

# Entrevista 1

**Entrevistador:** Felipe Vilela

**Data:** 02/10/2025

**Duração:** 14 minutos e 56 segundos

---

## 1. Introdução e Consentimento

### Transcrição:

**Entrevistador:** "Boa noite, \*\*\*\*. . Muito obrigado por aceitar participar dessa entrevista. Sua opinião é muito valiosa para nós. Para você entender um pouco melhor sobre o projeto, estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem, escolhem e se mantêm engajadas em seus hobbies e atividades de lazer na sua região. Nosso objetivo é identificar oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Esta conversa deve durar aproximadamente 15 minutos. Não há respostas certas ou erradas, o que nos interessa é a sua experiência e seu ponto de vista. Fique à vontade para compartilhar suas opiniões mais sinceras. Gostaria de reforçar que todas as suas respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para fins de pesquisa. Se você concordar com a gravação e participação da pesquisa, por favor repita: 'Eu concordo'."

**Entrevistado:** "Eu concordo."

---

## 2. Bloco 1: Hábitos e Motivações

**Pergunta 1:** Conte-me sobre seus principais hobbies ou atividades de lazer.

### Resposta do Entrevistado:

"Eu gosto bastante de atividade física e de esporte. Então tenho o hábito, nesse momento, de fazer exercícios quatro vezes por semana. Duas vezes eu faço musculação ou exercícios com o corpo como corrida ou futebol, que acho essencial para a vida de qualquer pessoa. Gosto muito, acho que isso é essencial para a vida de qualquer pessoa. Também como hobby tem o meu PlayStation, que eu jogo. Faço questão de jogar uma vez por semana quando estou principalmente aqui na minha casa. Eu realmente gosto e desfruto desses dois hobbies: exercícios e videogame."

**Pergunta 2:** Você comentou sobre o futebol né, eu gostaria de saber o que te atraiu ao futebol e de que maneira você organiza esse lazer com sua rotina diária?

### Resposta do Entrevistado:

"Eu comecei a jogar logo na minha infância. Cheguei a ser atleta de futebol do Olaria. Com o tempo, tive que estudar e o esporte acabou ficando como uma prática de lazer."

**Pergunta 3:** Há alguma atividade que você gostaria muito de fazer mas ainda não conseguiu?

**Resposta do Entrevistado:**

"Não, eu acho que já tive experiência de fazer várias coisas. Já joguei squash, jiu-jitsu, já fiz uma série de outros esportes. Aqueles que eu queria fazer, eu realmente fiz. Hoje tenho uma contusão na coluna que não me permite mais fazer alguns esportes, como o próprio jiu-jitsu, portanto prefiro fazer esportes de menos contato. Como por exemplo a natação - eu também fui atleta de natação, esqueci de dizer isso. Continuo adorando natação, faço natação no mar."

**Pergunta 4:** Já teve algum hobby que achou que não era para você, mas no fim você gostou?

**Resposta do Entrevistado:**

"Sim, o squash foi bem interessante. Havia uma academia de squash do lado do meu trabalho. Meus amigos jogavam e eu pensava 'não sei jogar, não vou me adaptar'. Acabou que gostei, fiquei jogando quase três anos direto e acabei ficando bom. O esporte você vai descobrindo. Tem esporte que é mais difícil, mais fácil, dependendo da sua aptidão. Mas você tem que persistir. Cada esporte te dá uma determinada lição. O squash foi muito valioso, foi um esporte bem divertido."

---

### **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 1:** Quando você busca por um novo hobby ou atividade, como você costuma fazer essa busca?

**Resposta do Entrevistado:**

"Os esportes coletivos, você entra quando se interessa com alguma coisa que você vê, o que um amigo está fazendo. Esse amigo te leva e aí você acaba se interessando. Por exemplo, conheci uma pessoa que nadava no mar, ela me levou para um grupo de pessoas que também nadavam no mar. A busca sempre vem por um interesse de alguma coisa que você já viu ou de alguma forma alguém te contou sobre esse esporte."

**Pergunta 2:** Você sente alguma dificuldade para encontrar opções que se encaixem no seu perfil ou horário?

**Resposta do Entrevistado:**

"Acho que não, como os esportes que eu pratico são esportes mais básicos, nos grandes centros sempre tem muita oferta desse tipo de esporte, então não tenho dificuldade."

**Pergunta 3:** Quais são os maiores desafios que você encontra para manter um hobby a longo prazo?

**Resposta do Entrevistado:**

"O desafio é que o esporte tem que ser divertido, tem que dar prazer. Os esportes coletivos, você brinca muito com os colegas, se diverte. Os esportes mais individuais têm

que dar o prazer de 'estou fazendo exercício, estou emagrecendo, estou me desenvolvendo, tenho uma meta'. A forma de você se manter no esporte é ter sempre um objetivo, sempre um critério de continuidade, seja por diversão - por exemplo, no futebol a gente ri muito - seja pelos resultados. É um prazer. Na natação, por exemplo, você está se concentrando, tendo resultado calórico. O objetivo e o prazer te levam a continuar."

