



PLANO DE TRABALHO

1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE

Nome da OSC: INSTITUTO DE BOMBEIROS DE RESPONSABILIDADE SOCIAL- IBRES		
Nome Fantasia: IBRES		
CNPJ: 12.687.473/0001-98	Endereço: QNC 11 LOTE 01 ED S/N SALAS 400ª 405 SANDU TAGUATINGA DF	
Complemento:	Bairro/Cidade: TAGUATINGA NORTE	CEP: 72.115-610
Telefone: 61- 99197 0090	Telefone:61 99901 3476	Telefone: 99197 0090
E-mail: FALECOM@IBRES.ORG.BR		Site/Redes Sociais:IBRES.ORG. BR
Responsável da OSC (Dirigente): EUGÊNIO CESAR NOGUEIRA		
CPF: 491.901.301-97		RG/ Órgão Expedidor: 05.178 CBMDF
Endereço do Dirigente: RUA 37 SUL ED ESPANHA APT 304 ÁGUAS CLARAS	CEP: 72.000.000	Telefone do Dirigente: 61 99901 3476

1.1 ACOMPANHAMENTO DA PARCERIA

Responsável pelo acompanhamento da parceria: MATHEUS CESAR CORTES NOGUEIRA		
Função na parceria: Acompanhamento COORDENADOR		
RG: 21961	Órgão Expedidor: CBMDF	CPF: 061.268.591-89
Telefone Fixo:	Telefone Celular: 61 99916-6295	
E-Mail do Responsável: Matheus.c.cortes@hotmail.com		

1.2 HISTÓRICO DO PROPONENTE

INSTITUTO DE BOMBEIROS DE RESPONSABILIDADE SOCIAL- IBRES, pessoa jurídica de direito privado, sob a forma de associação civil com duração indeterminada, sem fins lucrativos e com fins econômicos, com a promoção gratuita da saúde e da educação, sem finalidade política ou religiosa regida por estatuto e pelas demais disposições legais nos termos



do inciso VII, artigo 5º da constituição federal nesta data 25, de abril de 2010, com sede em Brasília DF.

O IBRES foi criado em 2010, por um grupo de Bombeiros militares da ativa que trabalha no programa comunitário do corpo de bombeiros militar DF, desenvolvendo projetos sociais buscando a integração e assistência social, a educação complementar a formação dos cidadãos solitários e conscientes de seus deveres e direitos assim como a recuperação de valores individuais, familiares e sociais.

Em parcerias com outras instituições o IBRES, atende as comunidades em situação de vulnerabilidade social com atendimento dos projetos:

- 1- Corpo de Bombeiros Militar do Distrito Federal assessoramento e trabalho voluntario aos idosos do Programa Bombeiro Amigo- PBA- constante nos programas esportivos e sociais do CBMDF, desde 2010.
- 2- OBRA SOCIAL SANTA ISABEL-OSSI- prestação de serviços voluntários e desenvolvimento de atividades esportivas diversas para desenvolvimento social e físico a comunidade idosa de Brazlândia, desde 2010.
- 3- LIGA DE FUTEBOL AMADOR DE BRAZLÂNDIA-LIFAB, campeonato de futebol amador de Brazlândia, desde 2010.
- 4- TERMO DE FOMENTO nº 24/2019 realizações de campeonatos de futebol amador de base e adultos 2019.
- 5- Termo de Fomento nº 013/21 - Taça das Satélites – Celebrado com a Secretaria de Estado de Esporte e Lazer do Distrito Federal e o Instituto Bombeiros de Responsabilidade Social (IBRES) com objetivo de apoio à realização de Campeonato de Futebol de Base 2021, onde foram atendidos cerca de 2.688 beneficiados diretamente.

2. DESCRIÇÃO DO PROJETO

Nome do Projeto: Projeto de Atividade Física para Idosos do IBRES – PAFI	
LOCAL DE REALIZAÇÃO: SETOR TRADICIONAL QD 12 e 5 S/N CEP: 72.705-700 REGIÃO ADMINISTRATIVA 4 - BALNEÁRIO VEREDINHA BRAZLÂNDIA	
Período de execução:	23/06/2023 a 28/12/2023
Período de realização do Evento:	26/06/2023 a 28/12/2023
Período de realização das Ações custeadas pelo Fomento:	23/06/2023 a 28/12/2023
Enquadramento: (X) participação () educacional () rendimento	
Previsão de beneficiários diretos: 200	
Previsão de público indireto: 300	
Valor Total do Projeto: R\$ 658.847,36(seiscentos e cinquenta e oito mil, oitocentos e quarenta e sete reais e trinta e seis centavos)	
Valor Total do Termo de Fomento: R\$ 638.447,36 (seiscentos e trinta e oito mil, quatrocentos e quarenta e sete reais e trinta e seis centavos)	

2.1 OBJETO DA PARCERIA

Implementação e Desenvolvimento do Projeto de Atividade Física para Idosos do IBRES – PAFI, no Distrito Federal.

2.2 APRESENTAÇÃO DO PROJETO

O **Projeto de Atividade Física para Idosos do IBRES – PAFI** é uma iniciativa do IBRES em fomentar na cidade de Brazlândia, por meio de atividade de ginástica localizada, promover a prática de atividades físicas para a população idosa, com intuito de fortalecer, motivar e incentivar estilo de vida ativo, proporcionando o envelhecimento ativo e saudável a 200 idosos no Distrito Federal.

2.3 JUSTIFICATIVA DO PROJETO:

O presente projeto tem o objetivo de melhorar o desempenho físico, mental e cognitiva de idosos, por intermédio de atividades físicas e o fornecimento de equipamentos individuais, de materiais para ginástica, bem como orientações básicas de manuseio e acondicionamento dos mesmos para a melhor execução de seus exercícios físicos, promover a educação pedagógica, a saúde e a mobilidade física da pessoa idosa, por meio de atividades físicas, de modo a estimular a confiança e autoestima, contribuindo para redução da depressão e promovendo assim uma interação social; promover a saúde e a prática de atividades físicas e recreativas; oferecer acompanhamento interdisciplinar para os idosos com orientações básicas de manuseio. Além de melhorar o desempenho físico, mental e cognitivo de idosos, através de atividades de ginástica, mediante o fornecimento de equipamentos individuais, bem como orientações básicas de manuseio e acondicionamento dessas matérias para melhor execução dos exercícios físicos através de aulas de educação física orientadas com a finalidade de prevenir doenças crônicas associadas ao envelhecimento natural.

