bancas para descansar y disfrutar del turismo de ocio, ya que este lugar está bien recibido y, por tanto, animado a regresar. También cuenta con un equipo de nutricionistas, higienizante, ayudantes generales, maestra de educación física y bailarina, maestra de coro, trabajadora social y psicóloga. Este trabajo se realiza para estimular a las personas mayores y reconocer su importancia en la sociedad, haciendo la vida de cada persona más justa y digna. Por tanto, el objetivo general de este proyecto aplicado es proponer la implementación de actividades diferenciadas con personas mayores con necesidades especiales con el fin de cubrir toda la demanda para que en este lugar nadie sea tratado de manera diferente. Y, los objetivos específicos son: destacar conceptos sobre envejecimiento, calidad de vida e inclusión, turismo y ocio; investigar tipos de actividades recreativas y de ocio para las personas mayores con necesidades visuales, físicas y auditivas; Identificar qué propuestas se adaptan a la realidad del centro. La metodología adoptada es la investigación cualitativa, de carácter exploratorio y explicativo. Como procedimientos metodológicos, de agosto a diciembre de 2019 se realizaron investigaciones bibliográficas, investigaciones de campo, a través de la observación libre, aplicación de entrevistas abiertas y registro de imágenes. Se concluye que esta propuesta de ampliación de las actividades de ocio en el Centro do Idoso de Arroio Grande puede aumentar la demanda de personas mayores con necesidades especiales para participar y ser parte de este espacio que los recibe con tanto cariño y respeto.

Palabras clave: Turismo. Recreación. Salud. Ancianos

LISTA DE FIGURAS

| | |
|---|----|
| Figura 1 - Centro Municipal de Arroio Grande | 22 |
| Figura 2 - Reunião com idosos, Prefeito Municipal e Secretario da Assistência Social..... | 24 |
| Figura 3 - Proporcionando lazer no Centro do Idoso (dança da laranja)..... | 26 |
| Figura 4 - Professor tocando teclado para os idosos. | 29 |

Sumário

| | |
|---|-----------|
| 1. INTRODUÇÃO | 12 |
| 1.1 CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA | 13 |
| 1.2 OBJETIVO GERAL..... | 13 |
| 1.3 OBJETIVOS ESPECÍFICOS..... | 13 |
| 1.4 JUSTIFICATIVA | 14 |
| 1.5 METODOLOGIA | 14 |
| 2. REFERENCIAL TEÓRICO | 16 |
| 2.1. A PERCEPÇÃO DA VELHICE E QUALIDADE DE VIDA | 16 |
| 2.2. TURISMO, LAZER E POLÍTICAS PÚBLICAS DE LAZER | 17 |
| 2.3. TURISMO NA MELHOR IDADE E O TURISTA CIDADÃO | 19 |
| 3. O CENTRO DO IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS | 21 |
| 3.1. ESTRUTURA E FUNCIONAMENTO | 21 |
| 3.2. RESULTADO DAS OBSERVAÇÕES E ENTREVISTAS | 22 |
| 4. PROPOSTA | 31 |
| 4.1. COMO SE DESENVOLVERÁ | 33 |
| 4.2. DIAS DE ATENDIMENTO..... | 33 |
| 4.3. RECURSOS NECESSÁRIOS..... | 33 |
| 4.3.1. <i>Recursos materiais</i> | 33 |
| 4.3.2. <i>Recursos Humanos</i> | 33 |
| 4.3.3. <i>Recursos Financeiros</i> | 33 |
| 5. CONSIDERAÇÕES FINAIS | 34 |
| 6. REFERÊNCIAS | 35 |

1. INTRODUÇÃO

A longevidade ao longo do tempo em diferentes povos teve diferentes visões e assim foi construída a figura social e cultural do idoso. De acordo com a definição estabelecida pela Organização das Nações Unidas, por meio da Resolução 39/125 sobre o envelhecimento da população, a idade definida para que o indivíduo seja considerado um idoso é diferente para países em desenvolvimento e países desenvolvidos. Nos países em desenvolvimento idoso é a pessoa com mais de 60 anos, enquanto que nos países desenvolvidos o idoso é aquele com 65 anos ou mais.

Nos dias atuais o idoso brasileiro é visto, e relacionado, à inatividade e a aposentados de forma equivocada, mesmo que este tenha necessidade de ser assistido, ter cuidados especiais e políticas públicas próprias, temos ainda muitos idosos que trabalham e, mantém uma vida social ativa.

Para o idoso o lazer, a prática de atividades físicas, a participação em grupos, o diálogo, novas amizades e o bem estar são fundamentais para sua vida, pois o contato com outros idosos melhorará sua autoestima, sua saúde mental e física.

Existem espaços públicos e privados que prestam serviços e oferecem atividades específicas para os idosos, no município de Arroio Grande/RS há um espaço assim, o Centro do Idoso. Ele inaugurou no dia 22 de maio 2016, apresentando uma série de atividades, conta com uma equipe de nutricionistas, higienizador, ajudantes gerais, professor de educação física e dançarino, professor do coral, assistente social e psicólogo. Em média, cerca de 40 (quarenta) idosos frequentam o espaço diariamente para realizar suas atividades, porém ressalta-se que no presente momento o espaço está sendo utilizado como centro de triagem para a Covid-19.

O turismo para a melhor idade, quando devidamente planejado e orientado, propicia diversos benefícios, busca envolver os idosos em atividades de lazer e recreação, ocupando o tempo livre e estimulando a convivência (BENI, 2007).

Compreendendo a importância dessa temática a autora apresenta uma proposta de melhorias e qualificação desse espaço. No decorrer do projeto, trabalho, discorre-se sobre percepção da velhice, qualidade de vida do idoso, turismo cidadão, turismo e lazer, turismo na melhor idade, políticas públicas de lazer para idosos e sobre o Centro do Idoso, sua estrutura e funcionamento.

O idoso, por questões biológicas, pode apresentar algumas limitações ou pequenas dificuldades, mas isso não significa a incapacidade de realizar tarefas. O fato de envelhecermos

traz consigo uma série de limitações de ordem fisiológica, sensorial, cognitiva, emocional, entre outras.

Sendo assim, o idoso em sua maioria apresenta dificuldade em escutar, andar e até enxergar, isso o limita a realizar uma série de atividades a que estava acostumado a executar no dia a dia.

A proposta do estudo é propor a ampliação de atividades de inclusão de idosos com PCD. Propondo um momento de reflexão para perceber a si mesmo e ao outro de uma forma positiva, possibilitando o respeito às diferenças, com objetivo de atender toda a demanda, de forma que neste local ninguém seja excluído.