**Pergunta 4:** Você já desistiu de começar algo por não ter companhia?

**Resposta do Entrevistado:**

"Acho que o squash é um exemplo. Se tivesse uma academia mais perto da minha casa, um lugar para fazer... Você precisa ter um grupo grande para jogar, para ter variedade de jogadas com mais frequência. Tem pouca op o, poucas pessoas praticam."

---

#### **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 5:** Quais informações são essenciais para você decidir se vai participar de uma nova atividade?

**Resposta do Entrevistado:**

"Acho que é importante ter um valor acessível, o resultado que você espera dessa atividade, e com quem você vai praticar. Acho que são os três principais critérios."

**Pergunta 6:** Você costuma praticar atividades em grupo ou prefere atividades individuais? De que forma outras pessoas te motivam?

**Resposta do Entrevistado:**

"Faço esportes coletivos e individuais. Gosto de não depender de ninguém para fazer minhas atividades alternativas, mesmo que seja isolado. Mas encontrar amigos ou pessoas que compartilham seu gosto pelo hobby é sempre algo a mais. Os esportes coletivos, você não existe sem eles - você precisa ter um bom grupo para se manter no esporte e garantir que vai ter aquela atividade com prazer. A busca por amizade ou por esporte que te leve a continuar deveria ser sempre uma conjun o desses dois fatores: com quem você está fazendo, se aquelas pessoas são legais, se são pessoas que somam. Não adianta ir para um grupo que não tem os mesmos valores que você. Você precisa buscar um grupo que tenha convergência de pensamentos, além do prazer garantido com o esporte."

---

#### **5. Bloco 4: Reflexão Final**

**Pergunta 7:** Pensando em tudo que conversamos, o que mais facilitaria sua vida para encontrar e participar de atividades que te interessam?

**Resposta do Entrevistado:**

"O que facilitaria seria talvez uma divulga o maior dentro da comunidade. Como falei sobre o squash, gostaria de ter alguma op o perto da minha casa, atividades de grupo. Acho que facilitaria encontrar e participar dessas atividades."

---

## 6. Encerramento e Agradecimento

**Entrevistador:** "Muito obrigado novamente por dedicar seu tempo e compartilhar essas experiências. São extremamente importantes para nossa pesquisa. Tenha um ótimo dia!"

**Entrevistado:** "De nada, foi um prazer participar."

---

## OBSERVAÇÕES DO ENTREVISTADOR

- O entrevistado demonstrou grande experiência com diversos esportes
- Valoriza tanto atividades individuais quanto coletivas
- Principal barreira identificada: disponibilidade de locais próximos para prática
- Motivação principal: prazer e objetivos pessoais
- Aspecto social é importante mas não impeditivo

## Entrevista 2

**Entrevistador:** Ruan do Nascimento Silva

**Data:** 05/10/2025

**Duração:** 15 minutos e 30 segundos

---

## 1. Introdução e Consentimento

### Transcrição:

**Entrevistador:** "Olá, \*\*\*\*. Muito obrigado por aceitar participar dessa entrevista. Sua opinião é muito valiosa para nós. Vou apresentar o projeto aqui brevemente. Estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem, escolhem e se mantêm engajadas em seus hobbies. Nosso objetivo é identificar oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Primeiro, eu vou dar uma diferenciada aqui o que é hobby e o que é lazer aqui para a gente. A gente entende como hobby algo que você faça constantemente, mesmo que em intervalos espaçados e com não tanta regularidade, mas algo que você planeja fazer constantemente. Dá para entender, hobby, um lazer que você escolhe fazer sempre. Entendeu? Mais ou menos nisso. E, dando um exemplo, hobby, o que a gente definiu como hobby, seria, sei lá, fazer alguma arte

marcial ou jogar bola, tipo, semanalmente. E diferenciando de lazer, de um exemplo de lazer, por exemplo, seria, sei lá, ir à praia, ir no parque de diversão, tá ligado? Seria mais ou menos... Entendi. Então, o nosso objetivo é mais ou menos nessa linha. Já vou te alertando nessa conversa. Essa deve durar aproximadamente 20 minutos, mas, com certeza, deve durar menos que isso. Não há resposta certa ou errada. O que nos interessa é a sua experiência, seu ponto de vista. E fique à vontade para compartilhar suas opiniões mais sinceras. E, falando sobre confidencialidade também, eu gostaria de reforçar que todas as suas respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para as fins de pesquisa. Se você concorda com a gravação e participação na pesquisa, por favor, repita, eu concordo.

"

**Entrevistado:** "Eu concordo."

---

## **2. Bloco 1: Hábitos e Motivações**

**Pergunta 1:** Ok, vamos começar agora com as perguntas. Conte-me sobre os seus principais hobbies, o que te atraiu até eles e de que maneira você organiza para alinhá-los com a sua rotina.