Os resultados esperados do presente projeto são de alcançar, de forma concreta, os objetivos específicos. Com isso, o IBRES espera que, com esse projeto, seja possível, promover saúde e educação através da prática de atividades físicas e com isso aumentar a interação social do idoso e que após o término do projeto o idoso possa ter autonomia para a prática de atividades físicas. Portanto, o IBRES afirma que, com toda certeza de que, nesse projeto há uma clara e nítida existência de uma estreita correspondência entre o fomento e a sua execução junto à sociedade, nesse caso específico, os idosos.

2.4 OBJETIVO GERAL:

Implantar o Projeto de Atividade Física para Idosos do IBRES - PAFI., promovendo a prática de atividades físicas para a população idosa, com intuito de fortalecer, motivar e incentivar estilo de vida ativo, proporcionando o envelhecimento ativo e saudável a 200 idosos no DF.

2.4.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

- Promover educação voltada a saúde e mobilidade física da pessoa idosa, proporcionando assim uma maior interação social;
- Promover o hábito da prática de atividades físicas na população idosa;



- Oferecer para os idosos orientações com exercícios seguros e adequados levando em consideração as particularidades de cada idoso para prescrição dos exercícios.

2.5- METAS QUANTITATIVAS E QUALITATIVAS E INDICADORES DE MONITORAMENTO/ CUMPRIMENTO DAS METAS

Metas (Qualitativas)	Indicador	Parâmetro(s) para aferição de cumprimento das Metas
Fomentar a prática esportiva e de lazer aos idosos inscritos no projeto.	Aquisição de materiais esportivos e uniformes utilizados.	- Registro Fotográfico; - Nota Fiscal.
Contratar profissionais de qualidade para execução termo de fomento, para o seu melhor desenvolvimento.	Contratação de Recursos Humanos.	- Registro Fotográfico; - Nota Fiscal.
Metas (Quantitativas)	Indicador	Parâmetro(s) para aferição de cumprimento
Realização de encontros com os profissionais e colaboradores para estimular a melhor eficácia de trabalho em todos os atendimentos.	Reuniões com os colaboradores e profissionais, que poderá ocorrer de forma presencial e remota.	- Registro fotográfico; - Lista de presença.
Atender 200 idosos no Projeto Melhor forma física e mental, resistência muscular, convivência de idosos por meio de atividade de ginástica - CIAG.	- Ficha de inscrição.	- Ficha de inscrição; - Registro Fotográfico.

2.6 - CRONOGRAMA DETALHADO DE ATIVIDADES DO PROJETO

Nome do Evento:	Projeto de Atividade Física para Idosos do IBRES – PAFI		
Descrição/Etapa:	Período de realização das aulas		
Data do Evento:	26/06/2023 a 28/12/2023	Turno:	Matutino / Vespertino
Período Custeado pelo Fomento (Se for o caso):	23/06/2023 a 28/12/2023	Turno:	Matutino / Vespertino
Local:	SETOR TRADICIONAL QD 12 S/N CEP: 72.705-700 REGIÃO ADMINISTRATIVA 4 - BALNEÁRIO VEREDINHA BRAZLÂNDIA		
Espaços Físicos Disponíveis:	(...) Quadra Poliesportiva	(...) Praça	
	(...) Pátio	(...) Piscina	
	(...) Ginásio	(...) Clube	
	(...) Espaço Privado	(X) Outro	
	Qual? _____	Qual ?	
Quantidade de participantes neste evento			
<i>Participantes: 200</i>		Indiretos: 300 O público indireto é composto por pais, familiares e amigos que caso o protocolo em vigência na época não permita a presença de público nas competições, participaram e acompanharam a competição de forma indireta, pelos atletas treinadores e meios de comunicação (internet/instragam/facebook/whatsapp e etc). Total: 500	
Quanto à abrangência (origem dos participantes)			
(x)Local			
(…)Regional			
(…) Nacional			



Faixa etária	Categoria- Modalidade/Data/Turno	Qtd.
() Crianças/Adolescentes		200
() Crianças/Adolescentes		
() Crianças/Adolescentes		
(x) Idosos (a partir de 60 anos)		
(...) Pessoas com deficiência e/ou portadoras de necessidades especiais (limitação física, mental, sensorial ou múltipla - inseridas na distribuição acima)	Quantidade	
Inscrição dos participantes		
(...) Escolas		
(...) Em centros comunitários.		
(x) Na sede da entidade proponente		
(...) Na sede de entidades parceiras.		
(...) Pela internet. Especifique		
(x) Outros. Especifique: No local de realização das aulas na cidade satélite que participará deste projeto.		

2.7 FORMA DE EXECUÇÃO DAS ATIVIDADES OU PROJETOS (METODOLOGIA)

No primeiro momento, serão dispostos banners e backdrop em locais estratégicos na Região Administrativa de Brazlândia e nas redes sociais do IBRES referente a divulgação do projeto.

Após a fase de divulgação, será dado início as inscrições dos participantes que se dará através do link:

- PROJETO DE ATIVIDADE FÍSICA PARA IDOSOS DO IBRES – PAFI. as inscrições ocorrerão entre os dias 23/06/2023 a 27/06/2023 no Balneário Veredinha - Brazlândia e no site do IBRES segue o link das inscrições: <https://ibres.org.br/> e googleforms: <https://forms.gle/STiFw3XtLKz8JotU8>

Esse projeto fornecerá aulas coletivas e materiais individuais, visando promover um estilo de vida ativo e saudável para a população idosos a ser contemplada.

Disponibilizar à pessoa idosa prática de atividades físicas no cotidiano e lazer; atividades recreativas, com o objetivo de propiciar um envelhecer com bem-estar físico e psicossocial. Atividades Físicas (Musculação com exercícios que fortaleçam a capacidade física, mental e habilidade motora). A musculação para idosos, embora seja uma atividade física que exija mais esforço do corpo, também é recomendada para melhorar a saúde e bem-estar geral e pode ser feita por quem já passou dos 60 anos, desde que com acompanhamento especializado.