1.1 Caracterização do Problema

Sabemos que no Brasil são comuns os atos discriminatórios e preconceituosos que ferem a dignidade humana, atos estes, presentes no dia a dia de cada um de nós, pois a cada momento presenciamos através de notícias divulgadas pelos órgãos de comunicação. No Centro do Idoso não existe discriminação, pelo contrário, os gestores buscam captar maiores investimentos justamente para melhorar a acessibilidade ao idoso PCD, para que os mesmos possam se sentir mais incluídos e participarem de todas as atividades que o Centro do Idoso oferece. Porém, no decorrer da vivência no espaço foi possível perceber que mesmo no Centro do Idoso de Arroio Grande há alguns idosos que não conseguem participar das atividades coletivas por serem PCD.

1.2 Objetivo Geral

Propor a implantação de atividades diferenciadas com os idosos PDC, com objetivo de atender toda a demanda de forma que neste local ninguém seja tratado diferencialmente.

1.3 Objetivos específicos

- Destacar conceitos sobre envelhecimento, qualidade de vida e inclusão, turismo e lazer;
- Pesquisar atividades recreativas e de lazer que busquem bem estar e autoestima para os idosos portadores de necessidades visuais, físicas e auditivas;
- Identificar quais propostas se adequam à realidade do centro.

1.4 Justificativa

O Centro do Idoso oferece amplas atividades a todos idosos, porém precisa de investimentos, como a ampliação do quadro de profissionais capacitados, melhor infraestrutura e acessibilidade e algumas atividades específicas para idosos com necessidades especiais.

Estes problemas foram identificados no decorrer de conversas informais no período em que a autora realizou as suas Práticas Profissionais em Gestão do Turismo neste espaço, no ano de 2019, e para a construção da proposta do presente Projeto Aplicado I elegeu-se dar a atenção e estudar a ampliação de atividades para idosos PCD possibilitando que participem de uma série de atividades oferecidas no centro.

Observando as mídias que falam sobre política e cotidiano, podemos ver que o lazer vem ganhando foco e garantindo seu espaço na vida das pessoas. Ele é estudado por diversas áreas do conhecimento e implica qualidade de vida para os indivíduos que aderem as práticas de lazer e turismo. É necessário propor estratégias para poder trazer esse público alvo para o Centro do Idoso, pela cultura, políticas públicas, fundamentos sociais, para que os idosos possam usufruir do seu tempo livre.

O motivo das atividades diferenciadas desenvolvidas no local será para atender aqueles que têm necessidades especiais e físicas, tornando a prática destas atividades semanalmente em grupos de idosos, no Centro do Idoso. Sendo assim, o lazer passa a atingir mais pessoas, podendo auxiliar na qualidade de vida deste público e valorizar às atividades planejadas e executadas pelos profissionais que atuam no local.

1.5 Metodologia

A pesquisa caracteriza-se como qualitativa que segundo Minayo (2001, p.21) “a pesquisa qualitativa responde a questões muito particulares. Ela se preocupa, nas ciências sociais, com um nível de realidade que não pode ser quantificado”.

A pesquisa toma característica bibliográfica, e descritiva que segundo Cervo, Bervian e da Silva (2007, p.61), “constitui o procedimento básico para os estudos monográficos, pelos quais se busca o domínio do estado da arte sobre determinado tema” e descritiva, pois este tipo de pesquisa ocorre quando se “registra, analisa e correlaciona fatos ou fenômenos, sem manipulá-los”.

Também é uma pesquisa explicativa, pois tenta conectar as ideias e fatores, para compreender as causas segundo Gil (2007, p. 43), uma pesquisa explicativa “pode ser a continuação de outra descritiva, posto que a identificação de fatores que determinam um fenômeno exige que este esteja suficientemente descrito e detalhado”.

Como procedimentos metodológicos fez-se observação livre, valendo-se do período da disciplina de Práticas Profissionais em Gestão do Turismo I, realizadas de agosto a dezembro de 2019. Foi feita uma entrevista aberta com os idosos, com o objetivo de saber qual a importância do Centro do Idoso para eles. A pesquisa entrevista com perguntas aleatórias foi feita em quatro dias no local, com a participação de 40 pessoas, no qual 100% dos usuários aprovam o serviço oferecido e admiram os profissionais pelo carinho e dedicação com eles. Alguns idosos participam desde a inauguração do projeto e se sentem em família.

Foi feita uma busca de alguns autores como: Gil (2007, p.17) que diz “só se inicia uma pesquisa se existir uma pergunta, uma dúvida, onde se quer buscar a resposta” e Minayo (1993, p.62) fazendo uso das palavras de Malinowski (1984) quando diz: “O investigador deve se preparar muito bem, como se tudo dependesse dele.” As categorias teóricas pesquisadas foram: velhice; qualidade de vida; turismo e lazer; turismo na melhor idade.

Por fim, a etapa do registro de imagens de alguns idosos que constam neste trabalho, as quais foram autorizadas por eles.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1. A percepção da velhice e qualidade de vida

Com o tempo tudo começa a envelhecer, trata-se de um processo. Mas não envelhecemos quando a pele enruga e sim quando nossos sonhos e esperanças deixam de existir.

Para Bettinelli; Erdmann; Rosa, (2004, p. 245– 246):

Sabe-se que a percepção da velhice acontece, geralmente, de fora para dentro. Isso porque se sobressai de alguma situação do cotidiano, da própria imagem refletida no espelho, de alguém que manifesta ou sub-repticiamente a põe em evidência. Por tratar-se de um processo lento, gradual e silencioso, a própria pessoa, às vezes, não se dá conta, de imediato, de que está envelhecendo.

Envelhecer não é significado de tornar-se inútil, pois é possível notar que existem pessoas com pouca idade e já se sentem velhas e, ao mesmo tempo pessoas com idade avançada que se sentem jovens. Neste contexto é importante que se distinga envelhecimento de velhice.

Para Messy (1999, p. 23) “se o envelhecimento é o tempo da idade que avança, a velhice é o da idade avançada, entenda-se, em direção a morte”. Costa nos diz que:

Envelhecimento: processo evolutivo, um ato contínuo, isto é, sem interrupção, que acontece a partir do nascimento do indivíduo até o momento de sua morte [...] é o processo constante de transformação. Velhice: é o estado de ser velho, o produto do envelhecimento, o resultado do processo de envelhecer. (COSTA, 1998, p.26).

