



PROJETOS SOCIAIS
DE ALTO IMPACTO



CDM TECNOLOGIA SOCIAL JORNADA AMPLIA 50+

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO	03
A CDM	04
CONTEXTO SITUACIONAL	06
A TECNOLOGIA SOCIAL JORNADA AMPLIA 50+	10
PÚBLICO-ALVO	12
OBJETIVOS GERAL E ESPECÍFICOS	12
METODOLOGIA APLICADA	13
SÍNTESE CONTEÚDO PROGRAMÁTICO	14
ETAPAS DA JORNADA AMPLIA 50+	15
INDICADORES DA TECNOLOGIA SOCIAL	17
RESULTADOS ALCANÇADOS	18
LOCAIS ATENDIDOS	19
RECURSOS PARA IMPLEMENTAÇÃO DA JORNADA AMPLIA 50+	19
CONDIÇÕES DE REPLICABILIDADE	21
APRENDIZADOS	23
APRENDIZAGEM E LUDICIDADE	24
CONSIDERAÇÕES FINAIS	25
VIDAS TRANSFORMADAS	27
EMBASAMENTO TEÓRICO	29



Apresentação

O envelhecimento é um processo inevitável — mas o modo como cada pessoa envelhece depende das oportunidades que encontra ao longo da vida. Em muitos territórios, pessoas 50+ enfrentam desigualdades históricas, exclusão digital, baixa renda, isolamento social e o peso do idadismo, que impede que suas experiências sejam reconhecidas como potência.

A Jornada Amplia 50+ nasce para responder a esse contexto com uma proposta inovadora, acolhedora e transformadora. Criada pela CDM, a tecnologia social promove autonomia, protagonismo e envelhecimento ativo por meio de um percurso estruturado, composto por mentorias personalizadas, trilhas formativas e práticas intergeracionais que fortalecem capacidades pessoais, sociais, cognitivas e produtivas.

Com uma abordagem pedagógica centrada na pessoa e na metodologia (CO)₃ — Convergência, Cooperação e Corresponsabilidade, a Jornada reconhece a história, os saberes, as memórias e os caminhos de cada participante. Mais do que oferecer atividades, ela constrói um ambiente de pertencimento, confiança e cuidado — valores que sustentam a CDM há quase quatro décadas.

A tecnologia foi desenhada para ser replicável e adaptável às pessoas e a diferentes territórios, podendo ser aplicada por organizações sociais, empresas, poder público e políticas de proteção social. Seu impacto está diretamente alinhado ao ODS 3 (Saúde e Bem-estar), ODS 4 (Educação de Qualidade), ODS 5 (Igualdade de Gênero), ODS 8 (Trabalho Decente e Crescimento Econômico) e ODS 10 (Redução das Desigualdades) da Agenda 2030.

Ao ampliar horizontes, fortalecer vínculos e ressignificar trajetórias, a Jornada Amplia 50+ reafirma que envelhecer é também aprender, reinventar-se e participar ativamente da vida comunitária. Cada encontro e cada trilha formativa abrem portas para novas possibilidades, mostrando que é possível viver esta etapa com dignidade, autonomia e alegria.



A CDM

Fundada em 1986, razão social CDM Cooperação para o Desenvolvimento e Morada Humana, e identidade institucional - CDM Projetos Sociais de Alto Impacto, atua há quase 4 décadas na concepção, gestão e execução de projetos socioambientais em parceria com empresas, governos e sociedade civil, em três frentes: Gestão Social, Voluntariado Corporativo e Meio Ambiente&Sustentabilidade, alinhados aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável. Sua metodologia (CO)₃ - Convergência, Cooperação e Corresponsabilidade - parte da construção coletiva de soluções com as comunidades, garantindo engajamento e participação ativa. Com uma equipe multidisciplinar e experiência consolidada na gestão de recursos públicos e privados, a CDM conduz desde o diagnóstico à mensuração de impacto, garantindo transparência, resultados concretos e sustentabilidade das ações. Seu portfólio inclui a implementação de ações em territórios vulneráveis e tradicionais, valorizando culturas, promovendo inclusão produtiva e fortalecendo a resiliência comunitária diante de diversos desafios.