**Resposta do Entrevistado:**

"eu tenho um pouquinho de dificuldade de dizer alguns hobbies, porque parece que alguns deles eu considerava como lazer. Mas, hoje, eu tenho a natação como um hobby. É algo que eu sempre gostei. Independente de... Se está calor, se não está. É algo que eu sempre saio de casa feliz e tudo mais. Então, o que me atrai é eu gostar do esporte. Acredito que não sei mais além disso. E eu alinho com a minha rotina num dos poucos horários que eu tenho. E eu valorizo sempre estar lá e não faltar, mesmo com a correria, algo que eu gosto muito. Algo que eu tento também fazer é jogar futebol com os amigos, jogar bola com os amigos. Tenho um grupo na sexta-noite, um grupo no domingo. E aí eu tento, pelo menos, umas duas, três vezes no mês, estar junto. Também é um momento de encontrar os amigos, de conversar, por exemplo. Pessoas que a gente vê em menos tempo. E... fugir um pouquinho da rotina do dia a dia. A natação também, além de eu gostar, é algo que eu sempre volto renovado. Acredito que hoje são meus dois principais hobbies. Um que eu tenho começado a voltar aí é dar aula de Karate, principalmente pra criança, que é algo também que tira da rotina, do dia a dia, e que eu gosto muito de fazer. Acho que eu posso deixar esses três aí como principais."

**Pergunta 2:** Perfeito. E você sente que esses hobbies contribuem de alguma forma pra sua saúde mental, bem-estar?

**Resposta do Entrevistado:**

" Não só sinto, não só tenho a impressão, mas tenho certeza. A natação, bem-estar, e físico, futebol também, os dois, e a aula de Karate, um pouco menos o físico, né? Porque nem sempre é um movimento tanto, mas é o bem-estar de, como é um projeto, né? Que vem nesse adendo, de estar ali fazendo a diferença na vida de algumas pessoas, de algumas crianças, e é o bem-estar de gratidão, de, enfim, é a gratificação, né, das crianças

em relação a aula, e o carinho, então é isso, ele é totalmente bem-estar, muito menos físico, os outros dois, bem-estar e físico.”

### **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 3:** Quando você busca por um novo hobby ou atividade, como você costuma fazer essa busca?

**Resposta do Entrevistado:** “Eu confesso que eu nunca parei para pensar nesse sentido de buscar um novo hobby. Normalmente, eu estou pesquisando algumas coisas, estou interessado em alguma coisa que talvez não seja necessariamente um hobby, e ele aparece para mim, e eu vou ali me identificando com ele com o tempo, né? E... Sim, eu citei três, eu tenho outros hobbies, e todos eles foram, assim, criando uma afinidade. A natação, que eu posso talvez dar um exemplo diferente, foi algo que eu busquei, porque eu fazia, parei um tempo, e queria voltar a fazer. Então, a natação foi algo que eu tive essa questão de busca, né? E aí, foi eu, busquei, e no quesito valor, né, o custo-benefício, e um local próximo, e que se adaptasse ao meu horário.”

**Pergunta 4:** Quais são os maiores desafios que você encontra para começar um novo hobby? Ou para manter um que já goste a longo prazo?

**Resposta do Entrevistado:** “Vamos lá. Para começar um novo hobby, eu não saberei explicar justamente por essa questão de não ter o costume de buscar. Mas, para manter, é... Mas a questão de entender a importância, a importância do hobby para para o nosso bem-estar, né? Tanto a saúde emocional, quanto física, né? Então, eu acredito que é o bem-estar mais emocional, vamos dizer assim, a correria do dia-a-dia, e aquilo, o hobby é sempre um refúgio. Seja ele, por exemplo, os três que eu falei que são saindo de casa, mas, não sendo o mérito da pergunta, mas, por exemplo, mexer com o computador, tecnologia, montar um computador e tal, isso, para mim, é um hobby que eu de vez em quando faço, ele é menos rotineiro, mas que, às vezes, eu estou em casa e tudo mais, quero me distrair, eu pego coisas desse tipo para fazer. Então, acredito que é uma válvula de escape da rotina.”

**Pergunta 5:** Você já pensou em começar um hobby, mas desistiu por não encontrar companhia?

**Resposta do Entrevistado:** “Não, eu confesso que eu busco normalmente coisas que dependem menos de outras pessoas. Eu busco coisas mais individuais, o futebol é algo em grupo, mas é um grupo que está fechado, tem sempre, se eu não estou, continua a acontecer. Mas eu não tenho o costume de, por exemplo, vou para a academia, mas eu só vou se tiver um amigo pra ir junto comigo. Eu confesso que eu nunca tive esse problema porque eu não busco um hobby normalmente alinhado a alguma outra coisa, né? Se tiver um amigo que quer junto, tá, beleza, vamos começar. Mas se ele parar e for algo que eu goste, a minha tendência será continuar.”

### **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 6:** Quando você está avaliando uma nova atividade de lazer? Ou hobby? Quais informações são essenciais para você decidir se vai participar?

