



*As conquistas de  
Rio Claro para a  
Terceira Idade*

**VIOLÊNCIA CONTRA A PESSOA IDOSA**



Rio Claro  
rompendo  
o silêncio.

**Pág. 14**

**CULTURA PARA OS IDOSOS**

Atividades  
culturais para  
a Terceira  
Idade.



**Pág. 16**

**ESPORTE PARA A POPULAÇÃO IDOSA**



**Pág. 18**

# AGRADECIMENTOS

Agradecemos imensamente a todos que abraçaram esta causa, disponibilizando as informações e orientações que foram de fundamental importância na realização deste informativo e que com certeza contribuirão para melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas em nosso município.

*Uma cidade amiga das pessoas idosas estimula o envelhecimento ativo ao otimizar oportunidades para saúde, participação e segurança, a fim de aumentar a qualidade de vida das pessoas à medida que envelhecem.*

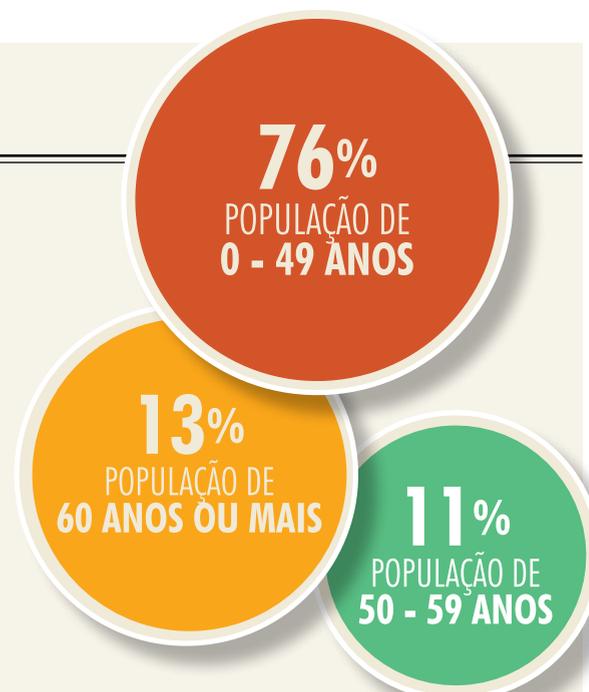
Dr. Alexandre Kalache, diretor do Programa Envelhecimento e Curso de Vida da OMS.

## APRESENTAÇÃO

As melhorias na saúde e a maior instrução da população estão fazendo com que cada vez mais alcancemos uma das grandes metas da humanidade: o aumento da expectativa de vida. Esse aumento gera, claro, o também aumento da população idosa e, por isso, a necessidade de que novas e melhores medidas sejam tomadas para cuidar desse grupo.

Rio Claro acompanha esse cenário e, atualmente, conta com

aproximadamente 25 mil idosos, o que representa aproximadamente 13% da população total, ficando até mesmo acima da média nacional, que é de cerca de 10%. Para enfrentar os grandes desafios do envelhecimento populacional, na última década o município vem investindo em ações empreendedoras e inovadoras para criar novas políticas públicas e serviços que realmente atendam aos interesses dos idosos.



**POPULAÇÃO DE RIO CLARO-SP**  
**FONTE: IBGE**

Com esse objetivo, e depois de uma ampla discussão entre o poder público, a sociedade civil e a própria população idosa de Rio Claro, foi criada a Lei nº 3.498, de 16 de dezembro de 2004, que trata da Política Municipal do Idoso em Rio Claro. Graças a essa Lei, puderam ser criadas várias políticas públicas que garantem o cumprimento do direito dos idosos e o fortalecimento da participação da população idosa na sociedade civil organizada.

Também para atender aos interesses dos idosos é que existem o Fundo Social de Solidariedade e a Diretoria

de Políticas Especiais/Assessoria da Política Municipal do Idoso, com apoio das Secretarias Municipais, Conselho Municipal do Idoso e entidades afins, que unem esforços para divulgar os serviços públicos que estão disponíveis para as pessoas idosas, como também orientações de como e onde exigir respeito aos seus direitos.

Este “Boletim Informativo para as Pessoas Idosas” reflete o compromisso que a Prefeitura de Rio Claro assumiu de promover, defender e garantir os direitos previstos no Estatuto do Idoso por um envelhecimento digno

em uma cidade para todas as idades. O meio mais eficiente para atingir o respeito aos direitos da pessoa idosa é a informação. É importante que os idosos de Rio Claro conheçam seus direitos e a sociedade em geral seja conscientizada a respeitá-los.

### **Rosana Pinhatti Altimari**

Presidente do Fundo Social de Solidariedade de Rio Claro SP

### **Lúcia de Fátima Nunes**

Assessora da Política Municipal do Idoso

# O DIREITO DAS PESSOAS IDOSAS

## LEGISLAÇÃO

*Conheça as principais leis no Brasil que foram criadas para proteger e amparar as pessoas idosas. Elas definem os princípios, diretrizes e as responsabilidades que visam dar concretude aos direitos de quem já completou 60 anos ou mais.*

■ **A CONSTITUIÇÃO FEDERAL DE 1988 (PRINCIPALMENTE OS ARTIGOS 229 E 230)** trouxe um grande avanço e deu início a todas as outras leis que garantem a dignidade da pessoa idosa, valorizando inclusive a sua importante contribuição à comunidade na qual está inserida.

■ **POLÍTICA NACIONAL DO IDOSO** (Lei nº 8.842 de 04/01/1994) – Tem o objetivo de “assegurar os direitos sociais do idoso, criando condições para promover sua autonomia, integração e participação efetiva na sociedade”.

■ **O ESTATUTO DO IDOSO** (Lei nº 10.741 de 01/10/2003) – Tem o objetivo de regular os direitos das pessoas idosas e sua proteção, estabelecendo sanções penais e administrativas para quem descumprir os direitos dos idosos.

■ **A POLÍTICA MUNICIPAL DO IDOSO DE RIO CLARO** (Lei nº 3.498, de 16/12/ 2004) – O texto da Lei teve como base o Estatuto do Idoso, adaptado à realidade local, e as propostas da Pauta para a Política Municipal do Idoso, sugerida por Costa (2002). Foi fruto de uma ampla discussão entre o poder público, a sociedade civil e a própria população idosa (RIO CLARO, 2004).

## IDOSO DE RIO CLARO, CONHEÇA ALGUNS DE SEUS DIREITOS AQUI:

**DIREITO À VIDA:** A família, a sociedade e o Estado tem o dever de amparar o idoso. Os filhos tem o dever de ajudar a amparar os pais na velhice, carência ou enfermidade.

**DIREITO À LIBERDADE:** Todo idoso tem direito a permanecer e se locomover em locais públicos e outros que sejam permitidos e também tem direito à liberdade de opinião, expressão, crença e culto religioso, à prática de esportes e diversões, à participação na vida familiar, comunitária e política. Portanto, alguns prédios públicos e logradouros requerem a realização de adaptações a fim de atender às necessidades desta parcela da população.

**DIREITO AO RESPEITO:** O idoso não pode sofrer discriminação ou agressão de qualquer natureza e deve ter suas limitações e peculiaridades reconhecidas, sendo destinado a eles tratamento honroso e particularizado pela sociedade e profissionais qualificados.

**DIREITO À DIGNIDADE:** O idoso não deve ser submetido a qualquer tratamento desumano, violento, aterrorizante, vexatório, constrangedor ou tortura. É dever de todos zelar pela dignidade do idoso.

**DIREITO AO ALIMENTO:** Se você é idoso e não pode se sustentar, pode pedir pensão alimentícia de seus familiares através da Defensoria Pública, se for carente, ou do Promotor de Justiça. Se a sua família não puder auxiliá-lo, você pode pedir auxílio na Secretaria de Assistência Social.

**DIREITO À SAÚDE:** O idoso tem direito ao atendimento preferencial no Sistema Único de Saúde (SUS), incluindo consultas, exames, internações, remédios, próteses e órteses gratuitamente, mesmo que tenha plano de saúde. Em caso de internação, é assegurado o direito a acompanhante.

**DIREITO À EDUCAÇÃO:** O idoso tem direito ao ensino fundamental, obrigatório e gratuito, inclusive para os que não tiveram acesso ao ensino na idade própria, com currículos, metodologia e material didático adequados aos programas educacionais a ele destinados. O saber do idoso deve ser valorizado, registrado e transmitido aos mais jovens como meio de garantir a sua continuidade, preservando-se a identidade cultural.

**DIREITO À MORADIA:** O idoso tem direito à moradia digna, seja na família ou em instituição pública ou privada. Nos programas habitacionais, públicos ou subsidiados com recursos públicos, o idoso tem prioridade na aquisição de imóvel (reserva de 3% das unidades residenciais para atendimento aos idosos).

**DIREITO À JUSTIÇA:** O idoso comprovadamente carente pode utilizar o serviço da Defensoria Pública para entrar com ações ou defender-se diante de juízes e tribunais. Os processos dos idosos têm andamento preferencial. Esta prioridade precisa ser requerida pelo advogado do idoso.