Com a perda da massa muscular, a partir dos 40 anos, a musculação é uma das atividades mais indicadas para fortalecer o corpo, e garantir mais saúde para os idosos. Assim como acontece em outros tipos de exercício, é necessário fazer uma avaliação física e cardíaca para verificar se a saúde está em dia e definir o ritmo ideal de atividades.

Quanto as aulas coletivas de ginástica localizada e musculação, essas serão realizadas logo após o fornecimento dos materiais destinados as modalidades. Para realização das aulas, serão contratados profissionais de educação física com experiencia no atendimento do presente público. As aulas serão ofertadas de segunda a sexta-feira e terão duração de uma hora cada, oportunizando assim, a melhora e a manutenção dos níveis de saúde por meio da atividade física. Aos sábados ocorrerá uma caminhada matinal e aula de atividades, com a presença de

todos os alunos, e será ofertado um Buffet de café da manhã. Tais atividades serão comprovadas mediante produção de relatórios, fotos, listas de presença e produção de um relatório final.

Para a prevenção de acidentes cardiovasculares e osteomusculares durante a intervenção, será exigido que o profissional responsável por ministrar a aula realize uma anamnese para investigação de doenças e comorbidades. Para isso, será recomendado a aplicação do Questionário de Prontidão para Atividade Física (PARQ). O principal objetivo do PAR-Q é identificar possíveis limitações e restrições existentes na saúde do indivíduo que deseja ingressar em um programa de exercícios físicos. Em geral, o PAR-Q é constituído por 7 perguntas, sendo que as respostas devem estar condicionadas apenas entre o “sim” e o “não”. Caso a resposta seja “sim” para ao menos uma destas perguntas, o aconselhável é procurar um médico para um exame completo antes de começar a fazer exercício físicos.

Além das aulas, o projeto ofertará um total de 200 kits de materiais para o desenvolvimento das aulas. O projeto primará pela aquisição dos materiais na especificação, com a melhor técnica e melhor preço de mercado conforme especificações de cada produto a ser adquirido. Cada kit contará com os seguintes materiais para viabilização das aulas: 1 (um) tapete/colchonete em EVA, 1 (uma) garrafa - squeeze de água, 1 (um) bastão de PVC, 1(uma) kit de Faixas Elásticas, 1 (um) par de Caneleira/ Tornozeleiras de 1 kg, 1 (um) Step de EVA, 1 (uma) camiseta, 1 (uma) Toalha de rosto, 1 (uma) Mochila saco e 1 (uma) Viseira.

O projeto oferecerá aulas de segunda a sexta, e aos sábados caminhada matinal e aula coletiva para um total de 200 idosos, através da formação de 2 núcleos, com 100 alunos em cada, na cidade de Brazlândia. As aulas terão frequência de 4 vezes na semana cada e duração de 120 minutos serão realizadas nos turnos: matutino. O professor será responsável por ministrar as aulas o auxílio do monitor.

Ressalta-se que o serviço prestado pelo profissional de serviço social, são serviços de 30 horas semanais. Este profissional estará à disposição da comunidade e dos beneficiários através de escala de serviço, que será montada de forma que todos os idosos, de todas as turmas, tenham acesso no contraturno de suas atividades. Os profissionais estarão à disposição para atendimento e também realização abordagens individuais por meio de observações profissionais, serviços essenciais ao projeto os quais terão o objetivo de fazer o projeto atender todos os requisitos da lei do estatuto do idoso e a execução do projeto social, conforme estipulado em lei

8.662/1993 em seu artigo 4º, o qual determina “*Constituem competências do Assistente Social: I - elaborar, implementar, executar e avaliar políticas sociais junto a órgãos da administração pública, direta ou indireta, empresas, entidades e organizações populares;*”

Quadro 1. Cronograma de dias e horários de atendimento.

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
08h - 12h	4 Horas/Aula	4 Horas/Aula	4 Horas/Aula	4 Horas/Aula	CAMINHADA MATINAL E AULÃO COLETIVO com duração de 4 Horas.

As aulas serão desenvolvidas na região administrativa de Brazlândia, em 2 núcleos simultâneos os quais obedecerão ao cronograma de horário acima, o primeiro polo será no balneário de Brazlândia e no St. Tradicional Q 5 em Brazlândia, e a caminhada será em volta do lago veredinha Brazlândia conforme croqui identificador abaixo.

Haverá turma única com capacidade de atendimento de 100 alunos em cada núcleo, de modo que serão ofertados 200 atendimentos simultâneos.

A metodologia das aulas ficará a critério do profissional formado em educação física, no entanto, o mesmo deverá basear-se suas práticas em textos científicos e diretrizes para garantia da efetividade da intervenção adotada no programa de aulas. As modalidades, ginastica localiza e musculação são caracterizados pela execução de movimentos tanto específicos (por exemplo: flexão de cotovelo) quanto generalizados (por exemplo: agachamento), seguindo o planejamento composto por séries, números de repetições, ritmo do movimento e tempo de descanso entre os exercícios. A pratica dessas modalidades quando realizada de maneira sistematizada e devidamente orientada, proporciona à pessoa idosa uma melhora significativa musculo esquelético e cardiovascular bem como maior amplitude articular maior, equilíbrio e melhor postura.

O sistema de monitoramento será aplicado através de avaliação do serviço que será feita mensalmente, por meio de pesquisa de satisfação com os idosos, a fim de verificar se os objetivos do Instituto Bombeiros de Responsabilidade Social estão sendo atingidos. Além das reuniões em equipe que permitirão detectar os pontos de excelência e os pontos a melhorar no trabalho desenvolvido pelo instituto.

Ressalto ainda que os recursos humanos deste termo de fomento, como previsto no estatuto do Instituto Bombeiros de Responsabilidade Social – IBRES podem ter vínculo com a instituição, seja como diretores ou voluntários, sendo esses remunerados pelo projeto.