**Resposta do Entrevistado:**

"Atualmente, se for algo pago, eu tenho que considerar a situação financeira, né, o preço. Hoje é um requisito importante. Proximidade, por causa do, eu tenho um horário muito corrido, então sobra pouco espaço de tempo, então não posso escolher algo novo. Que seja longe. Então, eu sempre preciso, como a natação, ela está num espaço entre trabalho e faculdade e se eu tiver um tempo de deslocamento, ela acaba sendo inviável. Então eu busco por preço, proximidade e que me chame atenção, né, algo que eu acho que seja válido pra mim, tanto voltando no assunto, tanto de bem-estar, quanto físico, é algo que me promova algum, algum benefício."

**Pergunta 7:** Qual a importância da opinião ou experiência de outras pessoas, como indicações de amigo, avaliações ou comentários online, na sua decisão de participação em um hobby?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu, né, tive pouca experiência com algo que eu busquei dessa forma, mas eu acho que é muito importante. É, levando até pra outros, outros âmbitos, eu acho que a opinião de outras pessoas, quando você vai buscar algo que você ainda não conhece, é muito importante. Então, por mais que eu não tenha tanta experiência no quesito hobby, eu, em outras áreas da minha vida, eu busco fazer isso. É, tipo, sempre buscar opiniões e tudo mais. E é muito, sempre agrega muito. E eu acho que pra esse quesito, como é algo que a gente busca por bem-estar, vale muito a pena ter esse tipo de feedback, ter esse material, algo avaliativo, ou apenas alternativo, daquilo que você vai fazer, pra te dar ideia do que é aquilo e você acabar não se frustrando. Porque talvez você experimente algo que é legal, mas em um local, talvez, que não valorize tanto, e você acaba parando de fazer aquele hobby, ou achando aquele hobby chato, mas não por conta do hobby, mas por conta da organização do local, enfim. Então, acho que a opinião prévia é muito importante."

## **5. Bloco 4: Reflexão Final**

**Pergunta 8:** Agora, partindo mais pra reflexão final, pensando em tudo que a gente falou aqui, e tudo que você respondeu, o que mais facilitaria a sua vida pra encontrar e participar de atividades que realmente te interessam e se encaixem no seu dia-a-dia?

**Resposta do Entrevistado:**

"É. Eu acho que... eu acho que a rede de amigos facilita, tipo, o convite. Eu procuro pouco, né? "Ah, vou procurar algo novo pra fazer". Eu confesso, eu já tenho bastante hobbies em diversas áreas, então eu meio que não busco. Mas acho que se eu buscasse, o que ia facilitar são as coisas que eu comentei em algumas perguntas anteriores, de ser acessível ou ser prático, se eu fosse buscar algo fora e tudo mais. E, às vezes é algo que eu vou fazer em casa, um hobby mais simples, jogar com os amigos, online, por exemplo. O que facilitaria a disponibilidade de outras pessoas, nesse caso, o que facilitaria é a minha intimidade com aquele hobby. Eu acho que é o que mais faria diferença é a minha intimidade. Se for algo que eu não tenho intimidade ou que eu não acho interessante, eu

acho que aquilo ali vai me travar. Mas se for algo que eu vejo sentido, enfim, facilita muito mais. É muito mais pessoal do que talvez relacionar. Ou uma pesquisa, algo do tipo."

**Pergunta 9:** Para finalizar agora, você tem alguma coisa a adicionar? Algum ponto que gostaria de compartilhar sobre sua experiência com hobbies? Em algo que a gente não tenha abordado aqui?

**Resposta do Entrevistado:** Sobre a minha experiência, eu vou reforçar que eu acho que é algo muito importante. Eu acho que as pessoas que, tipo, acho complicado a pessoa não ter hobby nenhum, mas se ela não tem, eu acho que ela deve procurar algo para ela fazer, tentar se identificar com alguma coisa e hoje eu acredito que tenha plataformas para isso, alguma coisa desse tipo. Enfim, ver o que ela mais ali tem interesse e buscar na região dela, até em casa se for possível, e fazer porque, como eu falei, nossa rotina tem sido cada dia mais puxada, cada vez mais puxada, mais corrida, e a gente tem pouco tempo para fazer as coisas, mas valorizar esses tempos, esse tempo de escape durante a semana, uma ou duas horinhas, que seja durante a semana, uns 20 minutinhos por dia, para desligar um pouquinho de tudo que a gente tem de responsabilidade e fazer algo que é simplesmente para te fazer bem. Então, algo que é voltado para você, sabe, aquele tempinho que você dá uma atenção para você e esquece de qualquer coisa que é uma responsabilidade externa. Eu acho que é crucial para manter uma vida saudável, uma cabeça saudável, enfim, acho que isso aí pode ser algo que eu tenha a salientar e a dizer de experiência.

## **6. Encerramento e Agradecimento**

**Entrevistador:** "Muito obrigado. Agradeço novamente por dedicar seu tempo e compartilhar sua experiência conosco. Suas contribuições são extremamente importantes para a nossa pesquisa. Tenha uma ótima tarde."