**DIREITO AO TRANSPORTE GRATUITO:** Os maiores de 65 anos podem viajar de graça em transportes coletivos públicos urbanos e semiurbanos (10% dos assentos reservados) apenas apresentando um documento que prove sua idade. No sistema de transporte coletivo interestadual são reservadas duas vagas gratuitas por veículo para idosos com renda igual ou inferior a dois salários-mínimos e, se não houverem mais vagas gratuitas, desconto de 50% no valor das passagens.

**DIREITO AO LAZER:** Em atividades de cultura esporte e lazer (teatro, cinemas, espetáculos, etc.), todos os idosos têm direito a meia-entrada e acesso preferencial.

**MAUS-TRATOS E CRIMES CONTRA O IDOSO:** Caso um idoso seja vítima de maus-tratos ou um dos direitos dessa lei for negado, denuncie a um desses órgãos públicos: autoridade policial; Ministério Público (promotor de justiça); Conselhos Municipal, Estadual ou Nacional do Idoso; ou Defensoria Pública.

Para que essas leis possam funcionar, é preciso um trabalho em conjunto entre os governos federais, estaduais e municipais e, acima de tudo, a participação e cobrança de toda a sociedade.



### CONSELHO MUNICIPAL DO IDOSO

O Conselho supervisiona, acompanha, fiscaliza e avalia a Política Municipal do Idoso. É composto por representantes da sociedade civil e do poder público e possui reuniões mensais na Casa dos Conselhos de Rio Claro. O idoso pode participar das reuniões e procurar o Conselho para os serviços relacionados aos direitos à vida, à liberdade, ao respeito e à dignidade.

### CASA DOS CONSELHOS

Avenida 01, 780 esquina com Rua 09  
Centro / CEP: 13.500-402  
Telefone: 3533-2652  
e-mail: [conselhossecretaria@yahoo.com.br](mailto:conselhossecretaria@yahoo.com.br)

## CONTRIBUIÇÕES PARA O FUNDO MUNICIPAL DO IDOSO

Destine parte do seu imposto de renda e contribua com o Fundo Municipal do Idoso.

O Fundo Municipal do Idoso tem a finalidade de apoiar programa, projetos e ações que visem à proteção, à defesa e à garantia dos direitos da pessoa idosa estabelecidos na legislação. Os recursos usados no Fundo vêm de dotações orçamentárias do governo, de pessoas físicas ou jurídicas.

Qualquer empresa ou pessoa pode fazer uma contribuição destinando 1% de seu imposto de renda como pessoa jurídica ou até 6% como pessoa física. O depósito pode ser feito na **Agência 172-4 - Banco do Brasil**  
**Conta corrente 76025-0**  
**Fundo Municipal do Idoso.**





# Fundo Social de Solidariedade

O Fundo Social de Solidariedade tem como papel principal o fortalecimento das políticas públicas, com ênfase na descentralização do atendimento social.

Rua 3, nº 945 - Centro (Paço Municipal) | Telefone: (19) 3526-7180

## CONFIRA A PROGRAMAÇÃO DO FSSRC EM PARCERIA COM AS SECRETARIAS MUNICIPAIS

17/06 às 14h

Baile Azul - Em comemoração ao Aniversário da Cidade

08/08

Jogos Municipais do Idoso - JOMI

19/08 a 23/08

Jogos Regionais do Idoso - Em Mogi Guaçu. Rio Claro participará nas modalidades de Atletismo, Bocha, Coreografia, Dança de Salão, Truco, Voleibol Adaptado, Dama, Tênis, Tênis de Mesa, Xadrez, Buraco, Natação e Malha.

• Apoio à Associação Pró-Voleibol:

Jogos da 3ª idade entre municípios do Estado

• Desenvolvimento do Projeto Grupo de Protagonistas Sociais do Idoso - GPSI

• Apoio ao Coral da 3ª Idade Cidade Azul

• Apoio ao Grupo de Coreografia do JORI

• Apoio aos Grupos de Convivência de Idosos

• Apoio ao Natal Luz

28/09 a 02/10

Semana Municipal do Idoso

28/09

Abertura: Apresentações Culturais: Riquezas de Nossa Terra!

29/09

VI Fórum de Rio Claro para o Envelhecimento Ativo

30/09

Baile da Primavera e Concurso de Miss e Mister da Maturidade

02/10

Culto de Gratidão

## GRUPOS DE CONVIVÊNCIA CADASTRADOS NO FSSRC

Atualmente, estão cadastrados no Fundo Social de Solidariedade 62 grupos de idosos, sendo 43 Grupos de Convivência, organizados pela comunidade, e 19 vinculados a instituições públicas ou privadas.

Entre os grupos vinculados a instituições públicas e privadas estão:

*1 Centro-Dia do Idoso*

*8 Grupos nos Centros de Referência de Assistência Social (CRAS), vinculados à Secretaria Municipal de Ação Social*

*4 Grupos de Atividades Físicas vinculados à Secretaria Municipal de Esporte*

*1 Grupo do Programa de Atividade Física para a Terceira Idade (PROFIT - UNESP)*

*3 Grupos de Dança*

*1 Grupo de Lian Gong vinculado à Fundação Municipal de Saúde*

*1 Grupo de Canto/Coral, totalizando aproximadamente 2.500 integrantes.*

O Fundo Social de Solidariedade interage com esses grupos organizados, dando oportunidades para a realização de eventos culturais, religiosos, atividades turísticas, físicas, esportivas e de lazer, disponibilizando ônibus para o turismo local e regional, além de ações que favoreçam a atuação dos idosos na sua programação, como campanhas e eventos.



# GRUPOS DE CONVIVÊNCIA CADASTRADOS NO FUNDO SOCIAL DE SOLIDARIEDADE

HORÁRIO	GRUPO DE CONVIVÊNCIA	ENDEREÇO / CONTATO	COORDENADORAS (RES)
SEGUNDA-FEIRA MANHÃ 8:00	VIDA AZUL	Centro Dia do Idoso Padre Augusto Casagrande Av. 40, 1610 – Santana	Manli Wang Wu
TARDE 14:00	SEMPRE VIVA	Salão Paroquial Rua P4, Av. P23 E P24 – Vila Paulista	Cândida Ap. Silva Iamonte
14:00	ESTRELA-SESI	Av. M 29, 441 – Jd. Floridiana	Rosângela Souza Camargo
14:00	GPSI-NOVO WENZEL	SALÃO DOS VICENTINOS Rua 9, nº 541 – Novo Wenzel	Maria Valdenice Dutra Aleardo José Martins Maria José Cerri
14:00	BOM JESUS	Salão Paroquial da Igreja Bom Jesus Av. da Saudade c/ Rua 12 – Consolação	Vera Lucia Macedo Panella
14:00	AMOR	Centro Dia do Idoso Padre Augusto Casagrande Av. 40, 1610 – Santana	Elza A. Ongarelli
14:30	FELIZ IDADE	Paulistão Supermercado Av. 52-A, 35 – Jd. América	Nordília Paulo
14:30	BEM VIVER	Ao lado da Igreja São Judas Tadeu Rua 5 – Av. 36 e 38 – Vila Operária	Maria Cecília Rossi Hebling
	VITÓRIA REGIA-Ajapi	Av. 01, nº 304 – Ajapi Última 2ª-feira do mês	Ines Brandt
TERÇA-FEIRA MANHÃ 8:15	GRUPO DE CONVIVÊNCIA E DANÇA TAI-CHI	Centro Cultural	Manli Wang Wu
TARDE 14:00	AAFC. MULHERES	Associação dos Aposentados da Fundação Rua 1, 1690 – Centro (Avs.. 12 E 14)	Nair Augusta Massini
14:00	BEIJA FLOR	Centro Comunitário Beija-Flor Rua M7, s/n – Independência	Nordília Paulo
14:00	GIRASSOL	Associação Moradores do Bairro Rua 11, 15 – Arco-Íris	Benevino José da Cruz
14:30	ESPERANÇA	Igreja Boa Morte Rua 11, 702- (Avs.. 7 e 9) – Boa Morte	CleuzairCherfen de Sá
14:00	MARIA LOPES	CSU Mitiko Nevoeiro Rua 17- Av. 23 e 25 – B. Estádio	Neiva Planello Diniz
14:00	NOSSA SENHORA APARECIDA	Salão Paroquial Igreja Aparecida Rua 2-A, nº 337 – Avs.. 28 e 30 – Vl. Ap.	Regina ClaretiKapp dos Santos
14:00	NOVOS AMIGOS	Igreja Santa Luzia Av. 22-A c/ 16-A – Bela Vista	Edmeia AP. Baptista da Silva
14:00	JARDIM IPÊ	Mini Centro Social e Esportivo Jardim Ipê Av. 44-A e 44-AB c/ 3ª e 4ª	Maria José Citolin
NOITE 19:00	ALEGRIA E VITALIDADE	Clube do DAAE Av. 8-A – Cidade Nova	Roseli Helena Neves
QUARTA-FEIRA 7:00	VIDA ATIVA	Posto de Saúde Av. 08, 420 – Jardim Centenário	Vera Ligia S. de Almeida

8:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA E DANÇA TAI-CHI	Centro Dia do Idoso Padre Augusto Casagrande Av. 40,1610 – Santana	Manli Wang Wu
TARDE 14:00	EMANUEL	Igreja Luterana Av. 14, 466 – Centro	Leontina Mauch Bortolin
14:00	RAIO DE LUZ	Centro Comunitário Orestes Armando Giovanni São Miguel	Nordilia Paulo – 3023-2476
14:00	LAZER – UFA	UFA Av. 05, 329 – Centro	Izaura Magalhães
14:00	MARGARIDAS	Casa de Nossa Senhora Rua 2, 1740 – Centro	Idelazir Belucci
15:00	CONVIVER	Terceira Igreja Presbiteriana Rua 09, 1983 (Av. 18 e 20) – Santana	Célia Marcondes
NOITE 19:30	UNIÃO DOS ELETRECITÁRIOS	Sindicato dos Eletricitários Av. 02, 453 – Centro	Elizia Rodrigues da Silva
QUINTA-FEIRA 14:00	HARMONIA	Centro Dia do Idoso Av. 40, nº 1610 – Santana	Sônia M. Tomazela Alves da Silva
14:00	SANTA CRUZ	Salão Paroquial Santa Cruz Av. 12 (Ruas 8 e 9)	Beatriz Thomazini
14:00	SÃO BENEDITO	Igreja Boa Morte Rua 11, 702 – (Avs. 7 e 9) – Boa Morte	Alcinéia Nascimento Coimbra
14:00	SANTA ANA	Paróquia Santa Ana Rua 9, Av. 30 e 32	Sônia Maria Ragonha Inforzato
14:30	FLOR DO CAMPO	Igreja São José Operário Rua 10 – À esq. 66-A B. São Miguel	Janete Ap. B. Spatti
15:00	FERRAZ	Centro Poliesportivo Ferraz	Guilhermina Mac-key Deconto
16:00	AYO	Av. P 33, 157 – Vila Paulista	Divanilde Aparecida de Paula
16:30	PROBUS RIO CLARO CIDADE AZUL	Rotary Clube de Rio Claro Cidade Azul Av. 12, 231 – Centro	Ivete Cipola
NOITE 20:00	ENERGÉTICOS DA MELHOR IDADE	Sindicato dos Eletricitários Av. 02, 453 – Centro	Valdemar Oliveira
SEXTA-FEIRA 7:00	VIDA ATIVA	Posto de Saúde Av. 08, 420 – Jardim Centenário	Vera Ligia S. de Almeida
8:15	GRUPO DE CONVIVÊNCIA E DANÇA TAI-CHI	Shopping Rio Claro	Manli Wang Wu
TARDE 14:00	FONTES	Centro Social Niazihussni Rua 4 – B, 70 – Cidade Nova	Maria Benedita Arruda
14:00	PÔR DO SOL	Centro Comunitário do Jd. Progresso – Rua M-22 – Jd. Progresso	Nordilia Paulo – 3023-2476
14:00	UNIÃO DE AMIGOS	CSU Mitiko Nevoeiro Rua 17, s/n (Avs. 23 e 25) – Bairro do Estádio	Maria Elizabete Diolli
SÁBADO 12:00	AS LULUZINHAS	Intinerante	Maria Madalena de Moraes Conceição
TARDE 15:30	IGREJA BATISTA DO CALVÁRIO	Igreja Batista do Calvário Av. 20-A, nº 230 – Vl. Indaiá	Sara Maria Vidal Oliveira

# PIQUENIQUE NA FLORESTA EM COMEMORAÇÃO AO DIA DAS MÃES

O Fundo Social de Solidariedade de Rio Claro promove todos os anos o Piquenique da Melhor Idade em homenagem ao Dia das Mães. O Piquenique acontece na Floresta Estadual “Edmundo Navarro de Andrade” e conta com diversas atividades, como café da manhã, almoço, apresentações de dança, ações voltadas à saúde, shows musicais, artesanato e muito mais. Neste ano, o piquenique aconteceu no dia 07/04 e reuniu cerca de 900 idosos.





## VIAJA MAIS, MELHOR IDADE DE RIO CLARO

O Fundo Social de Solidariedade contribui efetivamente com a inclusão e a integração social das pessoas idosas por meio do turismo local e regional, disponibilizando um ônibus especialmente para as viagens de lazer. Desde a sua aquisição, em janeiro de 2011, o ônibus já fez mais de 360 viagens para as cidades turísticas da região.

A solicitação é feita ao FSS, pela coordenadora do Grupo em impresso próprio, observando o regulamento e a agenda.



## CAMPANHA PERMANENTE DE ARRECAÇÃO DE FRALDAS GERIÁTRICAS

Contamos com a solidariedade e sensibilidade da população rioclarenses para a doação de fraldas geriátricas tamanho G. Você pode entregar a sua doação no Fundo Social e nos eventos que serão realizados, como piquenique, bailes, Semana do Idoso, viagens com o ônibus do FSS, etc. As fraldas geriátricas serão entregues às entidades de atendimento da rede socioassistencial.



# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO À SAÚDE

## FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE SAÚDE

Telefone: (19) 3522-3600

Avenida 2, 238 | Centro - CEP 13.500-410

A Fundação Municipal de Saúde promove a atenção à saúde do idoso e educa permanentemente os profissionais de saúde para que possam atender a população idosa garantindo a qualidade de vida.

## CENTRO ODONTOLÓGICO DE SAÚDE BUCAL DO IDOSO (CEOESBI)

Rua 1, 754, (Av. 7 e 9) - Centro

Um serviço pioneiro de atenção ao idoso, oferecendo restaurações, tratamento de canal, prótese, periodontia e prevenção de câncer bucal da pessoa idosa.



## O CALENDÁRIO DE VACINAÇÃO PARA IDOSOS

O Calendário anual de vacinação para idosos do Programa Nacional de Imunização, do Ministério da Saúde compreende principalmente a proteção contra: difteria, tétano, influenza e pneumonia. Vale ressaltar que a vacina contra gripe é segura e incapaz de causar a doença. Ela protege contra os principais vírus da gripe que estão circulando no momento. Muitas pessoas acabam apresentando resfriados na época da vacinação, mas muitos vírus respiratórios que não estão presentes na vacina estão circulando, por esse motivo os vacinados também podem apresentar sintomas respiratórios. A vacina contra influenza impede que os casos evoluam para casos graves e, portanto, diminuem a incidência de internação.



# SAÚDE: GRUPOS DE PROMOÇÃO E PREVENÇÃO DA SAÚDE

	<b>UBS “Dr. Silvio Arnaldo Piva”</b> <b>Vila Cristina</b> <b>Av. José Felício Castellano, 1784 Vila Cristina</b> <b>3527-2908 / 3527-0709</b>				
Segunda e quarta 13:00	Grupo de Orientação em Fisioterapia (Alunos de Graduação do curso de Fisioterapia da ASSER)		Mensal 2ª quarta-feira do mês 14:00		Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes
	<b>USF “Antonio Gilberto Fonseca”</b> <b>Rua 4, S/N Avs. 1 E 3 Distrito De Ajapi</b> <b>3539-1255</b>				
Segunda-feira 8:00	Grupo de Orientação Alimentar (Alunos de Graduação do curso de Nutrição da ASSER)				<b>USF “Dr. Gilson Giovanni” Palmeiras Equipe I E II</b> <b>Rua 8, 1102 Esq. C/ Av. 7 Jardim Das Palmeiras</b> <b>3524-2202 / 3532-6496</b>
Terça-feira 14:00	Grupo de Artesanato (no Barracão da Igreja Santo Antonio)		Segunda e quinta 7:00		Atividade Física + Orientação Educativa sobre Promoção e Prevenção à Saúde
Quinta-feira 8:00	Grupo de Lian Gong (Prática Corporal Elaborada – exercícios para prevenir e tratar de dores no corpo e restaurar a sua movimentação natural)		Sexta-feira 9:00		Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes
	<b>USF “Dr. Antonio R. M. Santomauro”</b> <b>Nosso Teto - Equipe II</b> <b>Av. 88-Bv,147 Jd. Boa Vista</b> <b>3533-3522</b>				
2ª Segunda-feira do mês 14:00	Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes		Segunda e sexta 7:30		Grupo de Lian Gong (Prática Corporal Elaborada – exercícios para prevenir e tratar de dores no corpo e restaurar a sua movimentação natural)
Quarta-feira - Quinzenal 14:00	Grupo de Orientação em Reeducação Alimentar		Quarta-feira 9:00		Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes
	<b>USF “Dr. Moacir de Oliveira Camargo”</b> <b>Jd. Das Flores</b> <b>Av. M-53 - Esq. Rua 6 - Jd. Das Flores</b> <b>3532-5783</b>		Toda última semana do mês*		Grupo Educativo Orientação Odontológica
Segunda e quarta 7:30	Grupo de Lian Gong (Prática Corporal Elaborada – exercícios para prevenir e tratar de dores no corpo e restaurar a sua movimentação natural)				<b>USF “Dr. Celestino Donato” Guanabara</b> <b>Rua 9 G, S/N Jardim Guanabara II</b> <b>3532-6248</b>
Toda última quinta-feira do mês 15:00	Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes		Segunda e quinta 8:00		Atividade Física + Orientação Educativa sobre Promoção e Prevenção à Saúde
	<b>USF “Parque Mãe Preta”</b> <b>Equipe I - Av. 1-Mp, 300 Parque Mãe Preta</b> <b>3536-3396</b>				<b>USF “Dr. Oswaldo Akamine” Panorama</b> <b>Av. 64, 1390 Jd. Panorama</b> <b>3532-5377</b>
Terça e quinta 8:00	Grupo de Lian Gong (Prática Corporal Elaborada – exercícios para prevenir e tratar de dores no corpo e restaurar a sua movimentação natural)		Quarta-feira 8:00		Grupo de Lian Gong (Prática Corporal Elaborada – exercícios para prevenir e tratar de dores no corpo e restaurar a sua movimentação natural)
Segunda-feira 13:30	Grupo de Artesanato		Segunda-feira Quinzenal 14:00		Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes
Mensal 2ª Quarta-feira 14:00	Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes				<b>USF Jd. Progresso</b> <b>3533-3391</b>
Segunda-feira 13:30	Grupo de Artesanato		Toda última quarta-feira do mês 14:00		Grupo Educativo sobre Hipertensão e Diabetes