Pode-se concluir segundo a autora que o envelhecimento começa no momento em que nascemos e se prolonga até a morte, são as transformações sofridas durante toda a vida e, que velhice é o resultado do envelhecimento, é estar velho. O envelhecimento nos torna velho.

Salgado (2007, p. 68) vê o envelhecimento como: “um processo que resulta da interação de fatores biológicos, psicoemocionais e socioculturais. Executando a razão biológica que tem caráter processual e universal”.

Nesse viés o autor quer enfatizar que o envelhecimento pode ser influenciado pelo meio, por fatores biológicos, psicológico e das condições como vivemos, sendo que o próprio indivíduo é o responsável por seus atos em relação a suas atitudes que os leva a velhice. Concordando Brêtas (2003, p. 298) destaca:

O envelhecimento é um processo complexo, pluridimensional, revestido por aquisições individuais e coletivas, fenômenos inseparáveis e simultâneos. Por mais que o ato de envelhecer seja individual, o ser humano vive na esfera coletiva e como tal, sofre as influências da

sociedade. A vida não é só biológica, ela é social e culturalmente construída, portanto, pode-se dizer que os estágios da vida apresentam diferentes significados e duração (BRÊTAS, 2003, p.298).

Brêtas (2003, p. 298) compreende o envelhecimento como “um fenômeno natural e processual, compreendido como o processo de vida, ou seja, envelhecemos porque vivemos muitas vezes sem nos darmos conta disto”.

Para muitos qualidade de vida é abordada como sinônimo de saúde, mas essa qualidade abrange muito mais que saúde, podendo destacar vida boa no sentido tanto financeira como afetivo, pois de nada adianta ser saudável se nos falta carinho, respeito, moradia entre outros.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 1998) qualidade de vida significa a percepção que os indivíduos têm sobre suas necessidades, ou seja, se suas necessidades estão satisfeitas ou se estão deixando a desejar, pois quando estas necessidades são consideradas satisfeitas o indivíduo pode alcançar a felicidade e a autorrealização, sem sofrer influência de seu estado de saúde físico ou das condições sociais e econômicas.

Oliveira (2009) diz que Qualidade de Vida significa muitas coisas, envolve saúde, educação, transporte, moradia, trabalho, atividade física e participação nas decisões que lhe dizem respeito, enfim diz respeito a como as pessoas vivem, sentem e compreendem seu cotidiano.

É sabido que a expectativa de vida das pessoas está aumentando, mas nesse contexto não adianta valorizar os anos a mais se os idosos não tiverem uma boa qualidade de vida, portanto é importante que este fator seja reconhecido e que algo seja feito em busca dessa qualidade de vida, oferecendo a eles uma vida digna.

2.2.TURISMO, LAZER E POLÍTICAS PÚBLICAS DE LAZER

Para Marcellino (2002) as atividades de turismo, entendidas como manifestações culturais, configuram-se, fundamentalmente, ainda que de modo não exclusivo, como práticas de lazer. Assim como as demais atividades de lazer, o turismo pode ser uma simples ocasião de consumo conformista ou de desenvolvimento pessoal e social crítico e criativo.

Conforme Gomes, (2010, p. 90):

“O lazer e o turismo podem ser importantes aliados no sentido de ampliar a inclusão social das pessoas idosas, desde que os fundamentos sociais, culturais e políticos aqui delineados sejam compreendidos, respeitados e colocados em prática por meio de estratégias educativas coerentes com esses princípios”.

Como discorrem Werneck e Isayama (2001, p. 65):

O lazer não se restringe ao consumo alienado, proporcionado por meio das oportunidades que padronizam gostos e preferências; que tratam os sujeitos como se fossem meros objetos desprovidos de histórias de vida particulares e que ignoram as questões culturais, políticas e sociais mais amplas que nos constituem.

Para Oliveira apud Marcellino (2002, p. 74)

O turismo, enquanto atividade de lazer envolve três dimensões: imaginação, ação e recordação. O imaginário antecede a viagem. É o domínio do sonho. A pessoa sai a procura de informações, folhetos, fotos, vídeos, etc..., tudo que lhe permita um referencial para 'curtir' a viagem, por antecipação. O real é a vivência da viagem em si; e aqui os aspectos de surpresa e aventura que cercam a ruptura com o cotidiano são muito importantes. (...) A recordação é o prolongamento da viagem, que não termina na volta. Quanto maior for o envolvimento, maior será o prolongamento em termos de recordações de imagens e sensações que, inclusive, extrapolam o nível individual do turista, e se 'socializam' nos círculos dos amigos e familiares pelas narrativas, mostras de fotos, de vídeos, etc.

Na mesma linha de pensamento, Mello, (2003, p. 06) “O lazer é muito importante e está diretamente ligado a saúde, educação e qualidade de vida.”

As políticas públicas de lazer podem ser conceituadas como instrumentos de ação dos governos para intervir no domínio social, distribuindo bens e serviços públicos, em resposta às demandas da sociedade, visando implementar os direitos sociais previstos na constituição e alcançar a justiça social.

Na visão de Mommaas; Col, (1996, p. 56) “O lazer é caracterizado por palavras-chave como “profissionalização”, “fragmentação”, “pluralismo” e “transnacionalismo”. Isso significa que o profissional do turismo necessita capacitar-se para proporcionar o lazer aos diversos tipos de usuários que virão a utilizar estes serviços. Ele é estudado por diversas áreas do conhecimento e implica qualidade de vida para os indivíduos que aderem as práticas de lazer e turismo.

O lazer como exercício social, não prepara as pessoas para um tempo livre, mesmo com tecnologia e diversificação de lazer, a dificuldade de um tempo livre durante o dia de cada família é difícil. Um aspecto importante nesta organização é o espaço de lazer urbano, melhorando a situação dos transportes públicos e turísticos das cidades.

O lazer e o turismo são importantes estratégias para poder trazer os idosos ao Centro do Idoso de Arroio Grande. Podendo colocar em pratica as atividades que serão feitas no local.

O lazer e o turismo são importantes estratégias para poder trazer os idosos ao Centro do Idoso de Arroio Grande. Podendo colocar em pratica as atividades que serão feitas no local. As viagens que os idosos fazem para outras cidades, apresentando o coral, trazem grandes benefícios a si próprios, como um momento de turismo e lazer, onde podem fazer registros destes momentos.