A CDM obteve importantes reconhecimentos:

certificação da tecnologia Social Cooperação Solar, pela Fundação Banco do Brasil em 2021; eleita entre as 100 Melhores ONGs do Brasil em 2023; contemplada com os prêmios: Impulso de Boas Práticas no Terceiro Setor (GRPCom); Periferia Viva (Ministério das Cidades) em 2024; e Experiências Exitosas Relacionadas a Projetos de Promoção Proteção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (MDHC) em 2025; também possui os Selos Doar; ONG Transparência e ONG Verificada, concedidos pela Certificadora Social, consolidando a CDM como referência na promoção do desenvolvimento territorial sustentável.

A partir da sua missão de encontrar o bem de cada pessoa para transformar o mundo, a CDM alia experiência técnica, inovação social e conhecimento territorial para desenhar e executar projetos que geram valor compartilhado em prol do desenvolvimento das pessoas e territórios, pautados pelos valores da organização.



Valores da CDM



Afirmar a dignidade e a singularidade dos seres humanos.



Ter atenção e cuidado com cada pessoa.



Atuar a partir da cooperação, corresponsabilidade e convergência para transformações duradouras.



Valorizar e fortalecer histórias e culturas.



Acreditar no protagonismo e no potencial infinito das pessoas.



Construir relações confiáveis e genuínas.

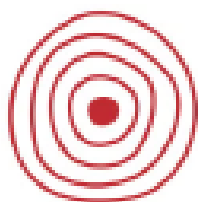




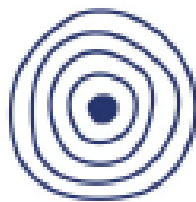
CONTEXTO SITUACIONAL



A América Latina e o Caribe lideram o ranking mundial de transição demográfica acelerada. Segundo dados divulgados pela Organização Pan-Americana da Saúde, mais de 8% da população tinha 65 anos ou mais em 2020 e estima-se que essa porcentagem dobre até 2050 e exceda 30% até o final do século. Como o acesso de pessoas idosas aos recursos básicos necessários não acompanha a velocidade desta transformação, a conquista da longevidade não vem necessariamente atrelada à garantia de qualidade de vida. Em resposta ao contexto mundial, a Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030), declarada pela Assembleia Geral das Nações Unidas em dezembro de 2020 e liderada pela Organização Pan-Americana da Saúde, estabelece quatro áreas de ação:



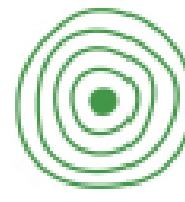
1. Mudar a forma como pensamos, sentimos e agimos com relação à idade e ao envelhecimento.



2. Garantir que as comunidades promovam as capacidades das pessoas idosas.



3. Entregar serviços de cuidados integrados e de atenção primária à saúde centrados na pessoa e adequados à pessoa idosa.



4. Propiciar o acesso a cuidados de longo prazo às pessoas idosas que necessitem.

Trata-se de um compromisso de esforço intersetorial para a construção de uma sociedade para todas as idades.

Seguindo a tendência mundial, o Brasil encontra-se em pleno processo de transição demográfica, em função do qual se opera o envelhecimento da estrutura etária da população. Segundo dados e projeções do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2018 a população com 65 anos ou mais representava **14% da população brasileira e a estimativa é de que em 2060 chegue-se aos 25,5%.**



Com o aumento da expectativa de vida, crescem também as demandas sociais e econômicas. Faz-se necessárias medidas que provoquem a percepção das pessoas em todas as faixas etárias e sobretudo envelhecentes e idosas, sobre o seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo da vida que propiciem a sua participação na sociedade conforme suas necessidades, desejos e capacidades; que garantam acesso à proteção, segurança e cuidados necessários. É urgente a necessidade de construir uma imagem mais positiva sobre o envelhecimento e considerar que ele ocorre dentro de um contexto que envolve outras gerações.



Trata-se, portanto, de uma transformação cultural para a longevidade, combate ao idadismo, estímulo à interdependência e à solidariedade intergeracionais. A CDM acredita na promoção do envelhecimento ativo e saudável e identifica-se particularmente com as áreas de ação 1 e 2 estabelecidas pela Década do Envelhecimento Saudável. Somado a isso e em atenção aos ODS 3, 4 e 17, constrói parcerias intersetoriais para a execução de projetos orientados a pessoas envelhecentes e idosas nos diversos territórios onde atua.