SERVIÇOS RELACIONADOS AO

# DIREITO À ASSISTÊNCIA SOCIAL

## SECRETARIA DE AÇÃO SOCIAL

Rua 6, nº 3265 (Núcleo Administrativo Municipal – NAM) – Alto Santana  
 Telefone: (19) 3522-1930

A Secretaria de Ação Social tem como principal objetivo implementar a política de assistência social do município, voltada ao atendimento dos interesses sociais e aspirações da população em situação de risco social. Dentre o atendimento à população idosa, mantém e gerencia o Centro-Dia do Idoso, atualmente com 70 idosos, com atendimentos individuais e em grupo, com a atuação de uma equipe multiprofissional, que busca realizar um trabalho transdisciplinar, potencializando as habilidades e dando atenção às necessidades do idoso, buscando a valorização pessoal, elevação da autoestima e fortalecimento dos vínculos afetivos e familiares.

## CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL – CRAS

Os Centros de Referência e Assistência Social – CRAS, implantados em 8 territórios, executam serviços de Proteção Social Básica, organizam e coordenam a Rede de Serviços Socioassistenciais local da Política da Assistência Social, e são responsáveis pela oferta de Programas de Atenção Social às Famílias. Realizam o atendimento a idosos beneficiários do BPC e suas famílias, com acolhimento, orientações, encaminhamentos e desenvolvimento de diversas atividades de promoção e inclusão dos idosos.

SEGUNDA-FEIRA		
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS MÃE PRETA	Praça CEU – Centro de Esportes e Artes Unificados Avenida 1-MP com Rua 6-RV, Mãe Preta
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS BANDEIRANTES	Av. 36-A nº 59 – V. ALEMÃ Ruas 3 e 4-A
TERÇA-FEIRA		
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS TERRA NOVA	CRAS Terra Nova Av. Marco Ant. Padula, s/n, Jd. Novo
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS JD. BRASÍLIA	CRAS Jd. Brasília Av. 30, 290, Jd. Brasília I
QUARTA-FEIRA		
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS BAIRRO DO ESTÁDIO	Rua 15, nº 368, Consolação
QUINTA-FEIRA		
9:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS INDEPENDÊNCIA	CRAS Independência Rua M-7, nº 1031, Jd. Hipódromo
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS BOM SUCESSO	CRAS Bom Sucesso Rua 6, 590, NovoWenzel
14:00	GRUPO DE CONVIVÊNCIA CRAS PANORAMA	Rua 27, esquina com Av. 60, Panorama

## CENTRO DE REFERÊNCIA ESPECIALIZADO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL – CREAS

O Centro de Referência Especializado de Assistência Social – CREAS presta os serviços especializados e continuados a indivíduos e famílias com seus direitos violados, promovendo a integração de esforços, recursos e meios para enfrentar a dispersão dos serviços e potencializar a ação para os seus usuários, envolvendo um conjunto de profissionais e processos de trabalho que ofertam apoio e acompanhamento individualizado especializado. Recentemente, foi lançada a Cartilha do Cuidador do Idoso, na perspectiva de oferecer orientações para cuidadores e familiares para um melhor atendimento ao idoso fragilizado, como também a reprodução do Estatuto do Idoso como forma de divulgar e tornar acessível às pessoas idosas o conhecimento relativos aos seus direitos.

**CREAS Casa I**  
 Rua 08, nº 3131  
 Alto do Santana  
 (19) 3523 6439 e 3523 6420

**CREAS Casa II**  
 Rua 9, nº 2863  
 (Avs. 36 e 38), Santana  
 E-mail: [creas@acaosocial.rc.sp.gov.br](mailto:creas@acaosocial.rc.sp.gov.br)  
 (19) 3532 2939 e 3524 4786

**De Segunda a Sexta-Feira**  
**8:00 às 17:00**

## CENTRO DIA DO IDOSO PADRE AUGUSTO CASAGRANDE

Av. 40,1610 – Santana  
 CEP: 13504-140 – Fone: 3533-6866

O Centro Dia do Idoso “PE Augusto Casagrande” atualmente atende 70 idosos, de segunda a sexta feira, das 8:00 às 16:00, com atendimento técnico multidisciplinar. Ele foi fundado em 1999 pela Secretaria Municipal de Ação Social e funciona como um Centro de Convivência Social e de fortalecimento de vínculos dos idosos e familiares. O perfil é da pessoa idosa ativa, independente, que possua autonomia para participar das atividades oferecidas.



## VAGAS SOCIAIS EM ILPIs E CENTRO DE CONVIVÊNCIA

A Prefeitura Municipal de Rio Claro, através do Fundo Municipal de Assistência Social, repassa recursos às Entidades no Sistema de Subvenção Social, previstas na Lei Federal 4.320 de 17 de março de 1966 (art. 12 e art. 16) e na instrução Normativa STN nº 01/97.

No município de Rio Claro, atualmente subvencionamos duas Instituições de Longa Permanência para Idosos – ILPIs: o Abrigo da Velhice São Vicente de Paulo e o Lar Bethel – Abrigo da Velhice Desamparada, e um Centro de Convivência do Idoso, que tem como objetivos gerais acolher e garantir proteção integral a idosos.

### **Abrigo da Velhice São Vicente de Paulo**

Rua 1, 270 - Saúde

Rio Claro/SP - CEP 13500-311

Telefones: (19) 3524-3188 / 3534-0232 / Fax: 3524-5778

### **Lar Bethel - Abrigo da Velhice Desamparada**

Av. 25, nº 1432 – Saúde - Telefone (19) 3524-3756

### **Centro de Convivência do Idoso Mãe da Saúde**

Av. Marginal, nº 214 - Saúde - Telefone: (19) 3533-1421

E-mail: centroconvivencia-idoso@hotmail.com

## CURSOS PARA CUIDADORES DE IDOSOS

A Prefeitura está organizando cursos para cuidadores de idosos, especialmente os familiares, devendo contar com a colaboração de mestrandos, doutorandos e servidores da UNESP.

Em nossa cidade, também existem cursos gratuitos para cuidadores de idosos e familiares oferecidos pelas seguintes instituições:

### **Associação de Aposentados da Fundação Cesp**

Rua 1, nº 1.690

Telefone: 3534-5873

E-mail: rioclaro@aafc.org.br

### **Associação Pastoral de Assistência Social Nossa Senhora Aparecida – APASNOSSA**

Rua 2-A, nº 337 - Vila Aparecida

Telefone: 2111-5714.

### **Cadastro Único**

Informações sobre os Programas Sociais do Governo Federal e Estadual  
Rua 3, nº 945 - Prefeitura Municipal (entrada pela Av. 5)

Telefone: 3526-7116

**15 de junho**  
 DIA MUNDIAL DE  
 CONSCIENTIZAÇÃO DA VIOLÊNCIA  
 CONTRA A PESSOA IDOSA.  
**RIO CLARO ROMPENDO O SILÊNCIO!**

# O DIREITO AO RESPEITO NÃO ENVELHECE NUNCA

## DENUNCIE!

Disque 100  
 Polícia Militar - 190  
 Polícia Civil - 197  
 Guarda Municipal - 153  
 Ouvidoria Municipal - 156  
 Conselho Municipal do Idoso - (19) 3533-2652  
 conselhossecretaria@yahoo.com.br  
**Atendimento ao Público:**  
 Promotoria do Idoso - Av. 05, 535 - Centro  
 Horário 13:00 às 17:00 - de segunda a sexta-feira

*"A violência contra a pessoa idosa se define como qualquer ato, único ou repetitivo, ou omissão, que ocorra em qualquer relação supostamente de confiança, que cause dano ou incômodo à pessoa idosa" (INPEA, 2002).*

O art. 4º, do Estatuto do Idoso, prevê que *"Nenhum idoso será objeto de qualquer tipo de negligência, discriminação, violência, crueldade ou opressão, e todo atentado aos seus direitos, por ação ou omissão, será punido na forma da lei"*.

## VAMOS ROMPER O PACTO DO SILÊNCIO!

Tipos de violências mais comuns contra a pessoa idosa:

**Violência Física:** é o uso da força física para compelir os idosos a fazerem o que não desejam, para feri-los, provocar dor, incapacidade ou morte.