2.3. Turismo na melhor idade e o turista cidadão

Segundo Vaz (2002), o turismo para a melhor idade no Brasil partiu como uma iniciativa social, em entidades como o Serviço Social do Comércio (SESC) e dos Clubes da Melhor Idade com o propósito de envolver os idosos em atividades que fizessem estes manter o tempo livre e ao mesmo tempo estimulando a convivência, oferecendo assim atividades de lazer e recreação.

Como diz Bacal, (2003, p. 98) O lazer também se caracteriza pela realização das atividades discricionais que se efetivam neste tempo livre, sendo o turismo uma destas atividades que desperta no indivíduo bem estar e satisfação.

Esses sentimentos de satisfação são desenvolvidos no Centro do Idoso de Arroio Grande, onde procuram fazer atividades de lazer com os idosos.

[...] essencialmente movimento de pessoas e atendimento as suas necessidades, assim como às necessidades das outras pessoas, que não viajam. O turismo é o fenômeno de interação entre o turista e o núcleo receptor e de todas as atividades decorrentes dessa interação. É uma atividade multidisciplinar [...] (Barretto, 1991, p. 43).

Os brasileiros estão descobrindo as vantagens e os benefícios de viajar na terceira idade, movimentando cada vez mais o setor turístico, ficando clara a importância da alimentação saudável e boas noites de sono em casa viagem.

Há um debate do que seria exatamente o turismo, o que o compõe, e sobre quem deve ser considerado turista debate esse que gerou e gera algumas definições para a palavra, em diversos aspectos. Por isso não se definiu certo ou incerto, visto que todos contribuem para que o entendimento sobre o turismo cresça.

Beni (1999), por exemplo, diz que o turismo:

é um elemento importante na vida social e econômica da comunidade regional. Reflete as aspirações legítimas das pessoas no sentido de se desfrutar novos lugares, assimilar culturas diferentes, beneficiar de atividades ou descansar longe do local habitual de residência ou de trabalho (BENI, 1999, p. 13).

A atividade turística está ligada diretamente ao lazer, com o objetivo de receber indivíduos, sejam turistas, excursionistas, empresários do ramo de negócios, enfim, o turismo mexe com os destinos com seu pacote amplo de serviços, fazendo com que seus valores

políticos, culturais, econômicos e sociais fiquem evidentes, e um dos principais benefícios do turismo é o desenvolvimento que ele acarreta para os locais e suas comunidades.

A definição mais aceita é a da OMT (2003), que diz que o turismo é a inclusão e duas características: deslocamento e as atividades que as pessoas realizam durante as viagens e estadias, além das relações estabelecidas entre turista e comunidade local, já que são locais diferentes do seu ambiente habitual, esse período de tempo que segue inferior a um ano e mínimo de 24 horas, como principal fim o lazer.

O Ministério do Turismo do Brasil tem como um de seus objetivos desenvolverem o turismo como uma atividade econômica sustentável, sendo um importante meio de geração de empregos e divisas, sendo dessa forma um incentivador da inclusão social (MTUR, 2016).

Andrade (1995, p.38) define turismo como “[...] o complexo de atividades e serviços relacionados aos deslocamentos, transportes, alojamentos, alimentação, circulação de produtos turísticos, atividades relacionadas aos movimentos culturais, visitas, lazer e entretenimento”.

Para Gastal (2006) as pessoas não são consideradas fixas, mas quem percorre os espaços da cidade e, ao colocar estas em movimento, ou seja, torná-las em cidadão turista, deixando de ser apenas pessoas que vão e vem sem ao menos observar ou apropriar-se dos espaços e situações é pensar no turismo, não considerando apenas os turistas que visitam a cidade.

Gastal (2006) discorre que turista cidadão é quem resgata a cultura da sua cidade, onde o indivíduo descobre no dia a dia outras culturas, outras formas étnicas e outras oportunidades de lazer e entretenimento, ou seja, o turista cidadão é aquele que consegue valorizar o ambiente, a cultura, a história e os espaços de entretenimento que sua cidade oferece.

3. O CENTRO DO IDOSO DE ARROIO GRANDE/RS

3.1.Estrutura e funcionamento

O Centro do Idoso, na cidade de Arroio Grande – RS foi inaugurado no dia 22 (vinte e dois) de maio 2016, sendo administrado pela Prefeitura Municipal.

Na parte exterior desenvolve atividades como academia ao ar livre, espaço de caminhada e bancos para descansar e aproveitar o lazer e na parte interior, possui um salão de festas, com dois banheiros e cozinha.

Conta com uma equipe de nutricionistas, higienizador, ajudantes gerais, professor de educação física e dançarino, professor do coral, assistente social e psicólogo. Em média, cerca de 40 (quarenta) idosos entre mulheres e homens frequentam o espaço diariamente para realizar suas atividades. Este trabalho é feito para estimular os idosos e reconhecer sua importância na sociedade, tornando mais justa e digna a vida de cada um.

O Centro do Idoso oferece amplas atividades a todos idosos, porém precisa de investimentos, como a ampliação do quadro de profissionais capacitados, melhor infraestrutura e acessibilidade e algumas atividades específicas para cada caso, identificando os problemas de cada idoso que frequenta o local e participa das atividades. Para eles, os benefícios serão, o aumento dos usuários e a ampliação do espaço para os portadores de deficiência, possibilitando que participem de todas atividades propostas.

No turno da manhã semanalmente são praticadas as atividades físicas, como um professor de Educação Física, antes de começar qualquer atividade é aferido à pressão de cada idoso, para garantir um melhor conforto a cada um. É feito um alongamento antes da caminhada com o grupo.

No horário de 09h30min da manhã são oferecidas as oficinas aos idosos, onde eles participam e se motivam com suas formaturas e entregas de certificados de conclusão de cursos. São oferecidas oficinas de mídia, para a formação/qualificação dos idosos com os computadores, saber como acessar e postar informações no facebook, google, utilizar a calculadora, ligar e desligar os computadores, entre outras atividades. A inclusão digital tem como finalidade proporcionar para cada idoso o conhecimento necessário para utilizar o seu próprio celular, no dia desta oficina eles levam o seu próprio aparelho.

No turno da tarde 13:00 horas, também têm as atividades físicas, como melhoria em saúde. Ensaio do coral, no qual eles se apresentam em dias comemorativos e em outras cidades. Grupo de dança para os idosos, onde eles aprendem com o professor várias coreografias.

Este trabalho é feito para estimular os idosos e reconhecer sua importância na sociedade, tornando mais justa e digna a vida de cada um.