Para permitir o acompanhamento da execução do UNA Parque a OSC disponibilizará através do link: https://drive.google.com/drive/folders/1c6q2a78QqjPXwVzfF_hA9qVZIC3p_z8V?usp=share_link do Google Drive onde estará incluindo a cada semanalmente fotos e documentos pertinentes ao projeto.

Esta OSC entende ser terminantemente proibida a inclusão de logomarcas de patrocínios diversos à logomarca da Secretaria de Estado de Esporte e Lazer – SEL, em todo e qualquer material adquirido com recursos advindos do Termo de Fomento, sob pena de sofrer a glosa total dos valores referentes aos itens adquiridos em descumprimento a esta determinação.

2.7.2 - Equipe de RH

Função	Qnt.	Forma de contratação do RH	Profissional a ser contratado já tem vínculo com a OSC? Qual?	Profissional da OSC é remunerado ou Não Remunerado	Carga horária de trabalho na OSC	Carga horária que será destinada ao projeto
Coordenador Geral	01	MEI	Não	Não	8hs diária	40 hs Semanal
Coordenador	01	MEI	Não	Não	8hs	40 hs



Financeiro					diária	Semanal
Assistente Administrativo	01	MEI	Não	Não	8hs diária	40 hs Semanal

2.8 BENEFÍCIOS E IMPACTOS GERADOS AO PÚBLICO PELA PARCERIA

- Fortalecimento do vínculo entre os participantes e IBRES;
- Incentivar a prática esportiva dos beneficiados do projeto;
- Propiciar a comunidade da cidade de Taguatinga, uma experiência esportiva organizada, como um meio de transformação social, de lazer.

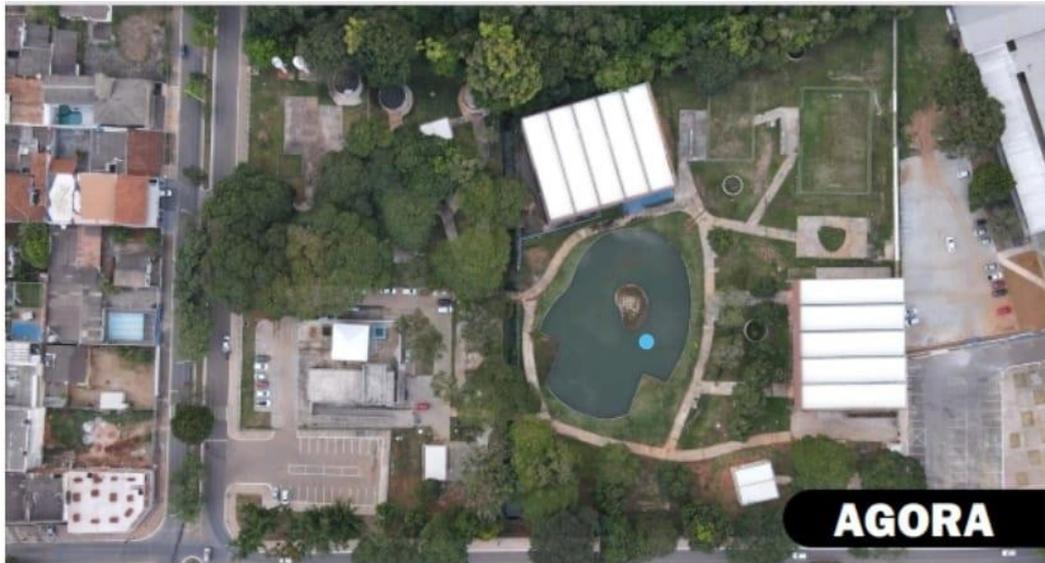
2.9 CONTRAPARTIDA SOCIAL

Contrapartida que iremos realizar será a oferta de duas palestras para toda a comunidade (portadores ou não de necessidades especiais) de Brazlândia-DF, Assim, o IBRES se compromete a desenvolver atividades informativas através de palestras com os seguintes temas: 1) atividade física, comportamento sedentário e saúde; 2) estatuto do idoso e sua importância nos dias atuais. A cada 3 meses de execução do projeto será oferecida uma palestra no Balneário Veredinha - Brazlândia, com divulgação prévia no site e nas redes sociais do IBRES e com datas e horários estratégicos para possibilitar o alcance do maior público possível.

Descrição detalhada	Unid.	Quant.	Valor Unitário	Valor total	Fonte de custeio
PALESTRA SOBRE: Atividade física, comportamento sedentário e saúde (contrapartida).	1	1	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00	Recursos próprios
Estatuto do idoso e sua importância nos dias atuais (contrapartida).	1	1	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00	Recursos próprios
Cadeiras	200	1	R\$ 1.200	R\$ 1.200	Recursos próprios

Aluguel de SONORIZAÇÃO : Equipamento de som Locação, através de empresa especializada, de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, inclusos: 01 (um) DJ operador, 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 12 canais no mínimo, 04 (quatro) unidades de caixas de som 500W RMS e 04 (quatro) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Medio Porte	1	1	R\$ 3.200,00	R\$ 3.200,00	Recursos próprios
Aluguel do espaço para realização da palestra	1		R\$ 6.000,00	R\$ 6.000,00	Recursos próprios
TOTAL				R\$ 20.400,00	

2.9CROQUI DO EVENTO



SETOR TRADICIONAL QD 12 S/N CEP: 72.705-700 REGIÃO ADMINISTRATIVA 4 - BALNEÁRIO VEREDINHA
BRAZLÂNDIA



SETOR TRADICIONAL QD 5 S/N CEP: 72720-090 REGIÃO ADMINISTRATIVA 4 – OBRA SOCIAL SANTA
ISABEL



SETOR TRADICIONAL S/N CEP: 72720-700 REGIÃO ADMINISTRATIVA 4 – LA VEREDINHA DE BRAZLÂNDIA

3. CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO DO PROJETO

Cronograma de Execução			
Programação	Valor	Duração	
		Início	Término
<i>Divulgação E Inscrição</i>	<i>R\$ 1.937,12</i>	23/06/2023	27/06/2023
<i>Equipe de RH</i>	<i>R\$ 132.228,00</i>	23/06/2023	28/12/2023
<i>Serviços</i>	<i>R\$ 134.598,24</i>		
<i>Aquisição de Material Esportivo e uniforme</i>	<i>R\$ 88.968,00</i>	23/06/2023	28/12/2023
<i>Aquisição de uniformes</i>	<i>R\$ 25.114,00</i>	23/06/2023	28/12/2023
<i>Alimentação</i>	<i>R\$ 255.602,00</i>	23/06/2023	28/12/2023

4. DESEMBOLSO DA ENTIDADE: PAGAMENTO DE RH E DE FORNECEDORES

O desembolso da entidade diz respeito à periodicidade dos pagamentos que serão realizados. Cabe à entidade realizar a gestão das suas contratações visando à correta aplicação de recursos públicos.