**Entrevistado:** "Valeu, para você também. Muito obrigado. Bom trabalho aí para vocês."

## **Entrevista 3**

**Entrevistador:** Ruan do Nascimento Silva

**Data:** 05/10/2025

**Duração:** 7 minutos e 12 segundos

### **1. Introdução e Consentimento**

**Transcrição:**

**Entrevistador:** "Olá, boa noite, \*\*\*\*. Muito obrigado por aceitar participar dessa entrevista, sua opinião é muito valiosa para nós. Primeiro vou apresentar o projeto. Estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem, escolhem e se mantêm engajadas em seus hobbies e atividades de lazer na sua região. Nosso objetivo é identificar oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Esta conversa deve durar aproximadamente 20 minutos, não há respostas



certas ou erradas, o que não interessa a sua experiência e seu ponto de vista. Fique à vontade para compartilhar suas opiniões mais sinceras. Gostaria de reforçar que todas as respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para fim de pesquisa. Se você concorda com a gravação e participação na pesquisa, por favor, repita, eu concordo."

**Entrevistado:** "Eu concordo."

## **2. Bloco 1: Hábitos e Motivações**

**Pergunta 1:** Conte-me sobre seus principais hobbies ou atividades de lazer, o que te atraiu a eles e de que maneira você se organiza para alinhá-los com sua rotina?

**Resposta do Entrevistado:** "Meus hobbies, no momento, são colecionar perfumes, ver filmes e séries. Eu gosto de sentir cheiros diferenciados, gosto que as pessoas me sintam cheirosa também. Filmes e séries, eles me relaxam e me tiram da rotina."

## **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 2:** Quando você busca por um novo hobby ou atividade, como você costuma fazer essa busca? Você sente alguma dificuldade para encontrar opções próximas à sua localidade ou quem se encaixa no seu perfil e horário?

**Resposta do Entrevistado:** "Sim."

**Pergunta 3:** Você já deixou de participar de alguma atividade por falta de informações claras ou suficientes? Se sim, qual atividade e o que faltou?

**Resposta do Entrevistado:** "Sim. Eu já quis participar de aula de pilates, mas na hora das informações não sabiam quando as turmas iam sair. As turmas iam ser formadas, o horário, e isso me desanimou e eu não quis mais participar."

**Pergunta 4:** Quais são os maiores desafios que você encontra para começar um novo hobby ou para manter um que você já gosta a longo prazo? O que geralmente desanima ou te impede de continuar?

**Resposta do Entrevistado:** "O que me desanima? Um novo hobby? A falta de opções mesmo. Na minha idade, talvez, eu não consiga ter... Pensar em um hobby que realmente me agrade. Que faça eu querer realizar aquilo com mais frequência."

**Pergunta 5:** Algo que você gostaria muito de começar, mas ainda não conseguiu? Por quê?

**Resposta do Entrevistado:** "Sim. Gostaria de começar atividade física mesmo porque eu preciso. Na verdade, é um hobby que eu gostaria de ter porque preciso mais do que gosto, né? Eu tenho muito desânimo e toda vez que eu penso em começar, alguma coisa me impede. A minha cabeça, provavelmente, né? Mas o fato também de eu não ter uma academia próxima à minha residência, né? Os dias que eu tenho que frequentar essa academia seriam bons, assim, mais de três. Então, os dias que eu trabalho, eu teria que sair direto para a academia e me locomover de um lugar distante para outro. Isso tudo me

impede de ter o foco, né? Para conseguir voltar para a academia. Porque eu já fiz atividade física, mas hoje em dia está difícil de voltar."

#### **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 6:** Quando você está avaliando uma nova atividade de lazer ou hobby, quais informações são essenciais para você decidir se vai participar?

**Resposta do Entrevistado:** "Ah, primeiro a qualidade. Sempre. Qualidade, né? E também a proximidade. Tem que ser um lugar que não seja muito distante. Como eu já falei, por causa do trabalho, desanima você sair de um lugar longe, que é longe, para fazer qualquer coisa que seja. E o último lugar seria o preço, que também é importante, mas não seria o mais importante."

**Pergunta 7:** Há alguma informação que, se não estiver disponível, te faria desistir de imediato?

**Resposta do Entrevistado:** "Sim. A formação dos profissionais que estão envolvidos nas atividades que me interessam."

**Pergunta 8:** Qual a importância da opinião ou experiência de outras pessoas, como indicações de amigos, avaliações ou comentários online, na sua decisão de participar de uma atividade?

**Resposta do Entrevistado:** "Ah, de grande relevância. Porque quando você tem a opinião de outras pessoas, te indicando um serviço, dizendo que é bom, que realmente funciona, isso aí já ajuda você na sua escolha."

#### **5. Bloco 4: Reflexão Final**

**Pergunta 9:** Pensando em tudo que foi falado aqui, o que mais facilitaria a sua vida para encontrar e participar de atividades que realmente te interessam?