Figura 1 - Centro Municipal de Arroio Grande



Fonte: A autora (2019)

3.2.RESULTADO DAS OBSERVAÇÕES E ENTREVISTAS

O primeiro passo em relação a realização do projeto foi realizar uma visita ao Centro do Idoso, com a intenção de conhecer esse espaço e pedir permissão para realizar observações e entrevistas explicando que estava fazendo uma pesquisa para faculdade que serviria de base para a realização do projeto para a elaboração do TCC do Curso Superior de Tecnologia em Gestão de Turismo da Universidade Federal do Pampa, como requisito parcial à obtenção do grau de Tecnólogo em Gestão de Turismo.

Ao chegar ao Centro do Idoso foi possível observar e se surpreender com a estrutura oferecida aos idosos, pois ouvia falar do centro, mas não imaginava que o ambiente oferecido para as atividades fosse organizado e em ótimo estado de conservação.

A recepção tanto por parte das pessoas que ali trabalham como pelos idosos foi de muita educação e cordialidade, atitudes estas que nos deixam a vontade para a realização das observações e das entrevistas.

Para melhor realizar o trabalho de entrevistas a acadêmica optou por realizar a técnica de entrevista não estruturada após as observações, isto é, a cada dia de observação as perguntas eram direcionadas ao que fora observado, acreditando ser melhor para os idosos, não ficar tão cansativo e obter melhores resultados nas respostas.

As entrevistas correram de forma tranquila, sendo realizadas em quatro dias na segunda-feira dia 19 de agosto de 2019, terça-feira 20 de agosto de 2019, 02 e 11 de setembro de 2019, tendo à acadêmica registrado todas as perguntas e respostas em anotações para depois organizá-

las e, para não utilizar o horário destinado a atividade oferecida pelo Centro pediu com antecedência permissão para a realização destas atividades, pois pode-se observar a cada dia uma atividade.

Após a aferição da pressão feita pelo professor de Educação Física os idosos foram divididos em dois grupos e, enquanto um grupo fez a caminhada no espaço destinado à mesma o outro grupo aguardava sentado ao ar livre conversando junto com outros dois que foram dispensados, onde se observou que estes apresentavam deficiência física leve, sendo que um faz uso de uma bota especial e o outro faz uso de muletas.

Também foi possível notar que o professor colocou num grupo um idoso com baixa visão e no outro um surdo, observação esta que fez com que sentisse mais vontade em desenvolver o projeto que iria beneficiar estes idosos com atividades das quais poderiam participar.

Feito a atividade da caminhada os idosos voltaram para o interior do Centro e foram jogar damas, sendo que nesta atividade todos participaram, pois existe um tabuleiro adaptado para quem tem baixa visão e que não impede de seu parceiro jogar.

Neste dia foram feitas apenas duas perguntas: quanto tempo faz que participavam das atividades oferecidas pelo Centro e o que te motivou a participar?

As respostas foram diretas, pois a maioria 31(trinta e um) dos idosos presentes disseram que foram observar o que era feito ali e gostaram e como passavam o dia sem fazer nada em casa encontraram naquele espaço um lugar para conversar, trocar ideias, recordar e ao mesmo tempo realizar atividades que os ajudam a ter uma vida melhor.

Alguns ainda disseram que ali eles se sentem valorizados, visto que podem fazer atividades que em casa não podem fazer. Na manhã seguinte ao chegar ao Centro os idosos estavam reunidos assistindo uma palestra com senhor Prefeito Municipal e o secretário da Assistência Social e como não fazia parte do Centro não foi permitida minha presença para assistir, pude apenas tirar uma foto.

Figura 2 - Reunião com idosos, Prefeito Municipal e Secretario da Assistência Social.



Fonte: A autora (2019)

Após a reunião que durou em torno de uma hora os idosos foram convidados a olharem um vídeo que apresentava considerações sobre a Política Nacional do Idoso com explanação do Secretário da Assistência Social, dando ênfase ao direito do idoso ao benefício assistencial e a Lei Orgânica da Assistência Social, política pública que define os critérios para a concessão do benefício assistencial ao idoso.

Nessa manhã não foram realizadas entrevista. Combinei então de ir à tarde para conversarmos e observar as atividades que seriam realizadas.

Como no município temos o Grupo União da Terceira Idade, o qual oferece baile aos sábados e aos domingos, o Centro do idoso formou um grupo de dança e duas vezes por semana ele tem aula de dança, aprendem coreografias e assim podem participar dos bailes do Grupo União da Terceira Idade e nesta tarde foi possível observar-os idosos dançando.

Outra observação importante a ser destacada refere-se à participação dos idosos PCD nas atividades destinadas a dança, pois nota-se que estes não participam e nem se fazem presentes.

Após o término da atividade partiu-se-para a aplicação de mais duas perguntas: qual a tua concepção sobre o idoso nos dias atuais? O idoso hoje é mais respeitado que em épocas anteriores?

Eles buscaram responder de maneira sem tentar desfazer os conceitos que sempre ouviram e presenciaram sobre o que entendem e acreditam ser idoso nos dias atuais, pois destacaram que quando seus pais estavam com a idade deles o idoso era considerado como aquele que não serve pra mais nada, dando a entender que há tempos atrás o idoso parecia deixar de ser um ser humano e sim uma coisa gasta que poderia ser deixado de lado e que hoje ainda

se encontra quem despreza o idoso, mas que já mudou muito o conceito sobre o idoso. Disseram que se sentem felizes por pertencer a esta geração que acredita que o idoso ainda faz parte da vida das pessoas e por elas ainda são amados.

Antes de ir embora a acadêmica foi convidada para uma confraternização que seria realizada na tarde do dia seguinte em que seria escolhida a rainha do Centro do Idoso, a qual irá representar o Centro no Baile do Grupo União da Terceira Idade.

Foi uma festa organizada pelos idosos e todos que trabalham no Centro do Idoso e tendo como convidados familiares e autoridades que prestigiaram com muita alegria e respeito aos idosos.

Os convidados foram os jurados durante o desfile, tendo como ganhadora uma idosa de 63 anos, solteira e que embora não tenha o convívio com a família é bem ativa, participativa e principalmente carinhosa com os outros idosos.

Na manhã seguinte dia 21 de setembro em torno de 10 horas os idosos estavam realizando atividades nos aparelhos que se encontram no pátio, aparelhos como simulador de caminhada, aparelho fácil de ser utilizado, bastando colocar os pés no suporte e fazer um pouco de força para frente e para trás para realizar movimentos semelhantes aos de uma caminhada; o Esqui proporciona um exercício fácil e prazeroso para os idosos. Para flexibilizar as pernas, o quadril e a região lombar, treinar no aparelho de surf pode amenizar as dores nas costas.