As metodologias elaboradas referenciam-se ainda no serviço de convivência e fortalecimento de vínculos da proteção social básica (PSB) - definido no Sistema Único de Assistência Social (SUAS); no Estatuto da Pessoa Idosa e no conceito de envelhecimento ativo adotado pela Organização Mundial de Saúde (OMS).

A CDM no atendimento e cuidado às pessoas idosas

Em mais de seis anos de experiência no atendimento e cuidado às pessoas envelhecidas e idosas, a CDM promoveu:



Valorização dos saberes locais e potencialização do protagonismo da população envelhecida 50+.

Projetos com temáticas transversais que atendem às demandas da comunidade.

Desenvolvimento de projetos via Leis de Incentivo para os Fundos da Pessoa Idosa.

Desenvolvimento de projetos sob demanda com investimento social privado para fortalecimento de vínculos nos territórios com foco na Pessoa Idosa.





A TECNOLOGIA SOCIAL - JORNADA AMPLIA 50+



Novas perspectivas de vida

A Jornada Amplia 50+ é uma tecnologia social da CDM que promove o envelhecimento ativo e o reconhecimento das potencialidades da população envelhecida e idosa, fortalecendo uma cultura de valorização e respeito a essa fase da vida. Ela contribui para o combate ao idadismo, a prevenção de violações de direitos, o fortalecimento de vínculos sociais, inclusão digital e produtiva, estimulando o protagonismo, bem-estar físico e mental e participação social. Por meio de mentorias para elaboração de planos de vida, grupos temáticos de empreendedorismo e voluntariado e ações formativas, como educação financeira e inclusão digital, a jornada garante o acesso a ambientes de convivência e aprendizado, alinhando-se aos ODS 3, 4 e 17 Agenda 2030.

A Jornada Amplia 50+ refere-se à educação para o envelhecimento ativo e inclusivo, e contempla:

-  **Mentoria Plano de Vida:** mentoria para a promoção do autoconhecimento, ressignificação do envelhecimento e planejamento para a vida pessoal ou profissional.
-  **Trilha formativa para Inclusão Digital:** treinamentos práticos para proteção e promoção da autonomia - utilização de aplicativos, segurança digital, funcionalidades básicas do celular, redes sociais, inteligência artificial e internet.
-  **Trilha de Educação financeira:** atividades educativas para proteção contra situações de violência financeira, planejamento e gestão da aposentadoria.
-  **Trilha Empreendedorismo Sustentável:** treinamento para estruturação e implementação de iniciativas para a geração de valor econômico, social e ambiental.
-  **Práticas Intergeracionais:** atividades integrativas voltadas para a troca de saberes entre participantes de diferentes faixas etárias, com temas como brinquedos e brincadeiras, trabalho, tecnologia.
- 



Público-alvo:

Pessoas envelhecidas, na faixa etária de 50 a 59 anos, e idosas 60+, em situação de vulnerabilidade.

Objetivo Geral:

Promover o envelhecimento ativo e o desenvolvimento integral de habilidades da população envelhecida e idosa, por meio de mentorias para planos de vida, ações de empreendedorismo, educação financeira, inclusão digital e práticas integrativas que favoreçam a autonomia, a convivência, a participação social e a solidariedade intergeracional.

Objetivos Específicos:

-  Favorecer o envelhecimento ativo e o protagonismo das pessoas envelhecidas e idosas;
-  Realizar mentorias personalizadas para a elaboração de planos de vida;
-  Promover aprendizados em empreendedorismo voltados à reinserção produtiva e à geração de renda;
-  Oferecer treinamentos de inclusão digital que ampliem o acesso à informação, à comunicação e aos serviços de atendimento à pessoa idosa;
-  Proporcionar a educação financeira para maior controle da renda;
-  Fortalecer vínculos comunitários e ações de voluntariado, estimulando a solidariedade intergeracional.



Metodologia aplicada na Jornada Ampla 50+

A metodologia central aplicada para a realização da Jornada Ampla 50+ é o (CO)₃ – Convergência, Cooperação e Corresponsabilidade – que parte da construção coletiva de soluções com as pessoas, garantindo engajamento e participação ativa.