**Resposta do Entrevistado:** "Ah, foi o que eu falei. Eu preciso de opções, opções interessantes. E eu não consigo avaliar isso sozinha. Eu não consigo pensar em nada assim sozinha, no momento. E também coisas que me fossem fáceis. Fáceis de chegar no local, né? Estou falando de físico, fisicamente. É, acho que o mais interessante mesmo seriam os profissionais. O lugar que eu for frequentar, ou esse determinado hobby, fosse uma coisa realmente prazerosa. Não só uma coisa que fosse forçada, uma coisa que eu tivesse que fazer. Como seria o caso da atividade física. Mas eu acho que dependendo se eu conseguisse um lugar que fosse bom, com bons profissionais, eu começasse a gostar de fato e virasse um hobby mesmo para mim. Um hobby qualificado. Um hobby que você se sintia bem. Um hobby que você vê que você vai ter resultado. Dentro do que você deseja. Se for atividade física, é o resultado físico. Também, é claro, psicológico, né? Mas sendo atividade física, você tem que ver o resultado. E quando você não vê, fica complicado."

**Pergunta 10:** E para finalizar, você tem alguma coisa a adicionar? Algum ponto a compartilhar aqui sobre sua experiência com hobbies? Em algo que não temos abordado aqui?

**Resposta do Entrevistado:** "Ah, eu posso dar uma opinião sobre eu não ter mantido o meu hobby de atividade física. Geralmente nos lugares onde eu me matriculei, eu não me sentia segura no que eu estava fazendo. Eu não tinha pessoas para me ajudar no desenvolvimento do que eu queria realizar, das atividades. Lugares cheios, você tinha que esperar para fazer uma atividade de mudar de um exercício para outro. Isso tudo aí vai deixando você com menos vontade de fazer. De continuar com o seu hobby."

## 6. Encerramento e Agradecimento

**Entrevistador:** "Muito obrigado, novamente, por dedicar seu tempo e compartilhar sua experiência conosco. Suas contribuições são extremamente importantes para a nossa pesquisa. Tenha uma ótima noite."

**Entrevistado:** "Boa noite."

## Entrevista 4

**Entrevistador:** Felipe Vilela

**Data:** 07 de outubro de 2025

**Duração:** 15 minutos e 43 segundos

---

## 1. Introdução e Consentimento

**Transcrição:**

**Entrevistador:** "Olá, \*\*\*\*. Muito obrigado por aceitar participar dessa entrevista. Sua opinião é muito valiosa para nós. Estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem e escolhem se manter engajadas em seus hobbies e atividades de lazer na sua região. Nosso objetivo é identificar as oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Esta conversa deve durar aproximadamente 15 minutinhos. Não há respostas certas ou erradas, tá? O que nos interessa é a sua experiência e seus pontos de vista. Fique à vontade para compartilhar suas opiniões mais sinceras. Eu gostaria de reforçar também que todas as suas respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para fins de pesquisa. Se você concorda com a gravação e participação na pesquisa, por favor, repita: 'Eu concordo'."

**Entrevistado:** "Eu concordo."

**Entrevistador:** "Show. Agora eu vou fazer algumas perguntas mais sobre hábitos e motivações."

---

## 2. Bloco 1: Hábitos e Motivações

**Pergunta 1:** Conte-me sobre seus principais hobbies ou atividades de lazer.

**Resposta do Entrevistado:**

"Bom, eu gosto muito de ir na academia e andar de bicicleta. São duas coisas que me trazem, que relaxam a minha mente."

**Pergunta 2:** O que te atraiu a fazer essas atividades e de que maneira você se organiza para alinhar elas com a sua rotina diária?

**Resposta do Entrevistado:**

"Bom, o que me atraiu a fazer essas atividades foi me movimentar, né? Sair de casa, ver as pessoas. Na academia é o prazer mesmo do exercício e o resultado também que você vê. E para alinhar isso com a minha rotina, eu crio um cronograma para organizar os horários para estudar, os horários que eu tenho para ir na faculdade e separar os momentos de lazer para poder realizar os meus hobbies."

**Pergunta 3:** Há alguma atividade de lazer que você sempre quis começar mas ainda não conseguiu? Se sim, por quê?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu acho que fazer alguma atividade na praia, né? Um futvôlei, qualquer exercício na praia, pode ser até uma caminhada na praia. Mas eu ainda não consegui encaixar um horário muito bom porque à tarde, no horário do almoço, eu tô na faculdade, de manhã também, e à noite fica um pouco ruim de ir na praia, de fazer alguma coisa na praia. Aí eu só costumo andar de bicicleta mesmo."

**Pergunta 4:** Já teve algum hobby que você achou que não era para você, mas no fim você gostou?

**Resposta do Entrevistado:**

"Sim, o futebol. Eu nunca fui muito bom de jogar bola, tinha um pouco de medo de jogar bola porque eu nunca fui muito bom. Mas recentemente eu fui jogar um futebol com os amigos, fui bater uma bola lá e eu gostei muito, sabe? Eu achei muito legal, já fui até outras vezes. Achei muito bom."

---

### **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 5:** Quando você busca por um novo hobby ou atividade, como você costuma fazer essa busca?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu procuro alguma coisa nova e diferente, alguma coisa nova que vá agregar na minha vida. E aí, eventualmente, se eu sentir prazer com aquilo, se aquilo for uma atividade que me relaxe, para ser um hobby, um momento de lazer, eu não posso ter pressão, essas coisas, uma obrigação de fazer aquilo. Então eu encontro alguma coisa diferente, alguma coisa nova para fazer, e tento ver se aquilo vai me dar prazer."