Neste mesmo dia 21 de agosto a tarde foi possível assistir atividades de lazer como jogos interativos (baralho) e a dança da laranja para trabalhar a atenção concentrada.

Figura 3 - Proporcionando lazer no Centro do Idoso (dança da laranja)



Fonte: A autora (2019)

Ao final da tarde conversou-se com os responsáveis pela elaboração das atividades que serão oferecidas e desenvolvidas durante a semana para procurar conhecer como são escolhidas, se existe um plano semanal, mensal ou se estas atividades são escolhidas no dia.

O responsável pelo Centro do idoso observou que existe um plano e que este deve ser seguido pelos professores, enfim é como se fosse um plano de aula de uma escola, deve ter um roteiro a ser seguido, pois os idosos e quem vão realizar as atividades devem estar preparados e, mais ainda as atividades são escolhidas de uma semana para outra, não existe rigor, apenas o tipo de atividade é que é definida, por exemplo, atividades físicas, as quais vão ser realizadas em cada dia da semana.

Por motivo de saúde a acadêmica precisou afastar-se por dois dias (22 e 23 de agosto) para tratamento médico e assim sem visitar o Centro do Idoso. Ao retornar a acadêmica foi recebida com muita alegria e muito carinho por parte dos idosos, o que a deixou muito feliz, pois sentiu-se que nossa presença lhes fazia bem.

Este carinho vale a pena e demonstra o ser humano incrível que ainda temos em nossa companhia. Conversa-se e explica-se o que tinha acontecido e que estava tudo bem e feliz por estarmos ali.

Como estava chovendo as atividades do dia foram realizadas no espaço interno do Centro e, isto comprova que existe um plano flexível e que os professores estão preparados e organizados para adaptarem o plano em função de qualquer contratempo.

As atividades foram lúdicas, pois muitos não compareceram ao Centro devido a chuva e então jogaram cartas, montaram quebra-cabeças, cantaram e conversaram sobre temas que o professor apresentava como amor ao próximo, respeito, família e afetividade, sendo que estas

atividades foram realizadas durante toda a semana pois continuava a chover e decide-se que só voltaríamos ao Centro quando o tempo melhorasse.

Retorna-se ao Centro do Idoso no dia 02 de setembro e após participar de uma roda de conversa com os idosos sobre as festividades da semana da Pátria, como eram estas quando eram jovens e como são hoje. Muitos disseram que eram obrigados a desfilar para demonstrar o amor que sentiam pela Pátria, sendo que hoje este desfile não é mais obrigatório.

Pensando em descobrir mais um pouco sobre o dia a dia e a vida em casa destes idosos a acadêmica convida-os para responderem mais duas perguntas: após vocês decidirem que participariam das atividades do Centro houve alguma mudança no relacionamento de vocês e seus familiares? Vocês participam de alguma atividade em casa, como ajudar em tarefas domésticas leves?

Em relação à pergunta sobre se o relacionamento em casa melhorou depois que começaram a participar das atividades do Centro do Idoso, todos foram unânimes em dizer que sim, só não sabem se é porque passam a maior parte do tempo fora. Este fato diminuiu a preocupação e a responsabilidade, pois muito pouco tempo têm para permanecerem juntos.

Quanto a ajudar todos disseram que sim, ajudam a manter seus quartos arrumados outros também cuidam do jardim e quando possível até preparam alguma refeição, mas sempre monitorados por alguém.

Durante a semana que correu não houve atividade no Centro do Idoso, as atividades foram dispensadas para que estes pudessem participar das atividades alusivas a Semana da Pátria, onde todos os dias eram levados para a Praça Central prestigiar os desfiles diários realizados pelas escolas.

No dia 11 de setembro a acadêmica volta ao Centro do Idoso e observa que as atividades voltaram ao normal, encontrando os idosos participando das atividades nos aparelhos localizados ao ar livre.

Após pediu-se permissão para aplicar duas perguntas relacionadas ao propósito do projeto: gostarias que houvesse alguma mudança em relação às atividades realizadas aqui no Centro? Qual atividade gostaria que fosse incluída no dia a dia?

As respostas não foram muito animadoras, pois apenas disseram que estava bom e que se sentiam bem com o que faziam e, também não deram sugestões.

Neste momento nota-se que o grupo precisava conhecer outras atividades e que os professores precisam buscar outras atividades diferentes, senão aos poucos os idosos vão perder o entusiasmo em participar e o Centro do Idoso perderá a finalidade pelo qual foi criado.

Na semana do dia 12 ao final do mês de setembro a acadêmica não participou das atividades do Centro do Idoso devido ao horário de trabalho ter sofrido alterações, pois houve a dispensa de diversos funcionários, os quais eram contratados e seus contratos haviam terminado e até a realização de novo processo seletivo o horário de serviço foi alterado.

No dia 07 de outubro volta-se ao Centro do Idoso e a rotina continua a mesma, os idosos realizando atividades nos aparelhos ao ar livre e outros sentados observando e conversando.

A acadêmica senta junto aos mesmos e participa da conversa, que era sobre futebol, onde gremistas e colorados discutiam qual clube tem mais torcedores, sendo que os gremistas acreditam que a torcida deles é maior, pois quando acontece jogo do Grêmio a quantidade de foguetes é maior que a do Inter.

Após busca-se conversar com os professores sobre a possibilidade de buscar novas atividades, principalmente para incluir os que apresentam necessidades especiais, pois muito poucos participam apenas se fazem presentes nas conversas.

Fala-se sobre a proposta do projeto que estava direcionada principalmente aos idosos PCD e a inclusão de atividades que atendessem esses idosos, embora no momento apenas três idosos apresentassem necessidades especiais leves, mas que com o tempo podem surgir outros e também que na comunidade deve haver mais idosos com necessidades, mas que não procuram o Centro por medo de não poderem participar e sentirem-se excluídos.

Neste momento os professores disseram que esse problema quem resolve é a prefeitura e que era preciso conversar com o secretário da Assistência Social e pedir material e outros aparelhos, o que respondi que existem muitas atividades que não necessitam de algo muito especial, basta à boa vontade.

A resposta dos professores demonstra pouco interesse, o que deixa-nos um pouco chateada, não demonstram interesse ou não estão engajados na proposta de inclusão e acolhimento do idoso, independente de como este se apresenta, ou melhor, da situação vivida por este idoso, principalmente quando necessita de atenção diferenciada por razões que a idade ou algum contratempo lhe proporcionou.