Em complementariedade, utiliza-se recursos pedagógicos adaptados a cada perfil do participante para compor as trilhas formativas (educação digital, finanças, empreendedorismo), e a mentoria para planos de vida e práticas intergeracionais, sempre a partir da escuta e conhecimentos prévios e abordagem participativa.





Ação	Descrição/fundamento	Módulo
Mentoria Plano de Vida	Promoção do autoconhecimento, ressignificação do envelhecimento e planejamento para a vida pessoal ou profissional.	· Autoconhecimento · Planejamento e protagonismo · Integração e socialização
Trilha formativa para Inclusão Digital	Treinamentos práticos para proteção e promoção da autonomia	· Utilização de aplicativos · Segurança digital · Funcionalidades básicas do celular · Redes Sociais, Inteligência artificial e internet
Trilha de Educação financeira:	Atividades educativas para proteção contra situações de violência financeira, planejamento e gestão da aposentadoria.	· Organização e gestão financeira · Orientações sobre riscos e golpes · Dicas de economia para o dia a dia
Trilha Empreendedorismo Sustentável	Treinamento para estruturação e implementação de iniciativas para a geração de valor econômico, social e ambiental.	· Gestão de resíduos · Consumo consciente · Mudança de hábitos sustentáveis · Coleta seletiva
Práticas Intergeracionais	Atividades integrativas voltadas para a troca de saberes entre participantes de diferentes faixas etárias, com temas como brinquedos e brincadeiras, trabalho, tecnologia.	· Eventos de integração intergeracional · Passeios culturais, atividades ao ar livre · Jogos e brincadeiras · Bem -estar
Jogo Reconectar	Ferramenta gamificada que facilita a compreensão cognitiva para elaboração do Plano de Vida.	· Ludicidade para abordagem sobre temas: saúde, propósito, finanças, relacionamentos, participação, desenvolvimento, lazer e legado.



Roteiros de execução

Para treinamento da equipe técnica e/ou voluntários responsáveis pela condução das trilhas de aprendizado, o responsável é sempre orientado a avaliar o material, tendo como referência o perfil e as particularidades do grupo a ser atendido, podendo propor adaptações quando necessário.

Etapas da Jornada Amplia 50+

Para a implementação da Jornada Amplia 50+ considera-se as seguintes etapas e ações:

1ª Etapa

- Kick off com financiadores;
- Contratações e aquisições para start das atividades;
- Treinamento da equipe técnica e/ou voluntários (quando há integração com o programa de voluntariado do financiador);
- Elaboração de identidade visual, peças gráficas, uniforme e validação com financiadores;
- Mapeamento de stakeholders e articulação com a rede intersetorial, assinatura de termos de parceria.

2ª Etapa

- Divulgação, mobilização e pré-inscrição do público-alvo;
- Planejamento dos encontros e preparação do material didático;
- Preparação dos kits pedagógicos para entrega aos participantes;
- Alinhamento com responsáveis pelos espaços a serem utilizados para os encontros e fechamento da agenda semanal;
- Mobilização dos inscritos para o encontro inaugural.

3ª Etapa

- Realização do Encontro Inaugural e efetivação das Inscrições;
- Realização de 2ª chamada em caso de vagas remanescentes;
- Criação de grupos de whatsapp para interação com os inscritos;
- Entrega de uniformes e kits pedagógicos no 3º encontro;
- Registro fotográfico para carômetro (material que contém as informações de cada participante – nome, endereço, telefone, idade,



4ª Etapa

- Mobilizações semanais pelos grupos de whatsapp e/ou telefone;
- Execução dos encontros de Mentoria de Plano de Vida; Trilhas formativas para Inclusão Digital, Educação Financeira e Empreendedorismo Sustentável; e Práticas Intergeracionais;
- Monitoramento semanal da frequência dos inscritos e contatos/visitas de acompanhamento;
- Reuniões semanais da equipe técnica;
- Envio semanal de pautas para a Comunicação;
- Reports periódicos aos financiadores.

5ª Etapa

- Encontro de encerramento e avaliação;
- Finalização dos portfólios dos participantes;
- Evento de apresentação com participantes, familiares, financiadores e parceiros;
- Registro de aprendizados e elaboração do relatório final.