**Violência Psicológica:** corresponde a agressões verbais ou gestuais com o objetivo de aterrorizar, humilhar, restringir a liberdade ou isolar do convívio social.

**Violência Sexual:** refere-se ao ato ou jogo sexual de caráter homo ou heterorrelacional utilizando pessoas idosas. Esses abusos visam obter excitação, relação sexual ou práticas eróticas por meio de aliciamento, violência física ou ameaças.

**Abandono:** é uma violência que se manifesta pela ausência ou deserção dos responsáveis governamentais, institucionais ou familiares de prestarem socorro a uma pessoa idosa que necessite de proteção e assistência.

**Negligência:** refere-se à recusa ou à omissão de cuidados devidos e necessários aos idosos por parte dos responsáveis familiares ou institucionais. A negligência é uma das formas de violência mais presente no país. Ela se manifesta frequentemente associada a outros abusos que geram lesões e traumas físicos, emocionais e

sociais, em particular, para os idosos que se encontram em situação de múltipla dependência ou incapacidade.

**Violência Financeira ou Econômica:** consiste na exploração imprópria ou ilegal ou ao uso não consentido pela pessoa idosa de seus recursos financeiros e patrimoniais.

**Autonegligência:** diz respeito à conduta da pessoa idosa que ameaça sua própria saúde ou segurança, pela recusa de prover cuidados necessários a si mesma.

**Violência Medicamentosa:** é administração por familiares, cuidadores e profissionais dos medicamentos prescritos, de forma indevida, aumentando, diminuindo ou excluindo os medicamentos.

**Violência Emocional e Social:** refere-se à agressão verbal crônica, incluindo palavras depreciativas que possam desrespeitar a identidade, dignidade e autoestima. Caracteriza-se pela falta de respeito à intimidade, falta de respeito aos desejos, negação do acesso a amizades, desatenção a necessidades sociais e de saúde.

## Organização:

ORGANIZAÇÃO:



**Fundo Social de Solidariedade**

Diretoria de Políticas Especiais/  
 Assessoria da Política Municipal do Idoso

APOIO:

Câmara Municipal

Rede de Proteção e Defesa dos  
 Direitos da Pessoa Idosa

Fórum Permanente do  
 Parlamento do Idoso



Legis Municipais:  
 Nº 4249 de 30/09/2011 - Institui o Dia Municipal de Prevenção e Combate a todo tipo de Abuso e Violência contra a Pessoa Idosa.  
 Nº 4771 de 27/08/2014 - Institui o Dia 15/06, O Dia Municipal de Conscientização da Violência contra a Pessoa Idosa. Rompendo o silêncio!



# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO À EDUCAÇÃO



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
 Rua 6, 3265 (Núcleo Administrativo Municipal - NAM) - Alto Santana  
 Tel.: (19) 3522-1950 | (19) 3522-1957

A Secretaria Municipal de Educação oferece a EJA, Educação de Jovens e Adultos, que é voltada a todos que possuem mais de 15 anos e não cursaram ou não concluíram o Ensino Fundamental, inclusive o idoso. O objetivo da EJA é restaurar o direito à educação, oferecendo igualdade e oportunidades.

O curso é semestral e conta com atendimento em aulas de reforço e sala para educandos com necessidades educacionais especiais. Atualmente, são seis escolas que atendem a EJA, escolhidas pela localidade e demanda de matrículas.

A pessoa idosa pode procurar a escola de sua preferência ou a **Secretaria da Educação**, de segunda a sexta-feira, das 7h30 às 11h30 e das 13h às 17h, na Rua 6, 3265, Alto do Santana (NAM), ou pelo telefone (19) 3522-1949.

## LISTA DE ESCOLAS QUE ATENDEM A EJA

Segunda a sexta-feira - 19:00 às 21:30			
Ensino Fundamental I Alfabetização 1ª a 8ª Série	Escola Municipal Armando Grisi	Av. 56, nº 2540 Jardim Paulista II	(19) 3523-8385 (19) 3523-8030
Ensino Fundamental I Alfabetização 1ª a 8ª Série	Escola Municipal Jardim das Palmeiras- CAIC	Av. 18, BR 401 Jardim Brasília	(19) 3534-9138 (19) 3524-6007
Ensino Fundamental I 5ª a 8ª Série	Escola Municipal Marcelo Schmidt	Av. 1, nº 356 Centro	(19) 3523-3341 (19) 3533-2309
Ensino Fundamental I Alfabetização 1ª a 8ª Série	Escola Municipal Sergio Hernani Fitipaldi	Av. M51, entre ruas 9 e 10, s/n Jardim das Flores	(19) 3532-1457
Ensino Fundamental I Alfabetização 1ª a 8ª Série	Escola Municipal Sylvio de Araujo	Rua 9 A, nº 2486 Vila São Miguel	(19) 3527-1394 (19) 3527-1460
Ensino Fundamental I Alfabetização 1ª a 4ª Série	Escola Municipal Victorino Machado	Av. M27, nº 1132 Parque das Indústrias	(19) 3527-0241 (19) 3527-3037

# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO À CULTURA

## SECRETARIA MUNICIPAL DE CULTURA

Endereço: Rua 2, nº 2880 - Vila Operária (Centro Cultural Roberto Palmari)

Fone: (19) 3522-8000

Dentre as atividades culturais, a Secretaria Municipal de Cultura apoia e oferece incentivos para aulas de dança integrada com o Curso de Tai Chi Chuan, com exercícios que buscam o equilíbrio corpo/mente para uma vida saudável para os idosos, a promoção da inclusão digital, oficina de teatro e cinema e apoio ao Coral da Terceira Idade Cidade Azul, que é acompanhado pela Banda Sinfônica União dos Artistas Ferroviários, uma entidade subsidiada pelo município.

<b>SEGUNDA E QUARTA 9H ÀS 10H30</b>	<b>AULAS DE MÚSICA DA ORQUESTRA SINFÔNICA</b>	<b>RUA 01B, 415 CIDADE NOVA</b>
<b>TERÇA-FEIRA 16H ÀS 17H</b>	<b>GRUPO DE DANÇA BAILA COMIGO</b>	<b>CENTRO CULTURAL RUA 02, 2880</b>
<b>TERÇA E QUINTA 19H</b>	<b>TEATRO CIA TEMPERO D'ALMA</b>	<b>CENTRO CULTURAL RUA 02, 2880</b>
<b>QUARTA-FEIRA 16H30</b>	<b>GRUPO FOLCLÓRICO CONGADA E TAMBÚ DE SÃO BENEDITO</b>	<b>RUA 15C/19N CONSOLAÇÃO - GRASIFS</b>
<b>SEXTA-FEIRA 17H</b>	<b>CORAL DA TERCEIRA IDADE CIDADE AZUL</b>	<b>RUA 1-B (BARRACÃO DA BANDA DOS FERROVIÁRIOS)</b>



## GABINETE DE LEITURA

<b>SÁBADOS - 15H (QUINZENALMENTE)</b>	<b>CENTRO LITERÁRIO DE RIO CLARO</b>	<b>GABINETE DE LEITURA AVENIDA 04, 427 TEL.: 3532-4077</b>
---	--	--

## BIBLIOTECA MUNICIPAL

**Centro Cultural**  
Rua 02, 2880 - Vila Operária

<b>SEGUNDA A SEXTA-FEIRA 9H ÀS 18H</b>	<b>ACESSO A LIVROS PARA BAIXA VISÃO</b> <b>ÁUDIO LIVROS: PARA EXECUÇÃO EM CD - NARRAÇÃO DO CONTEÚDO DO LIVRO</b> <b>LIVROS EM BRAILE</b>
<b>SÁBADOS 8H ÀS 13H</b>	<b>ACESSO A LIVROS PARA BAIXA VISÃO</b> <b>ÁUDIO LIVROS: PARA EXECUÇÃO EM CD - NARRAÇÃO DO CONTEÚDO DO LIVRO</b> <b>LIVROS EM BRAILE</b>
<b>SEGUNDA A SEXTA-FEIRA 8:00 ÀS 16:00</b>	<b>ACESSO GRATUITO À INTERNET</b>





# ARQUIVO PÚBLICO E HISTÓRICO DO MUNICÍPIO DE RIO CLARO “OSCAR DE ARRUDA PENTEADO”

Rua 6, 3265 - Alto do Santana  
Tel.: (19) 3522-1938

## CAMPANHA DE AMPLIAÇÃO DO ACERVO

O Arquivo é um espaço onde o reconhecimento da experiência acumulada pela população mais idosa é valorizado em todas as suas ações, por meio da história oral de vida e temática e também pelo acúmulo de documentação escrita, iconográfica e audiovisual que sabemos ainda estarem nas casas dos moradores. Alguns períodos de nossa época não contam com muito material para estudo, e sabemos que muitos desses materiais que poderiam ajudar ainda estão guardados de maneira inapropriada.



## PORTAL MEMÓRIA VIVA

Reúne depoimentos orais arquivados na íntegra. Eles são publicados no site [www.memoriaviva.sp.gov.br](http://www.memoriaviva.sp.gov.br), além de serem transmitidos semanalmente pela TV Cidade Livre.

# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO AO ESPORTE



## SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTES

Rua 9, 01 - Bairro do Estádio (Ginásio de Esportes Felipe Karam)  
Tel.: (19) 3533-5422 | (19) 3533-5433 | (19) 3534-5881

A Secretaria Municipal de Esportes, com o objetivo de valorizar e estimular a prática esportiva, visando o bem-estar e a saúde da população idosa, promove atividades físicas de diferentes modalidades em diversos bairros da cidade, como: ginástica, voleibol adaptado, hidroginástica, musculação, natação e alongamento.

## APV - ASSOCIAÇÃO PRÓ VOLEIBOL

Disputamos também na APV, na modalidade voleibol adaptado, com início em 12 de abril durante o ano todo. Os interessados em participar poderão fazer a inscrição na Secretaria de Esportes.

## JOMI

Os Jogos Municipais do Idoso serão realizados no dia 8 de agosto nas dependências do SESI, nas modalidades de atletismo, bocha, coreografia, dança de salão, truco, voleibol adaptado, dama, tênis, tênis de mesa, xadrez, buraco natação e malha.

## JORI

Os Jogos Regionais do Idoso serão realizados na cidade de Mogi Guaçu no período de 19 a 23 de agosto. Rio Claro participará nas mesmas modalidades do JOMI.



# MODALIDADES ESPORTIVAS

Inscrições na Secretaria de Esportes – Rua 9, nº 01 – Bairro do Estádio – Fone: 3533 5433

TODAS AS MODALIDADES - INSCRIÇÕES SÃO FEITAS NA SECRETARIA DE ESPORTE

Dias e Horários	Modalidade	Local
4ª e 6ª 10:20 às 11:10	Alongamento Feminino	Centro Comunitário Beija-Flor Rua M-7, nº 411 Cervezão Av. M-21/M-23
3ª e 5ª 8:40 às 10:20	Alongamento Feminino	CSU Niazi Husni Rua 4 B, nº 70 Cidade Nova
3ª 15:40 às 16:30 5ª 14:40 às 16:20	Alongamento Feminino	Centro Comunitário do Jd. Progresso Rua M-22, nº 1184 – Jardim Progresso

2ª a 6ª 7:00 às 8:00	Ginástica Misto	CEU Mãe Preta Avenida 1-MP com a Rua 6-RV - Mãe Preta
2ª a 6ª 8:00 às 9:00	Ginástica Misto	CEU Mãe Preta Avenida 1-MP com a Rua 6-RV - Mãe Preta
4ª 9:40 às 11:20 5ª 8:50 às 11:20	Ginástica Misto	Centro Dia do idoso Av 40, nº 1610 - Alto do Santana
3ª 7:00 às 9:30 5ª 7:00 às 8:40	Ginástica Misto	CSU Mitiko Nevoeiro Av 25, nº 1730 - Bairro do Estádio
4ª e 6ª 7:00 às 9:30	Ginástica Misto	Igreja São Judas Rua 5, entre Avs. 36 e 38 - Vila Operária
4ª e 6ª 7:00 às 8:00	Ginástica Misto	SEST SENAT Rod. Washington Luiz Km 176 – Jd. Rio Claro

3ª e 5ª 8:40 às 10:20	Ginástica Feminina	Projeto Alvo (Bonsucesso) Igreja Luterana do Jardim Bonsucesso
4ª e 6ª 8:40 às 10:20	Ginástica Feminina	Projeto Alvo (Bonsucesso) Igreja Luterana do Jardim Bonsucesso
3ª e 5ª 7:00 às 8:40	Ginástica Feminina	CSU João Rehder Neto Rua 11, nº 3008 - Santana
3ª e 5ª 7:00 às 8:40	Ginástica Feminina	CSU Niazi Husni Rua 4 B, nº 70 - Cidade Nova
3ª 8:40 às 10:20 5ª 8:40 às 9:30	Ginástica Feminina	CSU Niazi Husni Rua 4 B, nº 70 - Cidade Nova
4ª e 6ª 7:00 às 8:40	Ginástica Feminina	Centro Comunitário do Jd. Progresso Rua M-22, nº 1184 - Jardim Progresso
3ª 16:30 às 18:10 5ª 16:20 às 18:00	Ginástica Feminina	Centro Comunitário do Jd. Progresso Rua M-22, nº 1184 - Jardim Progresso

2ª, 4ª e 6ª 7:00 às 8:40	Ginástica Feminina	Centro Comunitário do Jd. Ipê Av. 44-A, com ruas 3-A e 4-A
3ª e 5ª 7:00 às 8:00	Ginástica Feminina	SEST SENAT Rod. Washington Luiz Km 176 - Jd Rio Claro
2ª e 4ª 15:30 às 18:00	Ginástica Feminina	Igreja Presbiteriana de Batovi Rua 2, nº 165 - Batovi
2ª, 4ª e 6ª 17:10 às 18:10	Ginástica Feminina	Assistência Av. 1, anexo ao posto da Guarda
5ª 18:30 às 21:30	Ginástica Feminina	Mata Negra Salão da Igreja da Mata Negra
4ª e 6ª 8:40 às 10:20	Ginástica Feminina	Centro Comunitário Beija Flor Rua M-7, nº 411 – CervezãoAv. M-21/M-23
3ª e 5ª 7:00 às 8:40	Ginástica Feminina	CSU NiaziHusni Rua 4 B, nº 70 - Cidade Nova
3ª e 5ª 16:20 às 17:10	Hidroginástica Feminina	CSU João Rehder Rua 11, nº 3008 Santana
3ª e 5ª 18:50 às 19:40	Hidroginástica Feminina	CSU Mitiko Nevoeiro Av. 25, nº 1730 Bairro do Estádio
3ª e 5ª 7:00 às 8:40	Musculação Misto	Claretianas Av. Santo Antônio Maria Claret, 1724 – C. Claret
2ª, 4ª e 6ª 13:30 às 14:30	Musculação Misto	Academia Mãe Preta Av. 1-MP, com Rua 16-MP – Mãe Preta
3ª e 5ª 7:00 às 7:50	Musculação Misto	Ginásio de Esportes Rua 9, nº 1 - Bairro do Estádio
3ª e 5ª 7:50 às 8:40	Musculação Misto	Ginásio de Esportes Rua 9, nº 1 - Bairro do Estádio
3ª e 5ª 8:40 às 9:30	Musculação Misto	Ginásio de Esportes Rua 9, nº 1 - Bairro do Estádio
3ª, 4ª e 5ª 7:00 às 9:30	Vôlei Adaptado Misto	Clube dos Bancários Av. M-35, nº 614 Jd. Santa Clara
3ª e 5ª 7:00 às 8:40	Vôlei Adaptado Misto	Mini Ginásio Rua 9, nº 1 - Bairro do Estádio

## PRAÇA DE EXERCÍCIOS DO IDOSO

Avenida 44-A e 44-AB com Ruas 3-A e 4-A, no bairro Jardim Ipê



A Praça de Exercícios do Idoso foi construída pelo Fundo Social de Solidariedade, em parceria com o Fundo Social de Solidariedade do Estado (FUSSESP) e Secretarias Municipais.

O objetivo da praça é possibilitar que os idosos façam exercícios físicos que possam ter efeito significativo melhorando a saúde, a disposição e o físico do idoso e, conseqüentemente, diminuindo a incidência de quedas e ampliando a convivência social.

### PARA MELHORAR A VIDA DO IDOSO, A PRAÇA DE EXERCÍCIOS CONTA COM OS SEGUINTE EQUIPAMENTOS:

- Estação Barras Paralelas
- Estações Ergometria
- Estação Rampa-Escada
- Estação Senta-Levanta
- Estação Reabilitação Placa Giratória
- Estação Reabilitação Escada de Dedos
- Placas indicativas para facilitar a prática dos exercícios

## CONFIRA OS LUGARES COM ATIVIDADES PARA OS IDOSOS:

### UNESP RIO CLARO

Av. 24-A, 1.515 - Bela Vista

#### PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA A TERCEIRA IDADE – PROFIT

##### DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS

Segunda a sexta-feira das 7:00 às 8:00

Ginástica geral, dança e musculação

Inscrição e vagas (19) 3526-4331

#### PROJETO DE ALZHEIMER (PRO-CDA)

##### DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS

Segunda, quarta e sexta-feira

das 16:00 às 17:00

Atividades físicas específicas para idosos com doença de Alzheimer e seus cuidadores

Informações: (19) 3526-4312

#### PROJETO DE EXTENSÃO PARA PACIENTES COM DOENÇA DE PARKINSON, O PROPARKI

##### DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA DO INSTITUTO DE BIOCÊNCIAS

Segunda, quarta e sexta-feira

das 8:30 às 09:30

Atividades físicas para pacientes com doença de Parkinson

Informações: (19) 3526-4365

#### PROJETO DE EXTENSÃO:

##### EXIBIÇÃO DE FILMES E DEBATES

##### ANFITEATRO DA BIBLIOTECA DA UNESP

Quarta-feira das 8:00 às 10:00

Exibição de filmes relacionados a envelhecimento, relações familiares, relacionamentos intergeracionais e aposentadoria, acompanhado por debate com os participantes

Informações: (19) 3526-4312

### GRUPO DE GINÁSTICA FEMININA NA PRAÇA DE EXERCÍCIOS DO IDOSO

Segunda, quarta e sexta, das 7h às 8h40.