No dia 08 de outubro a visita foi realizada na parte da tarde e, chegando lá encontra-se todos os idosos participando de uma atividade musical, ou seja, estavam escutando o professor que trabalha com música tocando um teclado e que esta atividade era direcionada aos portadores de deficiência.

A acadêmica surpreende-se, pois ouvir alguém tocando um instrumento musical pode ser considerada uma atividade inclusiva? Será que o idoso que tem baixa audição estaria ouvindo com clareza?

Figura 4 - Professor tocando teclado para os idosos.



Fonte: A autora (2019)

Ao término da atividade conversa-se com os idosos sobre o prazer de escutar música e apreciar estes momentos que muitas vezes nos acalma, nos leva a momentos já vividos, enfim nos trás recordações e convida-se a responderem mais duas perguntas: qual é o seu passatempo ou atividade preferida? Já participaste de algum encontro de idosos em outra cidade? Se sim, como foi? Se não, terias vontade de participar?

Em relação ao passatempo ou atividade preferida a maioria deixou claro que é estar no Centro do Idoso, pois sentem que aquele lugar é deles, é onde podem participar sem serem criticados ou repreendidos por estarem fazendo algo que muitos acreditam que só os jovens podem fazer e, que quando chega os finais de semana é triste, pois a maioria não tem onde ir a não ser ficar em casa.

Quanto à segunda pergunta apenas dois disseram que já participaram de encontros fora do município, mas não foi através do Centro e sim do Grupo da Terceira Idade, em duas festas e baile no município vizinho de Herval, destacando que foram festas maravilhosas, conheceram pessoas, fizeram novas amizades e um disse que arrumou uma namorada, mas como não foi mais lá o namoro terminou.

Para encerrar as atividades no Centro do Idoso promete-se a eles que assim que seja possível iremos visitá-los para conversar e quem sabe realizar algumas atividades juntos ou até mesmo realizar uma viagem.

Agradecemos a todos a oportunidade de vivenciar aqueles poucos momentos junto a eles, conhecer pessoas com mais experiência e com muita sabedoria e que ainda acreditam que podem e devem usufruir das oportunidades que lhes são oferecidas.

A partir deste momento fomos à busca de sugestões de atividades que possam ser desenvolvidas no Centro do Idoso, atividades estas que possam ser aproveitadas por todos, indiferente se seja portador ou não.

4. PROPOSTA

A proposta é fazer um projeto de atividade de inclusão de idosos com PCD. Propondo um momento de reflexão para perceber a si mesmo e ao outro de uma forma positiva, possibilitando respeito às diferenças. O projeto terá o nome de “somos iguais ou diferentes?” Esta proposta surgiu da necessidade de ter lazer a todos, sem desigualdade ao próximo.

Pietko (2014) destaca que a qualidade de vida na idade avançada depende, em grande parte, de uma condição de saúde que permita às pessoas executar as coisas que desejam, sem dor, durante a maior parte do tempo, ou seja, com autonomia.

Quando falamos em autonomia devemos pensar que nem todos os idosos conseguem ter esta autonomia, pois quando nos deparamos com quem tem alguma limitação, seja ela física, visual ou auditiva é mais difícil que se consiga obter resultados tão efetivos quanto aos daqueles que não apresentam limitação.

Portanto pensando nos idosos do Centro do Idoso de Arroio Grande buscamos apresentar sugestões de atividades que possam ser realizadas por todos os idosos que ali frequentam sem que nenhum fique de fora e consiga participar, pois só assim ele se sentirá incluído e com a certeza que embora tenha limitações, estas não os excluirão da vida em sociedade.

O município de Arroio Grande possui um espaço físico e um ginásio de esportes que pode muito bem ser aproveitado pelos idosos para a realização das mais diversas atividades, sem contar que tem também uma piscina que poderia ser aproveitada em prol dos idosos.

Sugestões de atividades físicas para pessoas com PCD:

Caminhada e corrida: Cadeiras de rodas podem passar por adaptações de modo a permitir corridas e “caminhadas”, que são bons exercícios aeróbicos. Para quem utiliza muletas, a caminhada é um ótimo meio de fortalecer a musculatura das pernas e consolidar a cicatrização de ossos e cartilagens.

Musculação – A musculação é muito importante para aquelas pessoas que apresentam alguma limitação nos membros, de forma a fortalecê-los e não sobrecarregar certas partes do corpo.

Voleibol sentado- Ele estimula o espírito de equipe e pode ser praticado por homens e mulheres com deficiência física.

Sugestões de atividades físicas para dificuldades visuais:

Ciclismo – Pessoas com limitações de visão podem utilizar bicicletas adaptadas para o uso em duplas e contar com o acompanhamento de alguém que conte com boa visão para auxiliá-las.

Ioga – A ioga combina exercícios que trabalham força, respiração, alongamento, resistência e concentração.

Boliche - boliche, podem ser jogados com pequenas modificações – no caso do boliche, basta colocar barras ao longo das calhas.

Futebol de 5- O futebol de 5 é uma modalidade esportiva voltada para atletas cegos. Ela é disputada em uma quadra semelhante à de futsal, com apenas algumas alterações.

Sugestões de atividades físicas para deficientes auditivos:

Ciclismo –os surdos devem pedalar com a companhia de outra pessoa ou mesmo de um cão-guia, para evitar acidentes.

Oficinas de arte

Por meio de oficinas de arte, é possível desenvolver habilidades manuais que permitem expandir a criatividade e a coordenação motora e ampliar a atenção e a concentração.

- artesanato;
- estamparia;
- fotografia;
- pintura em tela;

As sugestões de atividades a serem apresentadas foram selecionadas de maneira que todos possam realizá-las juntos, ou seja, são atividades que portadores ou não de deficiência seja ela qual for pode realizar, apenas em alguns casos necessitaram de alguma adaptação ou não.

As atividades serão feitas de segunda-feira à sexta-feira, todos os idosos poderão participar, porém será de importância aos PCD.

A Proposta terá como objetivo a união entre os idosos. As atividades serão diversas, porem sempre visando às necessidades destes idosos. As brincadeiras terão um tempo a serem executada, a cada finalidade serão premiados os idosos, podendo fazer registros destes momentos, assim estes idosos terão momentos de lazer, felicidade e importância. Pois se sentir especial é a proposta das brincadeiras educativas.

4.1. Como se desenvolverá

O trabalho já é desenvolvido, porém precisa conter outras atividades como para PCD, é necessário que tenha material disponível para que os professores consigam desenvolver outras atividades.