Indicadores da Tecnologia Social

A Jornada Amplia 50+ monitora seus resultados por meio de indicadores estruturados em quatro dimensões:

Dimensão Pessoal	• Nível de autoestima (pré e pós). • Grau de autonomia digital. • Evolução do Plano de Vida. • Indicadores de bem-estar (escolha positiva, motivação, propósito).
Dimensão Social	• Participação em atividades comunitárias. • Ampliação de vínculos pessoais e redes de apoio. • Redução da solidão involuntária. • Engajamento em políticas públicas e conselhos locais.
Dimensão Econômica	• Aumento do conhecimento financeiro. • Redução de riscos de golpes digitais e financeiros. • Adesão a iniciativas produtivas ou empreendedoras. • Aprendizado sobre consumo consciente e organização financeira.
Dimensão Digital	• Uso de smartphone e aplicativos essenciais. • Acesso a serviços públicos digitais. • Segurança digital e prevenção a golpes. • Uso da IA para autonomia e resolução de problemas do cotidiano.



Resultados alcançados

No período de 2021 a 2024, a Jornada Amplia 50+ já beneficiou mais de 1200 pessoas diretamente, com replicações em três regionais de Belo Horizonte. Entre os resultados observados estão:

- 1246 pessoas atendidas diretamente;
- 1509 encontros de mentoria realizados;
- 95% dos participantes relataram aumento da autoestima e da motivação pessoal;
- 80% passaram a utilizar ferramentas digitais de forma autônoma;
- 30% desenvolveram atividades produtivas ou empreendedoras após a mentoria;
- 90,5% média de planos de vida elaborados;
- 92,5% média de satisfação dos participantes;
- Ampliação de redes de apoio e vínculos intergeracionais, com fortalecimento comunitário e novas formas de participação social.

Reconhecimento recebido pelo prêmio Experiências Exitosas Relacionadas a Projetos de Promoção Proteção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa (MDHC) em 2025; consolidando a CDM como referência na promoção do desenvolvimento das pessoas envelhecidas e idosas.



Locais atendidos:

A Jornada Ampla 50+ aconteceu e ainda acontece em 4 regionais do município de Belo Horizonte: Barreiro, Norte, Venda Nova e Pampulha; e em uma regional de Contagem, Minas Gerais.

Recursos para implementação da Jornada Ampla 50+

Recursos Materiais:

- Espaço físico para realização de encontros e oficinas.
- Materiais para oficinas: tintas, papéis, tecidos, instrumentos musicais, jogos, recursos lúdicos.
- Equipamentos digitais: smartphones, tablets, notebooks, projetores.
- Recursos audiovisuais para apresentações e mostras culturais.
- Materiais pedagógicos e informativos sobre direitos, finanças e cidadania
- Sistema de monitoramento (Monday).

Recursos Humanos:

Equipe técnica multidisciplinar composta por:

- Psicólogos/as
- Educadores/as sociais
- Profissionais de tecnologia
- Coordenação técnica e administrativa
- Analista de comunicação

Recursos financeiros:

O custo médio estimado para implantação completa da Jornada Ampla 50+ por território é de **R\$ 627.663,28**, considerando o atendimento de 100 beneficiários. O recurso pode ser viabilizado com verba direta de apoiadores ou via fomento do Fundo da Pessoa Idosa e patrocínio de empresas, conforme detalhamento abaixo:



Recursos necessários		Custo
Equipe Técnica	01 coordenador 40h - 12 meses	R\$126.938,76
	01 supervisor 40h - 12 meses	R\$96.837,12
	02 educadores 40h - 12 meses	R\$151.397,76
	01 analista de comunicação 40h - 12 meses	R\$105.515,28
	01 assistente administrativo 40h - 12 meses	R\$69.999,36
Materiais de Consumo	escritório, copa e cozinha, pedagógicos	R\$8.000,00
Equipamentos de uso pela equipe	celulares e notebooks	R\$39.000,00
Despesas Operacionais	serviços gráficos, alimentação, transporte, foto e vídeo, uniformes, telefonia móvel	R\$29.975,00
Total		R\$627.663,28



Parcerias intersetoriais:

- Iniciativa privada (potenciais empresas patrocinadoras)
- Conselhos Estadual e Municipais dos Direitos da Pessoa Idosa
- Prefeituras de Belo Horizonte e Contagem - MG
- Instituições de ensino universitário (UNA, PUC e Estácio de Sá)
- Organizações da Sociedade Civil locais
- Redes de saúde e assistência social

Condições de Replicabilidade

A Jornada Ampla 50+ tem ampla capilaridade para ser replicada, considerando os seguintes aspectos e necessidades:

Recursos mínimos

- Espaço seguro e acessível.
- Educadores sociais e mentores capacitados.
- Kit digital (celulares, tablets, notebooks).
- Materiais de oficina.
- Parcerias locais com CRAS, UBS e associações locais.