Nos casos de projetos continuados (desenvolvimento de atividades acima de 03 meses) é necessário que o pagamento das ações seja mensal, ou por atividade realizada (ex: pagamento de arbitragem por jogo; locação de equipamento por evento).

A aquisição de materiais que visam o desenvolvimento pleno do objeto (material esportivo, lanche, uniforme, etc.) deve ser fracionada, permitindo à OSC a identificação real do quantitativo a ser adquirido.

Para projetos continuados (desenvolvimento de atividades acima de 03 meses): no que compete a contratação de Recursos Humanos a Entidade Declarara ter ciência do disposto no parágrafo 3º e 4º do art. 30 da Portaria 98/2020, a saber:

§ 3º Para a execução da parceria em atividade contínua, as atividades finalísticas da OSC definidas no § 1º, devem ser executadas pessoalmente pela entidade, em caráter “intuitu personae” da relação jurídica, sendo vedada à subcontratação nesses casos, exceto para serviços acessórios e complementares.

§ 2º Considera-se atividade contínua aquela que ultrapassar três meses de duração.

Quanto a movimentação financeira, ressalta-se que no Decreto nº 37.843 de 13/12/2016, o qual regulamenta a aplicação da MROSC no Distrito Federal, no Artigo 38, estabelece:

Art. 38. A movimentação de recursos da parceria será realizada mediante transferência eletrônica sujeita à identificação do beneficiário final e os pagamentos serão realizados por crédito na conta bancária dos fornecedores e prestadores de serviços, uso de boleto bancário ou cheque nominal.

§ 1º Poderá ser admitida, excepcionalmente, a realização de pagamento em espécie, limitado a R\$ 1.000,00 por operação, quando configurada peculiaridade relativa ao objeto da parceria ou ao território de determinada atividade ou projeto, desde que:

I –haja essa previsão no plano de trabalho aprovado; ou

II –seja conferida autorização em decisão motivada do administrador público, a partir de solicitação formal da organização da sociedade civil.

Marcar as opções abaixo:

(X) Dou ciência do acima informado

(X) Não haverá pagamento em espécie

() Haverá pagamento em espécie. Sendo as despesas a seguir:

4.1.CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO DA ENTIDADE

Cronograma de Desembolso				
Meta	Etapa/Fase	Especificação	valor	Mês
Meta 1	1.1	Material de Divulgação	R\$ 1.937,12	Junho 2023
	1.2	Equipe de RH	R\$ 132.228,00	Junho/Setembro 2023
	1.3	Serviços	R\$ 134.598,24	Junho/Setembro 2023
	1.4	Aquisição de Material Esportivo e Uniforme	R\$ 88.968,00	Junho/Setembro 2023
	1.5	Aquisição de Uniformes	R\$ 25.114,00	Junho/Setembro 2023
	1.6	Alimentação	R\$ 279.408,00	Junho/Setembro 2023
VALOR TOTAL DA METAS				R\$ 638.447,36

1. Parcela Junho - R\$319.223,68

2. Parcela Setembro - R\$319.223,68

**5. PLANILHA DE MATERIAIS/SERVIÇOS NÃO CONTEMPLADOS PELO FOMENTO
(FONTE DE RECEITA DIVERSA)**

Descrição detalhada	Unid.	Quant.	Valor Unitário	Valor total	Fonte de custeio
PALESTRA SOBRE: Atividade física, comportamento sedentário e saúde (contrapartida).	1	1	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00	Recursos próprios
Estatuto do idoso e sua importância nos dias atuais (contrapartida).	1	1	R\$ 5.000,00	R\$ 5.000,00	Recursos próprios
Cadeiras	1	200	R\$ 6,00	R\$ 1.200,00	Recursos próprios
Aluguel de SONORIZAÇÃO : Equipamento de som Locação, através de empresa especializada, de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, inclusos: 01 (um) DJ operador, 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 12 canais no mínimo, 04 (quatro) unidades de caixas de som 500W RMS e 04 (quatro) unidades de microfones. Diária de 12 (DOZE) horas. Medio Porte	1	1	R\$ 3.200,00	R\$ 3.200,00	Recursos próprios



Aluguel do espaço para realização da palestra	1	1	R\$ 6.000,00	R\$ 6.000,00	Recursos próprios
TOTAL				R\$ 20.400,00	



5.1 Planilha Termo de Fomento

PLANILHA FINANCEIRO							
Meta 1 - Material de Divulgação							
Etapa 1.1- Material de Divulgação							
N°	Especificação	Unidade	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar o porquê da quantidade)
1.1.1	Banner 90x120cm em Lona vinílica 420 gramas, com acabamento tubetes	Unidade	6	6	R\$ 100,00	R\$ 600,00	Serão confeccionados 6 banners em lona para divulgação do fomento, ficando 3 banners em cada núcleo. Totalizando: 6 unidades x R\$ 100 = R\$ 600,00
1.1.2	Impressão e aplicação de Backdrop em Lona vinílica 440 gramas, com impressão 4/0, no formato 3,0m X 3,0m, acabamento ilhós.	Unidade	2	2	R\$ 668,56	R\$ 1.337,12	Material utilizado para a divulgação do projeto. 1 para cada núcleo de aula. Totalizando: 2 unidade backdrop x R\$ 790,75 valor unitário por impressão. Totalizando R\$ 1.581,50
VALOR TOTAL DA ETAPA 1.1						R\$ 1.937,12	
Etapa 1.2- Equipe de RH							
N°	Especificação	Unidade	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar porquê da quantidade)
1.2.1	1 Coordenador Geral - Responsável por coordenar a fase de estruturação do Projeto; monitorar as atividades desenvolvidas a fim de garantir a boa execução do objeto pactuado, bem como auxiliar os demais profissionais na execução das atividades por ele desenvolvidas; e assegurar a visibilidade do projeto.	Mês	6	6	R\$ 3.538,00	R\$ 21.228,00	Coordenador Geral do projeto que irá acompanhar sua execução, formaliza propostas, (1 profissional x 06 meses de trabalho). Sendo: R\$ 3.538,00 x 6 meses = R\$ 21.228,00.

