



Instituto Social INTEGRAMT - ISI
Integrando Famílias em Ação Social
CNPJ: 05.952.154/0001-05

Endereço: R Campinas (NUC HAB CPA I), 18 - Quadra 02, Sala 01 a 04, Lote 18, Cuiabá - MT - CEP 78.055-085
Contato: (65) 99284-8140 | institutosocialintegramt@gmail.com | <https://institutosocialintegramt.com.br/>

Projeto 03

Inclusão Digital para Idosos

A tecnologia é para todos, e nunca é tarde para aprender!

EIXO	PÚBLICO-ALVO
Acessibilidade tecnológica e socialização	Pessoas com 60 anos ou mais, com prioridade para beneficiários do CadÚnico.
ABRANGÊNCIA	DURAÇÃO / CAPACIDADE
Cuiabá/MT e região, na sede do Instituto e em polos parceiros.	8 semanas (32 horas/aula), com turmas periódicas. 20 alunos por turma.

1. APRESENTAÇÃO DO PROJETO

Projeto que parte da premissa de que a tecnologia é para todos e nunca é tarde para aprender, alfabetizando digitalmente a população da terceira idade para conectar os idosos ao mundo digital, promover independência e reduzir o isolamento social.

2. JUSTIFICATIVA

Serviços públicos, bancos, saúde e comunicação com a família migraram para o meio digital, deixando parte da população idosa à margem e dependente de terceiros para tarefas simples do dia a dia.

A exclusão digital agrava o isolamento social e a vulnerabilidade dos idosos, que também se tornam alvos frequentes de golpes virtuais por falta de orientação.

O projeto promove autonomia, segurança e convivência, mostrando que nunca é tarde para aprender e que a tecnologia é para todos.

3. OBJETIVO GERAL

Promover a inclusão digital de pessoas idosas, ampliando sua autonomia, seu acesso a serviços e sua conexão com a família e a comunidade.

4. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Alfabetizar digitalmente pessoas com 60 anos ou mais;
- Ensinar o uso seguro de celular, computador, internet e aplicativos de comunicação;
- Facilitar o acesso a serviços públicos e bancários online;
- Orientar sobre segurança digital e prevenção a golpes;
- Reduzir o isolamento social e aproximar os idosos da família;

- Estimular a convivência e a troca de experiências entre os participantes.

5. PÚBLICO BENEFICIÁRIO

Pessoas com 60 anos ou mais, com prioridade para beneficiários do CadÚnico.

6. METAS E INDICADORES

Meta	Indicador	Periodicidade
Formar turmas de idosos	Nº de alunos formados por turma	Por turma
Garantir frequência nas aulas	% de presença igual ou superior a 75%	Mensal
Desenvolver autonomia digital	% de alunos que realizam tarefas básicas sem ajuda	Ao final
Manter plantões de dúvidas	Nº de atendimentos de suporte após o curso	Mensal

7. METODOLOGIA

Acolhimento. Recebimento da turma, escuta das expectativas e adaptação do ritmo de ensino.

Aulas práticas. Encontros presenciais com exercícios guiados, do básico ao uso de aplicativos e serviços.

Segurança digital. Conteúdo específico sobre golpes, senhas e proteção de dados.

Prática assistida. Atividades do dia a dia, como enviar mensagens, fotos e acessar serviços.

Suporte continuado. Plantões de dúvidas mensais e acompanhamento após a formatura.

8. ATIVIDADES PREVISTAS

- Aulas de informática básica e uso de celular;
- Oficinas de WhatsApp, chamadas de voz e vídeo;
- Acesso a serviços do governo (Gov.br, INSS) e bancos;
- Oficinas de segurança digital e prevenção a golpes;
- Atividades de convivência e socialização;
- Plantões de dúvidas e certificação.

9. RECURSOS NECESSÁRIOS

Recursos humanos

- Coordenação do projeto;
- Instrutor(a) de informática;
- Monitores(as) de apoio;
- Voluntários e equipe psicossocial.

Recursos materiais e infraestrutura

- Laboratório de informática ou tablets/celulares;
- Internet estável;
- Material didático adaptado e apostilas;
- Espaço acessível e confortável.

10. PARCERIAS E CONTRAPARTIDAS

- Poder público municipal (assistência social e terceira idade);
- Centros de convivência e CRAS;
- Empresas e instituições de ensino;
- Voluntários e organizações da sociedade civil.

11. MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

A avaliação considerará a permanência e a frequência dos alunos, a evolução das habilidades digitais, a satisfação com o curso e o uso autônomo dos recursos aprendidos, com avaliações ao longo e ao final de cada turma.

12. RESULTADOS ESPERADOS

- Idosos mais autônomos no uso de celular, internet e serviços online;
- Maior conexão com a família por meio de aplicativos de comunicação;
- Redução do isolamento social e da vulnerabilidade a golpes;
- Inclusão digital e social da população idosa.

13. COMO APOIAR

Este projeto se mantém com o apoio de doadores, empresas parceiras e voluntários. Para apoiar, entre em contato ou faça uma doação pelo site do Instituto. Toda contribuição se transforma em ação concreta na vida das famílias.

Site: <https://institutosocialintegramt.com.br/> **Telefone/WhatsApp:** (65) 99284-8140

Cuiabá/MT, 2026.

Airton Pereira da Silva

Presidente - Instituto Social INTEGRAMT