Passos essenciais

1. Realizar diagnóstico territorial.
2. Mobilizar o público 50+.
3. Garantir acolhimento e vínculo.
4. Implementar mentorias e trilhas.
5. Registrar e monitorar indicadores.
6. Articular redes de continuidade.

O que pode ser adaptado

- Carga horária.
- Temas das oficinas conforme o perfil do público, demanda e território.
- Forma de mobilização.
- Composição da equipe.



Custo-Benefício e Sustentabilidade

Custo médio por 100 participantes: R\$ 627.663,28

Inclui:

- equipe técnica e horas de trabalho,
- materiais pedagógicos,
- equipamentos digitais,
- oficinas e práticas,
- logística,
- monitoramento e avaliação,
- celebração e certificação.

Fontes de Sustentação Possíveis

- Fundo do Idoso
- Leis de Incentivo
- Empresas parceiras
- Emendas parlamentares
- Fundos públicos e privados
- Filantropia estratégica

A tecnologia pode ser implementada de forma enxuta, com versões adaptadas para diferentes níveis de investimento.

A Jornada Amplia 50+ alinhada aos ODS

Está alinhada aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS): ODS 4 - Educação de qualidade; ODS 8 - Trabalho decente e crescimento econômico; e ODS 17 - Parcerias e meios de implementação, reforçando o compromisso da CDM com a construção de uma sociedade mais justa, inclusiva e sustentável.



Aprendizados:

Ao longo dos seis anos de atendimento às pessoas envelhentes e idosas 60+ a partir da Jornada Ampla 50+, a CDM constatou e registrou diversos aprendizados, apresentados a seguir:

1. Quanto mais fortalecemos nosso relacionamento com a rede intersetorial nos territórios, maior a nossa assertividade no atendimento ao público-alvo, obtendo maior êxito, desde a mobilização até a finalização da Jornada. O alinhamento estratégico com a rede socioassistencial auxilia na definição e encaminhamento de públicos prioritários, o que fortalece a política pública para a pessoa idosa.

2. Dada a capilaridade com que muitas vezes atendemos determinados territórios, visando alcançar os públicos mais vulneráveis, a logística da equipe técnica e voluntários se torna mais complexa e demanda um planejamento minucioso para que se mantenha a funcionalidade, a exequibilidade da mentoria e o bem-estar dos mentores.

3. Ter no encontro inaugural um momento destinado à formalização da inscrição, após a apresentação da proposta e levantamento de expectativas, reduz a incidência de desistências na primeira semana e retrabalho para a equipe. Entregar o uniforme após 02 participações consecutivas dos inscritos reduz as despesas com este item, nos casos de desistência. A entrega da sacola pedagógica se revelou mais significativa para os participantes do que havia sido considerado pela equipe no momento da sua proposição. Muitas pessoas idosas relatam nunca terem tido a oportunidade de interagir com materiais como massa de modelar, tinta, jogos pedagógicos. A descoberta do prazer em aprender e criar manipulando estes materiais, torna as pessoas envelhecidas e idosas mais receptivas para o percurso proposto e para a interação com o grupo.

4. A partir da experiência aplicada, observa-se que é impossível propor qualquer atividade atualmente sem admitir que a alfabetização e a inclusão digital ainda são demandas reais e presentes na vida de muitas pessoas envelhecidas e idosas, sobretudo mulheres. Participação e segurança, conceitos que integram o que se entende por envelhecimento ativo, denotam antes de tudo, a capacidade de interagir, fazer juízo de informações e se expressar no meio social tendo a linguagem contemporânea como a ferramenta para isto.