**Pergunta 6:** Como você costuma achar essas coisas? Algum amigo te incentivou?

**Resposta do Entrevistado:**

"Sim, principalmente conversando com as pessoas, vendo, conversando sobre o hobby das pessoas. E aí eu acho interessante o que a pessoa faz, eu procuro fazer também para ver se funciona comigo também."

**Pergunta 7:** Você sente dificuldade para encontrar opções de atividades de lazer próximas a você ou que se enquadrem no seu perfil ou horário?

**Resposta do Entrevistado:**

"Não, eu acho que não. Tem muita opção de coisa para fazer hoje em dia. E eu vejo também que antigamente as pessoas tinham muito mais preconceito, muito mais estereótipo. Eu acompanho um pouco o fisiculturismo, eu sei que no passado tinha um peso muito grande sobre as pessoas que competiam, que gostavam disso, e hoje em dia é falado muito natural. Isso com qualquer coisa. Então tem muitas opções hoje em dia do que fazer, e ninguém te impede, nada te impede de fazer ou buscar alguma atividade de lazer."

**Pergunta 8:** Quais seriam os maiores desafios para você manter uma atividade a longo prazo? O que te desanima ou te impede de continuar?

**Resposta do Entrevistado:**

[Nota: A resposta para esta pergunta parece ter sido cortada na transcrição original]

**Pergunta 9:** Você já desistiu de algo por não ter companhia? Pode me dar um exemplo?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu acho que sim. Por exemplo, para sair com amigos. Às vezes, quando alguém desiste, que eu tenho mais afinidade, eu dou uma desistida também. Porque aí eu acho que vou ficar meio deslocado. Eu tenho um pouco desse receio aí na hora de sair com algumas pessoas que eu não sou tão próximo. Eu gosto de ter alguém para ser um ponto seguro ali, sabe? Se morrer o papo, eu vou atrás da pessoa que eu conheço."

---

## **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 10:** Quando você está avaliando uma nova atividade, quais são as informações essenciais para você decidir se vai participar?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu acho que o preço sim, o preço é importante. Com certeza, proximidade, porque eu já gasto muito tempo indo para faculdade, então na hora de fazer uma atividade, um lazer, eu quero coisas próximas, coisas simples. E ver as pessoas também que estão lá, mas não pelas pessoas, mas pelo que elas estão fazendo lá. Eu quero ver como está sendo a experiência delas lá, para ver se o negócio é bacana."

**Pergunta 11:** Você costuma preferir atividades em grupo ou individuais?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu acho que em grupo é sempre mais divertido. Eu prefiro fazer em grupo, porque você compartilha as experiências, né? Eu acho isso muito bom. Mas eu não me incomodo de fazer sozinho também, não."

**Pergunta 12:** Qual a importância da opinião de outras pessoas sobre a atividade? O que isso te influencia?

**Resposta do Entrevistado:**

"Sim, também é muito importante. Como eu já falei, uma maneira muito interessante de você descobrir novos hobbies também é através das pessoas. É claro que a opinião de uma pessoa vale muito e acaba que incentiva você a ir lá fazer para tirar a sua própria opinião. Isso eu também acho interessante. Não é só a opinião da pessoa, você não vai lá só porque a pessoa falou que é uma experiência boa, é porque você quer ir lá para poder saber se realmente é uma experiência boa, para você tirar a sua própria opinião."

---

## 5. Bloco 4: Reflexão Final

**Pergunta 13:** Pensando em tudo que conversamos, o que facilitaria sua vida para encontrar e participar de atividades que realmente te interessam e se encaixam na sua rotina?

**Resposta do Entrevistado:**

"Eu acho que eu preciso me conectar com pessoas novas. Conhecer pessoas novas e experiências novas. Mas eu não consigo... talvez me permitir conhecer gente nova. Eu não sei se... eu não consigo pensar agora em nada que me faria procurar essas pessoas, a não ser um bloqueio meu mesmo."

**Pergunta 14:** Você acha que se tivesse algum lugar, site ou aplicativo que deixasse essas informações mais claras, facilitaria?

**Resposta do Entrevistado:**

"Não, isso seria bem interessante. Se tivesse um aplicativo assim, que mostrasse uns locais legais de lazer, seria bem interessante. Muito legal essa ideia. Você pode colocar lá os seus interesses, aí o aplicativo vai jogando. É maneiro isso aí. Porque aí até desperta o interesse seu para você ir atrás daquilo e conhecer."

---

## 6. Encerramento e Agradecimento

**Entrevistador:** "Show de bola, João. Muito obrigado por dedicar seu tempo aí e compartilhar essas suas experiências, foram muito boas. Suas contribuições são extremamente importantes para nossa pesquisa. Tenha um ótimo dia aí. Boa tarde."