1.2.2	1 Coordenador Financeiro - Faz-se necessário uma pessoa habilitada para cuidar das finanças do projeto. Realizar pagamentos, exigir notas fiscais e recibos devidamente preenchidos, realizando tudo com maior eficiência e transparência possível. Carga horária: 40 horas semanais	Mês	6	6	R\$ 3.200,00	R\$ 19.200,00	Coordenador Financeiro do projeto que irá acompanhar sua execução, formaliza propostas, (1 profissional x 06 meses de trabalho). Sendo: R\$ 3.200,00 x 06 meses = R\$ 19.200,00
1.2.3	02 Assistente Administrativo - profissionais responsáveis por auxiliar nas demandas administrativas do projeto, que envolvem o planejamento e controle. Não será exigido formação acadêmica. Carga horária: 40 horas/semanais.	Mês	6	12	R\$ 2.100,00	R\$ 25.200,00	Apoiar nas ações e procedimentos no decorrer do projeto, bem como na assessoria administrativa de cadastro dos idosos, organização e entrega da prestação de contas. Sendo 2 profissionais x 06 meses x R\$ 2.100,00 = R\$ 25.200,00
1.2.4	2 Professores de Educação Física - profissionais com CREF ativo, com carga horária de 20 horas semanais.	Mês	6	12	R\$ 2.300,00	R\$ 27.600,00	Profissional responsável por planejar individual e coletivamente o trabalho a ser desenvolvido, inclusive, observando a necessidade de adequações da prática educativa. Sendo: 2 profissional x 06 meses x R\$ 2.300,00 = R\$ 27.600,00.
1.2.5	2 Monitores de Alunos - profissionais responsáveis por auxiliar os professores durante as aulas e a coordenação geral em funções diárias, com carga horária de 20 horas semanais.	Mês	6	12	R\$ 1.750,00	R\$ 21.000,00	Profissional responsável por auxiliar os professores durante as aulas e a coordenação geral em funções diárias observando a necessidade de adequações da prática esportiva quanto ao atendimento à usuários com dificuldades; Sendo: 1.750,00 x 06 meses x 2 monitores = R\$ 21.000,00.

1.2.6	Coordenador pedagógico – profissional que irá montar os planos de aula que serão ministradas junto aos professores, bem como irá orientar a atividade dos monitores para trato com os idosos	Mês	6	6	R\$ 3.000,00	R\$ 18.000,00	Será o profissional que irá cuidar e realizar ações de proteção dos idosos ajudando os professores a montar os planos de aula que serão ministradas, bem como irá orientar a atividade dos monitores para trato esportivo com os idosos. Sendo: 06 meses x R\$ 3.000,00 = R\$ 18.000,00
VALOR TOTAL DA ETAPA 1.2						R\$ 132.228,00	
Etapa 1.3 - Serviços							
Nº	Especificação	Unidade	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar porquê da quantidade)
1.3.1	Serviço de fotografia - contratação de fotógrafo com experiência em cobertura fotografica de eventos. O profissional deverá possuir equipamentos de qualidade e entregar as fotos em HD, em alta resolução.	Serviço	1	1	R\$ 10.000,00	R\$ 10.000,00	Serviço profissional responsável pela cobertura com fotos do projeto nos 2 polos, ao longo de 6 meses, visando a divulgação e atualização de informações em tempo real do mesmo. Necessário para a clareza a comprovação de que todo o projeto está sendo executado como o esperado, se comprovando por meio de fotos profissionais Sendo avaliado o serviço em R\$ 10.000,00 para cobertura de fotos, edição e alimentação do drive em tempo real durante os 6 meses de projeto
1.3.2	Assessoria Contábil - Serviço de assessoria contábil, com profissional formado em contabilidade para as demandas financeiras do projeto.	Mês	6	6	R\$ 2.790,00	R\$ 16.740,00	Profissional responsável por realizar a consulta de viabilidade fiscal de todos os fornecedores do projeto, bem como, responsável por auxiliar todos as empresas e pessoas que irão trabalhar no projeto, auxilio quanto aberturas de MEI e principalmente responsável por analisar e encaminhar para



							pagamento mensalmente as notas fiscais dos recursos humanos ao coordenador financeiro pagar. tendo este processo uma carga horaria semanal de 20 horas.
1.3.3	Assessoria Jurídica - profissional que irá alinhar todas as questões jurídicas emergentes a realização do projeto.	Mês	6	6	R\$ 3.697,10	R\$ 22.182,60	Será o profissional que prestará o serviço de assessoria jurídica, responsável por alinhar todas as questões jurídicas emergentes a realização do projeto, bem como orientar e fiscalizar o projeto quanto ao cumprimento de normas legais do estatuto do idoso e lei geral do esporte, responsável também pelo respaldo tributário da OSC quanto aos recursos recebidos e gastos oriundos do projeto. Serviço avaliado conforme tabela de honorários da OAB/DF item 116 em R\$ 3.697,10 no mês de maio de 2023 x 6 meses de projeto= R\$ 22.182,60.
1.3.4	Web Designer - - Profissional responsável pela Criação de layouts, banners, projetos, scripts melhoramento da estrutura dos sites, prestação de serviço para alimentação dos conteúdos e manutenção so site e redes sociais	serviço	1	1	R\$ 3.599,90	R\$ 3.599,90	Serviços e Produtos que serão entregues: 1) Criação de toda identidade visual e demais artes visuais e peças publicitárias; 2) Atualizações de Site com adequação das peças publicitárias/comunicação para inserção no site e aplicativos. Emissão de Relatórios de todo período de prestação do serviço, em especial por relatórios do Sendo: 1 serviço x R\$ 3.599,90