Aprendizagem e Ludicidade

Destaca-se a criação e aplicação da ludicidade para complementar a compreensão cognitiva de todo o processo da Jornada Amplia 50+, levando-se em consideração o baixo nível de compreensão e/ou alfabetização das pessoas envelhecidas e idosas em situação de vulnerabilidade. Para tanto, a CDM criou e colocou em prática o Jogo Reconectar para favorecer o aprendizado e os conteúdos trabalhados durante a jornada, reconhecido com o prêmio "Experiências Exitosas Relacionadas a Projetos de Promoção Proteção e Defesa dos Direitos da Pessoa Idosa", promovido pelo Ministério dos Direitos Humanos e Cidadania (MDHC) em 2025.



Produto disponível como anexo na inscrição.



Considerações finais

O fenômeno da transformação demográfica tem despertado inúmeras discussões a nível mundial e no caso do Brasil, país em desenvolvimento, há muito o que avançar, consideradas as projeções para os próximos 40 anos e os problemas sociais enfrentados na atualidade.

A aliança entre 1º, 2º e 3º setores é essencial para a elaboração de políticas, serviços e soluções assertivas para a mudança de cenário e o alcance de melhorias efetivas na qualidade de vida das pessoas envelhecidas e idosas.

Como organização da sociedade civil sem fins lucrativos, a CDM, em parceria com os conselhos de direitos, prefeituras, estados e iniciativa privada, tem se dedicado a uma escuta ativa das demandas deste público e buscado implementar, por meio de suas tecnologias sociais, jornadas que contribuam para o envelhecimento ativo, digno e cidadão.

Evidencia-se a partir das experiências aplicadas, a relevância dos espaços de convivência, proporcionados pelas mais variadas abordagens e metodologias. Somado a esta demanda inicial, o acolhimento e acompanhamento individuais dos beneficiários, revelam-se como diferencial apontado pelos envolvidos nas avaliações, e é fator de significativa influência no seu engajamento.

Enquanto ferramenta para o desenvolvimento pessoal, a jornada revela sua potência para o start de reflexões e posturas de autocuidado, valorização e protagonismo das pessoas envelhecidas e idosas. As atividades propostas precisam se ajustar às condições e necessidades de cada beneficiário, prevalecendo sempre o ritmo e a complexidade definida por cada um.



A ludicidade proporciona estímulos físicos e cognitivos para a manutenção da saúde e cria ambientes favoráveis para o fortalecimento de vínculos familiares e comunitários. Partir da realidade e cultura local propicia a elaboração de materiais e repertórios consistentes, capazes de trazer visibilidade para questões locais e para a valorização da pessoa envelhecida e idosa, bem como fortalece o sentimento de pertencimento e confiança dos participantes enquanto membros ativos da comunidade.

O desejo de efetivamente participar, de forma autônoma e independente, das interações e construções sociais, marca o perfil de grande parte dos beneficiários atendidos na Jornada Amplia 50+. A inclusão digital deixou de ser uma possibilidade e passou a ser reconhecida como necessidade. Quando ocorre o aprendizado, o ganho é maior do que somente a autonomia para a realização de atividades diárias, torna-se uma evidência da capacidade de aprender ao longo da vida, fortalecendo a autoconfiança e a autoestima para a concretização de outros desejos.



Vidas transformadas - depoimentos

Depoimentos de pessoas envelhecidas e idosas, que passaram pela Jornada Ampla 50+, relatam a melhoria de vida e transformações ocorridas em diversas instâncias.

"Com esses encontros ocupamos o nosso tempo, fizemos reflexão, começamos a reorganizar nossa vida, fazer projetos, valorizar o que fazíamos. Nos despertou para aprimorar o que tínhamos de habilidades e descobrir habilidades novas." Israel Amâncio, 74 anos, beneficiário do Projeto Saber Viver; trecho fala proferida no evento de encerramento do projeto.

Clique e assista:



Clique e assista:





Clique e assista:



Clique e assista:





Embasamento teórico

BONILLA, Maria Helena Silveira. Escola aprendente: para além da sociedade da informação. Rio de Janeiro: Quartet, 2005.