4.2. Dias de atendimento

O atendimento com os idosos é de segunda-feira à sexta-feira, cada turno com uma atividade desenvolvida, contendo um professor de educação física, uma nutricionista, professor de dança, psicólogo. No Centro do Idoso já existe um cronograma no qual os idosos se mantem informado das atividades, reuniões em grupos, apresentações, viagens, cursos, gincanas, academia e caminhada.

4.3. Recursos necessários

4.3.1. Recursos materiais

O material usado são canetas, cadernos, computadores, aparelhos de academia ao ar livre, espaço para caminhada, instrumentos de dança, som, ônibus para as viagens e uniformes.

4.3.2. Recursos Humanos

Profissionais capacitados e com habilitação para trabalhar com pessoas com PCD, entre eles os profissionais de educação física.

4.3.3. Recursos Financeiros

Os recursos financeiros serão buscados junto à prefeitura municipal e na secretaria do turismo.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Acredita-se que as intervenções educativas com os idosos no âmbito de turismo e lazer proporcionam uma expectativa grandiosa a cada um, agregando conhecimento e qualidade de vida a todos.

Constata-se que a necessidade de incluir atividades que possam proporcionar aos idosos, principalmente àqueles que apresentam PCD como visual auditiva e física é de grande relevância para que todos os idosos sintam-se valorizados e respeitados sem discriminação e como o Centro do Idoso foi criado com o propósito de ser um espaço onde o idoso ao participar das atividades oferecidas sintam-se vivos, com condições de participar da sociedade com dignidade.

Para os idosos este local é uma “escola” onde aprendem e ensinam uns aos outros. Os idosos que frequentam o centro não gostam de faltar às atividades, pois são muito envolvidos e responsáveis e é lindo ver o respeito de cada um, o abraço na chegada e na despedida de cada dia. O lazer os motiva a ter experiências e descobertas incríveis, podendo reconhecer seus próprios valores e conquistas.

Considera-se nesse contexto que a proposta vai garantir a permanência e a procura de outros idosos a fazer parte do Centro do Idoso e garantir que o espaço seja a cada dia direcionado a oferecer aos idosos a oportunidade de participarem e oferecer uma vida com qualidade, sendo esta qualidade um direito.

6. REFERÊNCIAS

- ANDRADE, J.V. **Turismo: fundamentos e dimensões**. São Paulo: Ática, 1995.
- BACAL, Sarah. **Lazer e o universo dos possíveis/ Sarah Bacal**. – São Paulo: Aleph, 2003.
- BARRETO, Margarita. **Planejamento e Organização em Turismo**. Campinas, SP. Papirus, 1991.
- BENI, Mario Carlos. **Análise estrutural do turismo**. São Paulo: SENAC, 2007.
- _____. Política e Estratégia do Desenvolvimento Regional: Planejamento Integrado e Sustentável do Turismo. **Turismo em Análise**, São Paulo, 10 (1):7-17 maio 1999.
- BETTINELLI, Luiz Antonio et al. **Envelhecimento humano: aspectos bioéticos na relação profissional da saúde com os idosos**. In: PASQUALOTTI, Adriano et al. (Org.). **Envelhecimento humano: desafios e perspectivas**. Passo Fundo: UPF, 2004.
- BRÊTAS, A.C.P. Cuidadores de idosos e o sistema único de saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**. V. 56, n. 3. maio/jun. Brasília, 2003.
- CERVO, A. L.; BERVIAN, P. A.; SILVA, R. Metodologia científica. 6. ed. São Paulo: Pearson Prentice Hall, 2007.
- COSTA, Elizabeth M. Sene. **Gerontograma: a velhice em cena – estudos clínicos e psicodramáticos sobre o envelhecimento e a terceira idade**. São Paulo: Agora, 1998.
- GASTAL, Susana. **Tursita Cidadão: Uma Contribuição Ao Estudo da Cidadania no Brasil 2006**. Disponível em: <http://www.portcom.intercom.org.br/>. Acesso em: outubro de 2020.
- GIL, A. C. Como elaborar projetos de pesquisa. 4. Ed. São Paulo: Atlas, 2007.
- GOMES, Christianne. Lazer, turismo e inclusão social: intervenção com os idosos/ Christianne Gomes, Marcos Pinheiro, Leonardo Lacerda. – Belo Horizonte: Editora UFMG, 2010.
- MARCELLINO, Nelson C. **Estudos do lazer: uma introdução**. São Paulo: Autores Associados, 2002.
- MELO, V. A. **Introdução ao Lazer. Barueri/ São Paulo: Manole, 2003**.
- MESSY, Jack. **A Pessoa Idosa Não Existe**. Uma abordagem psicanalítica da velhice. São Paulo: Aleph, 1999.
- MINAYO, Maria Cecília de Souza (org.). **Pesquisa Social**. Teoria, método e criatividade. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.
- _____. **O Desafio do Conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde**. 2.ed., São Paulo: Hucitec/ Abrasco, 1993.
- MOMMAAS, H. et al. (org.) **Pesquisa de lazer na Europa/Londres: CAB Internacional, 1996**.

PIETKO, Daniel. **Atividade física e qualidade de vida dos idosos.** Disponível em: <http://centroclinicogaicho.com.br/>. Acesso em novembro 2020.

OLIVEIRA, Antônio César Cabral de. **Qualidade de Vida em Idosos com Distintos Níveis de Atividade Física.** 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/>. Acesso em outubro de 2020.

ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. **Assembléia Mundial sobre envelhecimento: resolução 39/125.** Viena: Organização das Nações Unidas; 1982.

SALGADO, M. A. Os grupos e a ação pedagógica do trabalho social com idosos. **A Terceira Idade: Estudos sobre Envelhecimento /Serviço Social do Comércio.** ST - Gerência de Estudos e Programas da Terceira Idade. Ano 1 n. 1 (set. 1988)-.-São Paulo: SESC-GETI, 1988.

TSUTSUMI, Olívia. *et al.* Os Benefícios da Natação Adaptada em Indivíduos com Lesões Neurológicas. **Revista Neurociências.** v12 n2 - abr/jun, 2004.

VAZ, Gil Nuno. **Marketing turístico: receptivo e emissor: um roteiro estratégico para projetos mercadológicos públicos e privados.** São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

WERNECK, Christianne L. G; ISAYAMA, Hélder F. **Lazer, cultura, indústria cultural e consumo.** In: WERNECK, Christianne L. G; STOPPA, Edmur A.; ISAYAMA, Hélder F. Lazer e Mercado. Campinas, SP: Papirus, 2001, p. 45-69.