

6ª EDIÇÃO

SELO AMIGO DA PESSOA IDOSA

ACOLHER COM AMOR



2025

Tema:

Promoção do Protagonismo e Participação Social

Manual de Sugestões de Boas Práticas



www.acolher.org.br

  @acolherlongevidade

6ª EDIÇÃO

SELO AMIGO DA PESSOA IDOSA

ACOLHER COM AMOR



2025

Tema:

Promoção do Protagonismo
e Participação Social

Manual de Ações e Boas Práticas em Prol da Pessoa Idosa

6ª Edição – 2025

Tema: Promoção do Protagonismo e Participação Social da Pessoa Idosa

1. APRESENTAÇÃO

O presente Manual reúne exemplos de ações e boas práticas que podem ser desenvolvidas em benefício da pessoa idosa por instituições, empresas, organizações da sociedade civil, coletivos, igrejas, escolas e cidadãos em geral.

O objetivo é **inspirar e apoiar** aqueles que desejam contribuir para uma sociedade mais inclusiva, participativa e respeitosa, onde a pessoa idosa seja reconhecida como **protagonista de sua própria história**.

Embora este documento contenha práticas amplas e variadas, nesta 6ª edição do **Selo Amigo da Pessoa Idosa – Acolher com Amor**, o foco está no tema **Protagonismo e Participação Social da Pessoa Idosa**.

Assim, ao longo do manual, as iniciativas mais alinhadas ao tema serão destacadas com **observações específicas**.

www.acolher.org.br

 @acolherlongevidade





2. EIXOS TEMÁTICOS 2025

Eixo 1 – Educação e Participação Social

Boas práticas que garantem o acesso ao conhecimento e a participação cidadã.

- Combate ao analfabetismo entre idosos.
- Grupos de estudo, clubes de leitura, oficinas de memória.
- Cursos de inclusão digital, com apoio presencial ou online.
- Acesso a cursos superiores e de idiomas com bolsas ou condições especiais.
- Participação ativa em Conselhos, Conferências, Fóruns e Comissões.
- Rodas de conversa sobre direitos da pessoa idosa.
- Formação de lideranças 60+ para representação em espaços públicos.
- Mentoria intergeracional (idosos ensinando jovens e vice-versa).

👉 **Destaque 2025:** incentivar que a pessoa idosa **ocupe voz e representação** nos espaços de decisão, em vez de ser apenas objeto de análise técnica.

Eixo 2 – Esporte e Bem-estar

Boas práticas que promovem saúde, lazer e qualidade de vida.

- Programas de exercícios físicos adaptados.
- Grupos de caminhada, corrida e ciclismo.
- Campeonatos de jogos coletivos (vôlei, futebol adaptado, bocha).



- Atividades de yoga, pilates, dança circular, tai chi chuan.
- Palestras sobre saúde preventiva (nutrição, sono, envelhecimento saudável).
- Atividades de relaxamento e manejo do estresse.
- Campanhas de prevenção de quedas e fraturas.

👉 **Destaque 2025:** promover o **esporte como espaço de convivência social**, fortalecendo vínculos e sentimento de pertencimento.

Eixo 3 – Cultura e Artes

Boas práticas que valorizam a expressão artística e cultural da pessoa idosa.

- Grupos de teatro, dança, corais e bandas musicais.
- Oficinas de artesanato, pintura, escrita e poesia.
- Produções audiovisuais sobre histórias de vida.
- Festivais culturais e feiras intergeracionais.
- Projetos de memória cultural e preservação de tradições locais.
- Atividades em museus, cinema e teatro com acessibilidade.

👉 **Destaque 2025:** garantir que a **produção cultural dos idosos seja reconhecida publicamente**, dando a eles palco e visibilidade como artistas e produtores de cultura.

Eixo 4 – Trabalho e Geração de Renda

Boas práticas que ampliam a autonomia financeira e o reconhecimento profissional.



- Oficinas de capacitação em novas habilidades.
- Programas de empreendedorismo para pessoas 60+.
- Feiras de economia solidária com produtos feitos por idosos.
- Incentivo à contratação de pessoas acima de 60 anos em empresas.
- Criação de cooperativas de produção artesanal.
- Projetos de **troca de saberes**: idosos ensinando ofícios tradicionais.
- Oficinas de educação financeira e controle do orçamento doméstico.

👉 **Destaque 2025:** estimular o **empreendedorismo e a geração de renda como formas de protagonismo e autonomia** para a pessoa idosa.

3. BOAS PRÁTICAS POR SEGMENTO SOCIAL

Empresas – “Selo Empresa Amiga da Pessoa Idosa”

- Destinação de recursos ao Fundo Municipal da Pessoa Idosa.
- Contratação de pessoas acima de 60 anos.
- Voluntariado corporativo em projetos com idosos.
- Patrocínio de cursos para cuidadores ou oficinas de artes.
- Apoio a projetos de esporte e cultura voltados ao público 60+.
- Inclusão digital: colaboradores ensinando tecnologia para idosos.

Instituições de Longa Permanência e Serviços – “Selo Instituição Amiga da Pessoa Idosa”

- Equipe técnica com formação em gerontologia.



- Atividades de lazer, arte e esporte dentro e fora da instituição.
- Espaços laborais para idosos contribuírem com seus talentos.
- Projetos de inclusão digital passo a passo.
- Promoção de eventos intergeracionais anuais.
- Ações de estímulo à autonomia e à participação comunitária.

Igrejas – “Selo Instituição Religiosa Amiga da Pessoa Idosa”

- Grupos de oração e louvor liderados por idosos.
- Transporte especial e acessibilidade em cerimônias.
- Inclusão de idosos em cargos de liderança e voluntariado.
- Projetos intergeracionais de música, teatro e dança.
- Atividades de visita domiciliar ou hospitalar para idosos.

Escolas – “Selo Instituição de Ensino Amiga da Pessoa Idosa”

- Projetos de mentoria intergeracional (avós e netos, idosos e jovens).
- Concursos de redação sobre o valor da pessoa idosa.
- Oficinas lúdicas intergeracionais (jogos, artesanato, brincadeiras).
- Inserção de homenagens no calendário escolar (Dia do Idoso).
- Campanhas de conscientização contra o idadismo.

Voluntariado – “Selo Amigo da Pessoa Idosa”

- Participação efetiva em programas de voluntariado com idosos.
- Elaboração de projetos de lazer, cultura ou saúde com foco no público 60+.

6ª EDIÇÃO

SELO AMIGO DA PESSOA IDOSA

ACOLHER COM AMOR



2025

Tema:

Promoção do Protagonismo
e Participação Social

- Prestação de serviços gratuitos (jurídicos, de saúde, tecnológicos).
- Inclusão de idosos em vulnerabilidade em atividades sociais.
- Doação de tempo, habilidades ou recursos em apoio a idosos institucionalizados.

4. CONCLUSÃO

O protagonismo e a participação social da pessoa idosa são construídas a partir de **ações concretas**, que vão além da proteção e do cuidado: elas dão **voz, lugar e poder de decisão** às pessoas idosas em todos os espaços da vida.

Este manual é um convite para que cada instituição, empresa, escola, igreja ou cidadão possa **acolher com amor** e, ao mesmo tempo, **promover a autonomia e a participação ativa** dos idosos, transformando Guarulhos em uma cidade cada vez mais amiga da longevidade.

Guarulhos, 01 de setembro de 2025.

ACOLHER INSTITUTO DE DESENVOLVIMENTO HUMANO E ORGANIZACIONAL

Orozina Aparecida Costa – Presidente

www.acolher.org.br

  @acolherlongevidade

