

**EXCELENTÍSSIMO SENHOR PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE  
VITÓRIA/ES, VEREADOR ANDERSON GOGGI.**

O vereador Dalto Neves, requer a Vossa Excelência, com fundamento no art. 177, inciso XII e art. 238 do Regimento Interno, que seja encaminhada ao Excelentíssimo Senhor Prefeito Municipal, Lorenzo Pazolini, por intermédio da (s) Secretaria (a) correspondente (s), a presente:

**INDICAÇÃO**

Venho por meio desta solicitar a criação do Projeto Oficinas de Estimulação Cognitiva e Criatividade no CRAS do Bairro Resistência em Vitória/ES

**JUSTIFICATIVA**

**1. Apresentação e Justificativa**

As funções cognitivas — como percepção, atenção, memória, linguagem, raciocínio, planejamento e resolução de problemas — são fundamentais para a autonomia, aprendizagem e qualidade de vida. Embora essas habilidades sejam desenvolvidas desde a infância, elas podem e devem ser estimuladas ao longo de toda a vida, especialmente na terceira idade.

Com o avanço da idade, pode ocorrer diminuição natural de algumas capacidades cognitivas. No entanto, estudos mostram que atividades estimulantes, como leitura, jogos de tabuleiro, desafios mentais e exercícios de criatividade, ajudam a:

- Manter a mente ativa
- Prevenir ou retardar declínio cognitivo
- Estimular funções executivas
- Melhorar a capacidade de socialização e comunicação
- Promover bem-estar emocional e autoestima

Nesse sentido, a implementação de Oficinas de Estimulação Cognitiva e Criatividade se apresenta como uma ação importante para fortalecer a saúde mental, autonomia e convivência dos idosos da comunidade.

## 2. Objetivo Geral

Estimular e fortalecer as funções cognitivas e criativas dos idosos por meio de atividades lúdicas e desafiadoras que promovam memória, atenção, raciocínio, linguagem, planejamento e criatividade.

---

## 3. Objetivos Específicos

- Exercitar a memória por meio de atividades práticas e dinâmicas.
- Estimular a percepção, atenção e foco.
- Desenvolver raciocínio lógico e planejamento através de jogos de tabuleiro e cartas.
- Incentivar criatividade, expressão corporal e comunicação por meio de mímicas e narrativas.
- Resgatar memórias afetivas e tradições culturais por meio de rodas de histórias.
- Promover socialização, convivência e fortalecimento de vínculos entre os participantes.

---

## 4. Atividades Propostas

As oficinas serão realizadas com foco no lúdico, na interação e no estímulo contínuo das funções cognitivas. Entre as atividades previstas:

- Oficinas de Memória: associação de imagens, sequência de palavras, reconhecimento de objetos, jogos de recordação.
- Jogos de Tabuleiro: xadrez, damas, dominó, ludo — estimulando planejamento, raciocínio e tomada de decisão.
- Jogos de Cartas: desafios que envolvem lógica, regras e estratégias.
- Mímica e Expressão: exercícios que trabalham criatividade, linguagem e comunicação não verbal.
- Rodas de Histórias e Tradições: compartilhamento de experiências de vida, histórias antigas, lembranças culturais e familiares.
- Desafios Cognitivos: charadas, quebra-cabeças, jogos de lógica, labirintos, entre outros.

---

## 5. Metodologia

- Encontros semanais com grupos pequenos, garantindo atenção individualizada.
- Atividades orientadas por profissionais/monitores utilizando linguagem simples e acessível.

- Métodos lúdicos, participativos e adaptados às limitações e potencialidades dos idosos.
- Estímulo ao trabalho em dupla ou em grupo para favorecer convivência e troca de saberes.
- Registro de evolução e adaptação das atividades conforme o desempenho dos participantes.

---

## 6. Resultados Esperados

- Melhora na memória, atenção, concentração e percepção.
- Estímulo da criatividade e da expressão oral e corporal.
- Maior autonomia nas atividades cotidianas e tomada de decisões.
- Prevenção e/ou retardamento do declínio cognitivo.
- Fortalecimento das funções executivas (planejamento, organização, resolução de problemas).
- Aumento da autoestima, convivência e bem-estar emocional.
- Participantes mais ativos, integrados e engajados socialmente.

---

## 7. Considerações Finais

O Projeto de Estimulação Cognitiva e Criatividade para Idosos se apresenta como uma ação essencial para promover saúde, autonomia, convivência e qualidade de vida na terceira idade. Além de estimular habilidades mentais fundamentais, proporciona momentos de socialização, alegria, aprendizado e fortalecimento de vínculos.

Solicita-se, assim, a apreciação e aprovação desta indicação para implementação do projeto.

Nestes termos

Pede e espera deferimento.

Palácio Attílio Vivacqua, 12 de dezembro de 2025

**DALTO NEVES**

**Vereador – SDD**

## PROTOCOLO DE ASSINATURA(S)

O documento acima foi assinado eletronicamente e pode ser acessado no endereço /autenticidade utilizando o identificador 3300330032003900320036003A005000

Assinado eletronicamente por **Dalto Bastos das Neves** em 15/12/2025 13:01

Checksum: **D2D4A7F4F41D9BE3D5B416EF822F194826945A5109C318767DE1072B956640F0**