1.3.5	Aluguel de SONORIZAÇÃO: Equipamento de som Locação, através de empresa especializada, de 01 (um) equipamento de som para ambiente externo, 01 unidade de mixer, 01 (um) unidade de mesa de som equalizada com 12 canais no mínimo, 02 (duas) unidades de caixas de som 500W RMS e 04 (quatro) unidades de microfones. Medio Porte	Mês	6	12	R\$ 1.800,00	R\$ 21.600,00	Será destinada um equipamento de sonorização para cada núcleo todos os dias, de segunda a sexta, totalizando 2 equipamentos por mês x 6 meses de projeto= 12 meses de locação, totalizando: R\$ 1.800,00 (mensal) x 12 meses= R\$ 21.600,00
1.3.6	5 Staffs para auxiliar nas caminhadas e aulas de sextas-feiras.	Diárias	26	130	R\$ 150,00	R\$ 19.500,00	5 Staffs para auxiliar nas caminhadas e aulas de sextas-feiras. Que ocorrerão nas datas: 26/05,02/06,09/06,16/06,23/06,30/06, 07/07,14/07,21/07,28/07,04/08,11/08,18/08, 25/08,01/09,08/09,15/09,22/09,29/09,06/10, 13/10,20/10,27/10,03/11,10/11 e 17/11 Totalizando 26 dias x R\$ 150,00 =R\$ 19.500,00

1.3.7	ambulância UTE, com 1 socorrista e 1 enfermeiro	Diárias	26	26	R\$ 1.575,99	R\$ 40.975,74	<p>Serviço de ambulancia UTE para acompanhar os eventos das caminhadas nas sextas-feiras para socorro a qualquer idoso participante. Será destinada ambulancia nos dias 26/05,02/06,09/06,16/06,23/06,30/06, 07/07,14/07,21/07,28/07,04/08,11/08,18/08, 25/08,01/09,08/09,15/09,22/09,29/09,06/10, 13/10,20/10,27/10,03/11,10/11 e 17/11.</p> <p>Totalizando 26 dias x R\$ 1.600,00 =R\$ 46.800,00</p>
VALOR TOTAL DA ETAPA 1.3						R\$ 134.598,24	
Etapa 1.4 - Aquisição de Material Esportivo e uniforme							
N°	Especificação	Unidade de medida	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar o porquê da quantidade)
1.4.1	Bastão de apoio 1,00 metro de comprimento 3,5 cm de espessura 1 kg de peso Produzido em pvc com enchimento	Unidade	200	200	R\$ 30,00	R\$ 6.000,00	Será fornecido um Bastão de apoio para uso de cada idoso durante as aulas, totalizando 200 bastões de apoio, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 bastões x R\$ 30,00 valor unitário por bastão = R\$ 5.980,00.
1.4.2	Tapete/ colchonete de ginástica Aproximadamente 1M x 0,58M X 10mm em EVA	Unidade	200	200	R\$ 31,17,00	R\$ 6.234,00	Será fornecido um Tapete de ginástica para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200



							tapetes x R\$ 36,00 valor unitário = R\$ 7.180,00.
1.4.3	Faixa Elástica Resistência Theraband resistência LEVE Elástico em TPE, possui aproximadamente 1,2 m de comprimento por 15 cm de largura.	Unidade	200	200	R\$ 30,00	R\$ 6.000,00	Será fornecido uma Faixa Elástica de ginástica para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 unidades x R\$ 30,00 valor unitário= R\$ 6.000,00.
1.4.4	Squeeze de plástico de 500 ml, personalizado	Unidade	200	200	R\$ 8,55	R\$ 1.710,00	Será fornecido um Squeeze para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 unidades x R\$ 9,00 valor unitário = R\$ 1.800,00.
1.4.5	Step de EVA SLIM - Dimensões: aproximadamente 60 cm x28 cm x 10 cm	Unidade	200	200	R\$ 120,00	R\$ 24.000,00	Será fornecido um step para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 step x R\$ 120,00 valor unitário= R\$ 24.000,00.
1.4.6	Caneleira/ Tornozeleira 1 kg - Tecido impermeável de fácil limpeza, costura reforçada, velcro reforçado	Unidade	200	200	R\$ 35,00	R\$ 7.000,00	Será fornecido uma caneleira/ tornozeleira para o uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 caneleira x R\$ 40,00 valor unitário= R\$ 8.000,00
1.4.7	cone PVC treinamento de pvc - 25cm	Unidade	200	200	R\$ 6,36	R\$ 1.272,00	Cones de PVC para montagem de circuito funcional para os idosos, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 cones x R\$ 7,00 valor unitário = R\$ 1.400,00

1.4.8	Cone de plástico - chapéu chins	Unidade	200	200	R\$ 6,00	R\$ 1.200,00	Será fornecido Cones de Plastico para montagem de circuito funcional para os idosos totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 cones x R\$ 6,00 valor unitário = R\$ 1.200,00
1.4.9	par de halteres emborrachado de 1kg	Unidade	200	200	R\$ 39,04	R\$ 7.808,00	Será fornecido um Par de Alteres para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto, material a ser utilizado individualmente pelos idosos. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 pares de Alteres x R\$ 40,00 valor unitário= R\$ 8.000,00
1.4.10	bola overbaal de pilates suiça 55cm	Unidade	200	200	R\$ 66,15	R\$ 13.230,00	Será fornecido uma Bola para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto, material a ser utilizado individualmente pelos idosos. Totalizando 200 unidades, sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Sendo: 200 Bolas x R\$ 70,00 valor unitário = R\$ 14.000,00
1.4.11	Fitas de suspensão com pegada, multifuncional de pilates	Unidade	200	200	R\$ 72,57	R\$ 14.514,00	Será fornecido uma Bola para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto, material a ser utilizado individualmente pelos idosos, , sendo destinados 100 para cada núcleo de aula, que ocorrerão simultaneamente. Totalizando 200 unidades. Sendo: 200 Bolas x R\$ 80,00 valor unitário = R\$ 16.000,00
VALOR TOTAL DA ETAPA 1.4						R\$ 88.968,00	
Etapa 1.5 - Aquisição de uniformes							
Nº	Especificação	Unidade de medida	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar o porquê da quantidade)

