



Projeto academias da Terceira Idade

1. Categoria do Projeto: Projetos em andamento (projetos em execução atualmente)

2. Nome do(s) autor(es) do Projeto: Maria Iraclécia de Araújo

3. Instituição/Empresa onde estuda/trabalha: Prefeitura Municipal de Maringá - PR

4. Município: Maringá

5. Telefone do responsável pelo projeto: 44 32205759

6. E-mail do responsável pelo projeto: sesp_ati@maringa.pr.gov.br

7. Identificação: Projeto de Órgão Público

8. Equipe: -

9. Para qual ODM o projeto contribui: ODM 7 - Garantir qualidade de vida e respeito ao meio ambiente

10. Para qual ODS o projeto contribui: ODS 15 - Proteger, recuperar e promover o uso sustentável dos ecossistemas terrestres, gerir de forma sustentável as florestas, combater a desertificação, bem como deter e reverter a degradação do solo e a perda de biodiversidade

11. Justificativa: Desenvolve-se, por meio de profissionais da Educação Física, projetos de caminhadas e alongamentos nos espaços das ATIs, em horários considerados “de pico”, definidos pelo período da manhã, das 7h00 às 10h00, e período vespertino, das 17h00 às 20h00, com intuito de promover atividade física regular e aumentar a aderência dos participantes nesses locais, garantindo e prolongando, o acesso da comunidade a recursos, serviços e ações que promovam sua qualidade de vida.

Promove eventos nos espaços das ATIs, tais como: “Café da Manhã”, eventos temáticos em datas comemorativas consideradas importantes, como por exemplo: Dia da Mulher, Dia das Mães, Dia dos Pais, Mês do Idoso, Natal, entre outros. Essas iniciativas visam o desenvolvimento da socialização, da interatividade, da afetividade e do comprometimento da comunidade, junto aos profissionais que ali desempenham suas funções, e com os serviços e recursos oferecidos pela Administração Municipal.



Elabora ações que despertem nos usuários das ATIs o interesse pelo conhecimento da prática desportiva, tornando-os autônomos na organização de suas atividades cotidianas optando por um estilo de vida saudável.

Promove a prática de diferentes modalidades desportivas que não estejam vinculadas, especificamente, à utilização dos aparelhos das Academias da Terceira Idade, oferecendo novas oportunidades de entretenimento, lazer e atividade física, e ainda, aos praticantes, a oportunidade para desenvolver mudanças em seu hábito de vida.

Com base nesse entendimento, tem-se desenvolvido Campeonatos e Torneios de Boliche voltados exclusivamente aos usuários das Academias da Terceira Idade e, devido ao seu sucesso e aceitação, em 2015 foi realizada a VII edição. Projeta-se, ainda, para o segundo semestre de 2015, o II Torneio Intermunicipal de Boliche para idosos, de forma a atender a comunidade específica dos municípios da região de Maringá.

Seguindo essa linha de entendimento, um programa de assessoria desportiva para a modalidade Corrida de Rua, está sendo oferecido aos usuários da ATI, chamado “Corra na ATI”. Seu propósito é assessorar desportivamente os usuários que pretendem melhorar sua técnica de corrida e até mesmo começar a correr. Para isso, o programa contempla a organização e estruturação de treinamentos específicos à modalidade, voltados à adaptação, preparação, condicionamentos, técnicas e táticas de corrida de rua. O programa atende a usuários de todas as faixas etárias e não se restringe a espaços públicos específicos, sendo possível sua realização em qualquer ATI que tenha, em sua proximidade, pista de caminhada/corrída.

Atualmente o programa atende 63 usuários, praticantes da modalidade corrida de rua, com idades entre 18 e 71 anos. Essas pessoas aderiram ao programa buscando, principalmente, iniciar uma prática desportiva e melhorar os hábitos da vida diária, trazendo para o seu cotidiano a atividade física sistematizada e organizada. Desses praticantes, a grande maioria era capaz de percorrer pequenas ou longas distâncias correndo, antes de aderir ao programa, por outro lado, aqueles que ingressaram no programa, cuja intenção era a de aprender a correr, também obtiveram sucesso ao participarem de sua primeira prova rústica, após quatro meses do início do treinamento. Nesse sentido, o programa ofereceu recursos que atenderam aqueles que buscavam correr melhor e aqueles que gostariam de começar a correr, tendo ambos os perfis, participado de provas rústicas desde o início do programa.



12. Objetivo geral: Disponibilizar espaços públicos que visam incentivar a promoção da qualidade de vida da população maringaense, por meio da atividade física gratuita, diminuindo gastos com doenças e investindo em sua saúde.

13. Objetivos específicos:

- Estimular a prática da atividade física regular dos maringaenses;
- Reduzir a procura dos usuários nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), incentivando a prática da saúde preventiva por meio da utilização das ATIs;
- Disponibilizar profissionais e estagiários de Educação Física, para o atendimento nos espaços das ATIs;
- Desenvolver projetos e eventos que estimulem a boa aplicação de recursos financeiros nas áreas desportivas e da saúde.

14. Voluntariado: -

15. Valor investido: -