As aulas são ministradas por um professor de Educação Física da Secretaria Municipal de Esportes.



## LOCAIS COM ATENDIMENTOS CLÍNICOS PARA OS IDOSOS:

### FACULDADE ANHANGUERA DE RIO CLARO RUA 22 BE, 668 – (19) 3522 9700

Atendimento na Clínica Escola de Fisioterapia

Segunda a sexta-feira – 15:00 às 19:00

Agendamento: (19) 3522 9700

### ASSER RIO CLARO – ESCOLA SUPERIOR DE TECNOLOGIA E EDUCAÇÃO DE RIO CLARO

Rua 7, 1193 - Centro - CEP 13500-200

Fone: (19) 3525-2945 - Fax: (19) 3523-2001

Atendimento da Clínica de Nutrição

Segunda-feira - 8:00 às 10:00

E-mail para agendamento:

clinicanutriasser@gmail.com

Quinta-feira - 15:00 às 17:00

Laboratório de Fisioterapia Neurofuncional

Quartas e quintas-feiras, das 13:00 às 18:00

Agendamento: (19) 3523-2001

# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO AO LAZER



## SECRETARIA MUNICIPAL DE TURISMO

Rua 1, 1100 - Centro (Antiga Estação Ferroviária) - Tel.: (19) 3533-9977 | (19) 3532-4117

A Secretaria Municipal de Turismo inclui em sua programação diversos eventos voltados ao público idoso, como bailes de carnaval e de aniversário da cidade, a Semana do Idoso, noites de seresta na Praça Dalva de Oliveira e manhãs de seresta no Jardim Público e Praça Silvio Cassavia.

## PROJETO ESTAÇÃO TURISMO

O Projeto Estação Turismo oferece aos visitantes a oportunidade de conhecer não apenas os locais de destino dos passeios, mas também fazer uma viagem pela história da cidade através de itinerários com vários pontos importantes para a construção da cultura e identidade rio-clarenses. Esta é uma atividade muito apreciada pelos idosos, pois proporciona um contato com fatos históricos que alguns vivenciaram.

O roteiro é inteiramente realizado de ônibus e tem início na Antiga Estação Ferroviária. Dentre os diversos roteiros disponíveis, destacamos: City Tour Completo, Mini City Tour, Étnico-afro e Turismo Rural em Mata Negra.

Para mais informações e agendamentos, os grupos de idosos podem entrar em contato com o coordenador do Projeto Estação Turismo, na Secretaria de Turismo, ou pelos telefones: (19) 3533-9977 e 3532-4117.



### PROGRAMAÇÃO DAS SERESTAS

DOMINGOS 10H ÀS 13H	MANHÃS SERTANEJAS	Sob o comando do radialista Eduardo Ravelli	Praça Silvio Cassavia, na Rua 14, esquina da Av. 2, no Jd. Claret (defronte da Padaria Claret)
DOMINGOS 11H ÀS 13H	MANHÃS DE SERESTAS	Os próprios seresteiros de Rio Claro se revezam no palco cantando músicas antigas e atuais	Jd. Público
DOMINGOS 19H ÀS 21H	NOITES SERTANEJAS	Músicas românticas para os frequentadores dançarem, música ao vivo sob o comando de Agostinho Parente	Praça Dalva de Oliveira

# SERVIÇOS RELACIONADOS À PREVIDÊNCIA SOCIAL



**AGÊNCIA  
 INSS RIO CLARO**  
 Rua 03, 1026 - Centro  
 Central de Atendimento: 135

## SERVIÇOS OFERECIDOS PELO INSS RIO CLARO

SEGUNDA A SEXTA-FEIRA 7H ÀS 17H	SEGUNDA A SÁBADO 7:00 às 22:00 Horário de verão: 8:00 às 23:00	SEGUNDA A SÁBADO 24 horas
<p>Requerimento de aposentadoria por idade*</p> <p>Requerimento de Benefício Assistencial ao Idoso – BPC. Consiste no pagamento de um salário-mínimo mensal a pessoas com 65 anos ou mais e a pessoas com deficiência incapacitante para a vida independente e para o trabalho. Em ambos os casos, a renda per capita familiar deve ser inferior a 25% do salário-mínimo</p> <p>Atualização de cadastro</p> <p>Emissão de comprovante de rendimentos</p> <p>(*serviços com hora marcada)</p>	<p>AGENDAMENTO</p>	<p>O Atendimento eletrônico da Central funciona durante 24 horas</p> <p>Os atendentes da Central 135 entram em contato com o segurado para confirmar o agendamento</p>

## SERVIÇOS RELACIONADOS AO

# DIREITO AO TRANSPORTE GRATUITO

A Secretaria de Mobilidade Urbana disponibiliza o Cartão de Estacionamento para Veículos de Idoso para as pessoas com 60 anos ou mais e o Cartão de Transporte do Sistema Municipal de Transporte Coletivo para pessoas acima de 65 anos e para os idosos entre 60 e 65 anos **incompletos**, considerando os critérios estabelecidos para o atendimento daqueles que mais necessitam.



### CARTÃO DE ESTACIONAMENTO PARA VEÍCULOS DE IDOSO

Av. 2, 130 - Centro - Tel.: (19) 3522-2070

Atendimento: Atende Fácil

Para as pessoas com 60 anos ou mais. Atendimento de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. Necessário levar CPF, RG e comprovante de residência.

### CARTÃO DE TRANSPORTE DO SISTEMA MUNICIPAL DE TRANSPORTE COLETIVO

Av. 2, 130 - Centro - Tel.: (19) 3522-2070

Atendimento: Atende Fácil

Para pessoas acima de 65 anos. Atendimento de segunda a sexta-feira, das 8h às 17h. Necessário levar CPF, RG, comprovante de residência e foto 3x4 recente.

### CARTÃO DE TRANSPORTE DO SISTEMA MUNICIPAL DE TRANSPORTE COLETIVO

Rua 3, 945 - Prefeitura Municipal (entrada pela Av. 5) - Tel.: 3526 7116

Para pessoas acima de 60 a 65 anos incompletos. Atendimento de segunda a sexta-feira, das 8h às 16h. Necessário comparecer no Cadastro Único e levar os seguintes documentos de todos que moram na residência:

- Carteira Profissional a partir dos 16 anos
- RG do casal e dos filhos (se houver)
- CPF
- Título de Eleitor a partir dos 16 anos
- Certidão de nascimento, ou casamento
- Holerite (se houver)
- Comprovante de residência (luz)
- Declaração de matrícula escolar
- Atestado de óbito (se houver falecimento na família)
- 1 foto 3x4 recente

### SECRETARIA MUNICIPAL DE MOBILIDADE URBANA

Núcleo Administrativo Municipal – NAM

Rua 6, 3265 - Alto Santana - Tel.: (19) 3522-1919

### INFORMAÇÕES E DOCUMENTOS EXIGIDOS PARA A GRATUIDADE NOS TRANSPORTES INTERMUNICIPAIS E INTERESTADUAIS PARA PESSOAS COM IDADE IGUAL OU SUPERIOR A 60 (SESENTA) ANOS, COM RENDA IGUAL OU INFERIOR A DOIS SALÁRIOS-MÍNIMOS

No sistema de transporte coletivo intermunicipal:

- Solicitar a reserva com, no mínimo, 24 (vinte e quatro) horas e, no máximo, 5 (cinco) dias de antecedência da viagem, contados do horário previsto para a partida do veículo.
- No ato da solicitação do “Bilhete de Viagem do Idoso” ou do desconto do valor da passagem, o interessado deverá apresentar documento pessoal de identidade, com fé pública, que contenha foto, e comprovação de renda, mediante a apresentação de um dos seguintes documentos: Carteira de Trabalho e Previdência Social com anotações atualizadas; contracheque de pagamento ou documento expedido pelo empregador; carnê de contribuição para o Instituto Nacional do Seguro Social - INSS; extrato de pagamento de benefício ou declaração fornecida pelo INSS ou outro regime de previdência social público ou privado; e documento ou carteira emitidos pelas Secretarias Estaduais ou Municipais de Assistência Social ou congêneres.
- Fornecer à transportadora o número de inscrição no Cadastro de Pessoas Físicas (CPF) e o do Registro Geral (RG) do passageiro.

• Em caso de desistência, o cancelamento da reserva deverá ser feito pelo beneficiário com antecedência mínima de 3 (três) horas do horário de partida do veículo.

• Após o prazo estipulado, caso os assentos reservados não tenham sido objeto de concessão do benefício, as empresas prestadoras dos serviços poderão colocar à venda para o público em geral os respectivos bilhetes.