BRASIL. Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania. Painel de Dados da Ouvidoria Nacional de Direitos Humanos. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/ondh/painel-de-dados/primeiro-semester-de-2022>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Boletim Epidemiológico. Volume 48, Nº 30 – 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/apresentacoes/2017/2017-025-perfil-epidemiologico-das-tentativas-e-obitos-por-suicidio-no-brasil-e-a-rede-de-atendimento-a-saude-pdf>

BRASIL. Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos. Lei nº 10.741. Brasília, outubro de 2003. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2003/lei-10741-1-outubro-2003-497511-norma-atualizada-pl.pdf>

BRASIL. Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome - Secretaria Nacional de Assistência Social. 2009. Disponível em: <https://www.mds.gov.br/webarquivos/publicacao/assistencia-social/CADERNOS/orientacoes-CRAS.pdf>

CHRISTO, Edna Chagas; SILVA, Graça Maria Dias da. Criatividade em arteterapia: pintando e desenhando, recortando, colando & dobrando. Rio de Janeiro: Wak Editora, 4. ed., 2008.



HEBERLE, Andréia Yess; OLIVEIRA, LA de. Grupos terapêuticos em saúde mental-uma modalidade na prática dos serviços de atenção à saúde mental. UNOESC, 2016.

<http://www.uniedu.sed.sc.gov.br/wp-content/uploads/2016/09/unoesc-ANDR%C3%89IA-YESS-HEBERLE.pdf>

HENRIQUES, Márcio Simeone. Comunicação e estratégias de mobilização social. Belo Horizonte: Autêntica, 2017.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Projeção da População 2010-2060. Rio de Janeiro: IBGE, 2018. Disponível em: [https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047#:~:text=A%20popula%C3%A7%C3%A3o%20total%20projetada%20para,\(228%2C4%20milh%C3%B5es](https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047#:~:text=A%20popula%C3%A7%C3%A3o%20total%20projetada%20para,(228%2C4%20milh%C3%B5es)

MATHIAS, Nelson. Coral, Um Canto Apaixonante. Brasília: Editora Musimed, 1986.

MORAN, José. A importância de construir Projetos de Vida na Educação, 2017. Disponível em: <http://www2.eca.usp.br/moran/wp-content/uploads/2017/10/vida.pdf>

NOGUEIRA, Alyne Leite Gomes et al. Fatores terapêuticos identificados em um grupo de promoção da saúde de idosos. Revista da Escola de Enfermagem da USP, v. 47, p. 1352-1358, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/FwS5vMLtc9t57kN5Sv5whTP/?format=pdf&lang=pt>



Organização Mundial de Saúde (OMS). Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Tradução Suzana Gontijo. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. 60p.: il. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf

OSHO, CRIATIVIDADE: Liberando sua Força Interior. Tradução: Milton Chaves de Almeida, São Paulo: Editora Cultrix, 1999.

ROCHA, Ianine Alves da et al. A terapia comunitária como um novo instrumento de cuidado para saúde mental do idoso. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 62, p. 687-694, 2009.
<https://www.scielo.br/j/reben/a/LTNvGjhWbDdsp8Zdc3dTfTH/?format=pdf&lang=pt>

-

SANTANA, Carla da Silva; MARINA, Soares Bernardes; MARCÁCIO, Amanda. Projetos de Vida na Velhice. Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento, Porto Alegre, v. 21, n. 1, p. 171-186, 2016. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/59848>

SILVEIRA, M. M. da; ROCHA, J. de P.; VIDMAR, M. F.; WIBELINGER, L. M.; PASQUALOTTI, A. Educação e inclusão digital para idosos. Revista Novas Tecnologias na Educação, Porto Alegre, v. 8, n. 2, 2010. DOI: 10.22456/1679-1916.15210. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/index.php/renote/article/view/15210>. Acesso em: 26 maio. 2023. URRUTIGARAY, Maria Cristina. Arteterapia, a transformação pessoal pelas imagens. Rio de Janeiro: Wak Editora, 2006.



Ficha técnica

Diretor Presidente: Ernane Souza

Superintendente: Martionei Gomes

Gerente: Adriana Alves

Apoio: Cristiane Gontijo e Grazielle Rodrigues

Editoria, redação e revisão: Cássia Cristina

Diagramação: Hellen Trindade

Fotos: Arquivo CDM

Razão Social: CDM Cooperação para o Desenvolvimento e Morada Humana

Identidade institucional: CDM Projetos Sociais de Alto Impacto

Endereço: Rua Joventina da Rocha, 289 - Bairro Heliópolis - Belo Horizonte, MG. CEP 31.741-450

Telefone geral: (31) 2103.2700

WhatsApp: (31) 99281-1520

E-mail: contato@cdm.org.br

Site: www.cdm.org.br

Redes Sociais: @cdmprojetossociais