1.5.1	Camiseta Branca Manga curta raglan, gola costurada em malha PV canelado com acabamento em V, cor a definir, personalizada em serigrafia à base d' água (frente/costas), Material: Meia malha PV anti- pilling 67% poliéster e 33% viscose. Tamanhos PP, P, M, G, GG, XG, XGG	Unidade	220	220	R\$ 29,00	R\$ 6.380,00	Serão distribuídas 200 camisetas padronizadas idosos e 20 aos profissionais envolvidos, a camiseta valoriza a identidade visual do projeto, bem como amplia o reconhecimento. (Serão 220 unidades de camisetas divididas nos tamanhos P, M, G, GG). Sendo: 220 camisetas x R\$ 29,00 = R\$ 6.380,00.
1.5.2	Toalha de rosto 40x60 cm, de alta absorção em microfibra, cores variadas.	Unidade	200	200	R\$ 17,77	R\$ 3.554,00	Será fornecido uma Toalha de rosto para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades. Sendo: 200 unidades x R\$ 18,00 valor unitário por toalha = R\$ 3.600,00
1.5.3	Mochila saco - Confeccionada em tactel, dimensões 40 cm x 25 cm, personalizada com as logos do projeto.	Unidade	200	200	R\$ 25,00	R\$ 5.000,00	Será fornecido uma mochila saco esportiva para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades. Sendo: 200 unidades x R\$ 25,00 valor unitário por mochila = 5.000,00
1.5.4	Viseira esportiva unissex - personalizada. Material: algodão e poliester	Unidade	200	200	R\$ 25,90	R\$ 5.180,00	Será fornecido uma viseira esportiva para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades. Sendo: 200 unidades x R\$ 25,90 valor unitário por viseira = 5.180,00
1.5.5	Short bermuda, cor a definir, personalizada em serigrafia à base d' água, Material: Meia malha PV anti- pilling, taquitel. Tamanhos PP, P, M, G, GG, XG, XGG	Unidade	200	200	R\$ 25,00	R\$ 5.000,00	Será fornecido uma mochila saco esportiva para uso de cada idoso no desenvolvimento do projeto. Totalizando 200 unidades. Sendo: 200 unidades x R\$ 25,00 valor unitário por mochila = 5.000,00.

VALOR TOTAL DA ETAPA 1.5

R\$ 25.114,00

Meta 1.6 - Alimentação

N°	Especificação	Unidade de medida	Quant	Total	Valor Unitário	Valor Total	Memória de Cálculo do Quantitativo (justificar o porquê da quantidade)
----	---------------	-------------------	-------	-------	----------------	-------------	--



1.6.1	Água mineral Sem Gás em Copo. Água em copo identificadas no rótulo, 200 ml.	Unidade	5.720	5.720	0,89	R\$ 5.090,80	<p>Serão destinadas 220 aguas para as caminhadas de sextas-feiras nas datas 26/05,02/06,09/06,16/06,23/06,30/06,07/07,14/07,21/07,28/07,04/08,11/08,18/08,25/08,01/09,08/09,15/09,22/09,29/09,06/10,13/10,20/10,27/10,03/11,10/11 e 17/11.</p> <p>Totalizando 26 dias de caminhada x 220 unidades = 5.720 unidades x R\$ 0,90 totalizando= R\$ 5.148,00</p>
1.6.2	Buffet de café da manhã para os aulões integrados de sexta-feira, os quais conterão: Salgados fritos e assados; pães de sal; presunto, queijo mussarela e manteiga; refrigerantes e sucos de caixinha e bolos diversos	Unidade	26	26	R\$ 921,20	R\$ 23.951,00	<p>Será fornecido Buffet de café da manhã para os aulões integrados de sextas aos idosos: Sendo: um Buffet para os participantes do aulão por semana por semana nas sextas-feiras, nas seguintes datas: 26/05,02/06,09/06,16/06,23/06,30/06,07/07,14/07,21/07,28/07,04/08,11/08,18/08,25/08,01/09,08/09,15/09,22/09,29/09,06/10,13/10,20/10,27/10,03/11,10/11 e 17/11.</p> <p>Totalizando 26 dias com buffet, totalizando= R\$ 24.700,00</p>



1.6.3	KIT LANCHE: 01 (um) Suco de Caixinha com 200ml; 01 (um) Sanduiche de pão de hamburguês com presunto e queijo mussarela; 01 (uma) Fruta da época; O lanche deve ser servido em embalagem individual e descartáveis.	Unidade	19.200	19.200	R\$ 11,80	R\$ 226.560,00	Será fornecido KIT LANCHES aos idosos diariamente nas aulas: Sendo: 200 idosos por dia x 4 dias (Seg. a quin.) x 4 semanas (1 mês) x 6 meses de projeto x R\$ 11,80 valor unitário por kit lanche = R\$ 226.560,00
VALOR TOTAL DA ETAPA 1.6							R\$ 255.602,00
VALOR TOTAL DA EMENDA							R\$ 638.447,36

6 DIVULGAÇÕES E IDENTIFICAÇÕES DO EVENTO

A divulgação será feita através de Mídias Sociais da através do facebook do IBRES e Site: www.ibres.org.br com fotos que serão tiradas, com Banner a ser produzido por este termo de fomento e que serão colocados nos locais onde acontecerão as competições, durante todo período de realização.

7. Previsão de Receitas

PREVISÃO DE RECEITAS (inclusive recursos complementares)		
QTD.	Nome	Receitas
1	<i>Emenda Parlamentar</i>	R\$ 638.447,36
2	<i>Inscrição</i>	<i>R\$ 0,00</i>



3	<i>Instituto tal</i>	<i>R\$ 0,00</i>
4	<i>Patrocínio</i>	<i>R\$ 0,00</i>
5	<i>Contrapartida em bens e serviços (mensurar valor) – se houver</i>	<i>R\$ 20.400,00</i>
Brasília - DF, 05/06/2023 Total		R\$ 658.847,36

EUGÊNIO CESAR NOGUEIRA
Presidente do IBRES