No sistema de transporte coletivo interestadual (comboio ferroviário ou embarcação do serviço convencional):

- Além das duas vagas previstas, o idoso terá direito ao desconto mínimo de 50% do valor da passagem para os demais assentos do veículo.
  - Para viagens com distância até 500 km, solicitar a reserva com, no máximo, seis horas de antecedência.
  - Para viagens com distância acima de 500 km, solicitar a reserva com, no máximo, doze horas de antecedência.
- Em ambos os serviços, no dia marcado para a viagem, comparecer ao terminal rodoviário de embarque até 30 (trinta) minutos antes da hora marcada para o início da viagem, sob pena de perda do benefício.

# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO À HABITAÇÃO

## SECRETARIA MUNICIPAL DE HABITAÇÃO

Núcleo Administrativo Municipal - NAM

Rua 6, 3.265 - Alto Santana - Tel.: (19) 3522-1905 | (19) 3522-1906

A Secretaria Municipal de Habitação, desde 2009, já beneficiou 165 idosos com moradias. Assim, além dos 3% preconizados no Estatuto do Idoso, a Secretaria de Habitação de Rio Claro atingiu o índice de 8,3% das unidades habitacionais habitadas por titulares idosos.

Para a participação nos Programas Habitacionais promovidos pela Secretaria Municipal de Habitação é necessária a inscrição no CADASTRO HABITACIONAL do Município de Rio Claro. Esta inscrição deve ser feita preferencialmente pela mulher como titular, conforme indicação da Lei 11.977/2009.

O horário para o atendimento de inscrições e atualizações cadastrais é das 8h às 10h30 e das 13h30 às 16h00, na Secretaria de Habitação.

### DEMONSTRATIVO DAS UNIDADES HABITACIONAIS

EMPREENDIMENTO	UNIDADES HABITACIONAIS	IDOSOS TITULARES
Associativo	380	38
FNHIS	117	12
Quirino	144	10
Jasmim	112	10
Cabreúva	80	9
Jacarandá	112	10
Sibipiruna	96	10
Aroeira	96	10
Pró Moradia	550	14
Santa Lucia	182	19
Bom Retiro	216	22
<b>TOTAL</b>	<b>2085</b>	<b>165</b>



# SERVIÇOS RELACIONADOS AO DIREITO À LIBERDADE DE PARTICIPAÇÃO NA VIDA FAMILIAR E COMUNITÁRIA

## PROJETO GRUPO DE PROTAGONISTAS SOCIAIS DO IDOSO - GPSI DE RIO CLARO/SP

O Grupo de Protagonistas Sociais do Idoso, com a sigla GPSI, apresentado pela Assessoria da Política Municipal do Idoso, está sendo desenvolvido pelo Fundo Social de Solidariedade desde 2012, com o apoio das secretarias municipais, Conselho Municipal do Idoso, Câmara Municipal, UNESP e instituições de atendimento ao idoso.

O objetivo principal é ampliar os espaços de participação das pessoas idosas de forma a contribuir para o fortalecimento da participação dessa faixa etária nos processos de tomadas de decisões políticas. Na primeira fase, os idosos participaram de capacitações através de encontro temáticos envolvendo diversos temas, como: legislação, cidadania, organização e estrutura das secretaria, os serviços oferecidos e a troca de informações e mútuo aprendizado entre os gestores e as pessoas idosas.

Na segunda fase, os idosos foram divididos em 8 equipes, levando em consideração a localização dos territórios dos Centro de Referência de Assistência Social - CRAS, com o objetivo de proporcionar aos idosos a oportunidade de contribuir com a descentralização das atividades e os eventos dirigidos à população idosa.

Consideramos que os objetivos propostos estão sendo alcançados ao contribuir para melhorar qualidade de vida da pessoa idosa com o desenvolvimento do seu potencial, nas dimensões pessoal, interpessoal e comunitária e valorizando a sua importante contribuição.



*O objetivo principal é ampliar os espaços de participação das pessoas idosas de forma a contribuir para o fortalecimento da participação dessa faixa etária nos processos de tomadas de decisões políticas.*

# PARLAMENTO MUNICIPAL DO IDOSO

O Parlamento Municipal do Idoso tem a composição igual ao número de cadeiras existentes no Legislativo (atualmente doze) e visa possibilitar a cidadãos com mais de 60 anos acompanhar e vivenciar o cotidiano parlamentar.

O Parlamento do Idoso é um programa comunitário da Câmara Municipal de Rio Claro instituído pela Lei nº 4428 de 2012. A atividade tem por finalidade possibilitar ao representante de grupos de terceira idade a vivência do processo democrático mediante participação em uma jornada parlamentar no Legislativo Municipal.

Os cargos de vereador do Parlamento do Idoso são ocupados por voluntários, portanto, não são remunerados.

**Eleição do Parlamento Municipal do Idoso 2015:**

Inscrições: de 03/08 a 21/08 de 2015

Regulamento e Inscrições na Biblioteca da Câmara Municipal.

## FÓRUM PERMANENTE DO IDOSO

O Fórum Permanente do Idoso tem como objetivo principal ampliar o trabalho desenvolvido pelo Parlamento do Idoso, abordando temas que versem sobre a realidade do idoso. Assistência Jurídica Gratuita

## OAB – ORDEM DOS ADVOGADOS DO BRASIL – RIO CLARO

AVENIDA 7, Nº 466 – CENTRO

FONES (19) 3434-0414 E 3534-4716

SEGUNDA A SEXTA-FEIRA Agendamento 8:00 às 11:00	Serviço de Assistência Judiciária Gratuita
SEGUNDA A QUINTA-FEIRA Atendimento 8:00 às 9:00	
SEGUNDA A SEXTA-FEIRA 8:00 às 11:00	A Comissão de Estudos sobre o Idoso oferece atendimento de informações sobre os direitos do idoso e casos de violação aos direitos do idoso

## COLABORAÇÃO DOS IDOSOS

### MULHER AGORA

Mulher viva o hoje  
 Acabou de acordar?  
 Cante bem alto debaixo do chuveiro.  
 Molhe o pão no café,  
 Fale alto com seu esposo  
 E baixinho com seu cão.  
 Converse com seus vizinhos,  
 De volta no quarteirão.  
 Ande descalça na chuva de verão,  
 Deixando a água correr pelo seu corpo de mulher.  
 Faça churrasco na praia,  
 Tome chimarrão.  
 De uma volta de barco  
 Um mergulho em alto mar.  
 Dance, cante, sorria sentimento de ternura,  
 De amor por você.  
 Hoje tudo pode, tudo vale.  
 Mulher, teu futuro é agora.  
 Não espere pelo amanhã.

Maria Aparecida Monteiro Nicoletti – 79 anos  
 Integrante do Grupo da Melhor Idade  
 “As Margaridas”

### COMIDINHAS DA VOVÓ

#### Frango crocante

Ingredientes:

Pedaços de coxa e sobrecoxa de frango temperados com sal limão e alho bem picadinho. Reserve.

Em 1 saco plástico coloque:

4 colheres de sopa de fubá

4 colheres de sopa de farinha de trigo

4 colheres de queijo ralado

4 colheres de farinha de rosca

4 colheres de farinha de mandioca crua

Modo de fazer

Misture os ingredientes dentro do saco plástico, coloque de dois em dois os pedaços de frango para que se envolvam na mistura. Coloque em uma assadeira sem untar. Asse no forno pré-aquecido a 150° por mais ou menos 40 minutos. Fica lindo, crocante. Sirva com folhas de alface.

Maria Cecilia Rossi Hebling – 74 anos  
 Coordenadora do Grupo da Melhor Idade  
 “Bem Viver”



## ENDEREÇOS E TELEFONES ÚTEIS

### **Conselho Municipal do Idoso**

Endereço: Casa dos Conselhos –  
Avenida 01, 780, esquina com Rua 09  
– Centro CEP: 13.500-402  
Telefone: 3533-2652 – E-mail:  
conselhossecretaria@yahoo.com.br

### **Ouvidoria Municipal**

Informações, denúncias – 156

### **Disque 100**

Denúncia de Violação de direitos. O  
serviço está disponível em âmbito  
nacional. Discagem direta e gratuita.

### **Polícia Militar**

190

### **Promotoria do Idoso**

(19) 3534-1149

### **Ministério Público (Promotor de Justiça)**

Avenida Cinco, 535 – Centro – CEP:  
13500-380  
Telefone: (19) 3524-0217  
3534-1149 / 3524-3423

### **Delegacia de Polícia**

(19) 3524-4977

### **Guarda Civil Municipal**

153 e 0800 771 1532 – 24 horas  
Rua 12, 26, esquina da avenida 23 –  
Bairro do Estádio  
Telefone Administrativo:  
(19) 3522-3900

### **SAMU**

192

Serviço de Atendimento Móvel de  
Urgência – Ambulância

### **Corpo de Bombeiros**

193

### **Disque Direitos Humanos**

0800 031 1119

### **Farmácia Municipal**

NAM – Núcleo Administrativo  
Municipal – Bloco 15  
Rua 6, nº 3265 – Alto do Santana  
Telefone: (19) 3525-5475

### **Vigilância Sanitária**

Denúncias ou Informações  
3533-1275 e 3523-7218  
Avenida 1, nº 759  
E-mail: visa@saude-rioclaro.org.br

### **Agendamento de Ambulâncias**

NAM – Núcleo Administrativo  
Municipal – Bloco 4  
Rua 6, nº 3265 – Alto do Santana  
(19) 3524-8155