**Entrevistado:** "Obrigado."

## Entrevista 5

**Entrevistador:** Felipe Vilela

**Data:** 08 de outubro de 2025

**Duração:** 15 minutos e 52 segundos

---

## 1. Introdução e Consentimento

### Transcrição:

**Entrevistador:** "Olá, \*\*\*\*. Muito obrigado por aceitar essa entrevista. Sua opinião é muito valiosa para nós. Estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem, escolhem e se mantêm engajadas em seus hobbies e atividades de lazer na sua região. Nosso objetivo é identificar as oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Essa conversa deve durar aproximadamente 15 minutos, e não há respostas certas ou erradas. O que nos interessa é a sua experiência e seus pontos de vista. Fique à vontade para compartilhar sua opinião mais sincera. Gostaria também de reforçar que todas as suas respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para fins de pesquisa. Se você concorda com a gravação e participação na pesquisa, por favor, repita: 'Eu concordo'."

**Ana:** "Eu concordo."

## 2. Bloco 1: Hábitos e Motivações

**Pergunta 1:** Conte-me sobre seus principais hobbies ou atividades de lazer.

### Resposta da Entrevistada:

"Bom, no momento, o meu principal hobby tem sido estudar. E as minhas principais atividades de lazer têm sido atividades ao ar livre e cinema, teatro."

**Pergunta 2:** O que te atraiu a essas atividades e de que maneira você se organiza para alinhar elas com a sua rotina?

### Resposta da Entrevistada:

"Estar conectado com pessoas, porque a minha rotina exige que eu esteja conectada com pessoas, devido à minha atividade profissional."

**Pergunta 3:** Há algo que você gostaria muito de começar, mas ainda não conseguiu? Por quê?

### Resposta da Entrevistada:

"Sim. Eu gostaria de começar a correr, mas no momento a minha condição de saúde não permite."

**Pergunta 4:** Já teve algum hobby que você achou que não era para você, mas no fim você gostou?

**Resposta da Entrevistada:**

"Sim, natação. Era uma coisa que eu achava que não seria para mim. Foi recomendada pela minha psicóloga que eu enfrentasse um medo na vida, e ela não escolheu qual. E aí, num balanço da vida, eu achei que a natação poderia somar à minha vida, porque eu gosto muito de atividades ao ar livre, principalmente no sol. Não no sol escaldante, mas eu gosto do nascer do sol e do pôr do sol também. Então, eu escolhi aprender a nadar. Na praia, quem já sabe nadar é sempre um dos últimos a entrar, e quem não sabe entra primeiro, porque o mar tá mais... tem menos pessoas para a gente bater. E no final foi maravilhoso, porque eu aprendi a nadar, aprendi a respirar e também encontrei grandes amigos por lá."

**Pergunta 5:** De que maneira a atividade física traz benefícios para sua saúde ou bem-estar?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu sou uma pessoa muito conectada ao sol e de manhã, na praia, as pessoas estão realmente ali dispostas, numa sintonia, numa energia só, para praticar atividades onde todo mundo se ajuda, seja para nadar juntos, ou às vezes se encontra no meio do mar, pergunta se precisa de ajuda. E eu achei isso tudo muito bacana, porque na nossa sociedade tão contemporânea onde todo mundo está o tempo todo correndo, isso é muito difícil."

---

### **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 6:** Quando você busca por um novo hobby ou atividade, como você costuma fazer essa busca?

**Resposta da Entrevistada:**

"Através do Instagram. Eu procuro coisas que eu ainda não sei fazer, que cabem dentro da minha condição de saúde e que são geralmente desafios, porque eu gosto de desafios. Eu quero sempre mais."

**Pergunta 7:** Você sente dificuldade para encontrar opções próximas à sua localidade que se encaixem no seu perfil e horário?

**Resposta da Entrevistada:**

"Sim, eu tenho dificuldade de encontrar Yoga, porque a prática de Yoga hoje está muito voltada para essa coisa instagramável. Elas querem fazer posições que, na verdade, não é o que o Yoga prega. O Yoga prega a serenidade e não uma foto instagramável. E aí, às vezes, eu me deparo com estúdios que eu chego lá, não é uma yoga. É ficar lá fazendo poses para lá e para cá, para ficar tirando foto e postando no Instagram. Essa dificuldade eu tô tendo já há algum tempo, e é até um dos motivos que eu tenho dado um tempo no Yoga."

**Pergunta 8:** Você deixou de participar de alguma atividade por falta de informações claras?



**Resposta da Entrevistada:**

"Não. É porque o Yoga se divide em algumas práticas. Vini Yoga, Vinyasa Yoga são as atividades que chamamos de flow, elas não param. Eu gosto de uma prática chamada Hatha Yoga, que é a mais fácil, mais leve, se assim posso dizer, porque realmente é a prática do Yoga mais pausada, e poucos lugares hoje estão oferecendo. Agora tem até um tal de Hot Yoga, numa sala quente, que ao invés do ar condicionado, é ligado o negócio quente para todo mundo transpirar. Mais uma vez, uma coisa que não é a prática do Yoga. Eu consegui o local que eu gostei da prática, achei que prega o Yoga realmente como é, mas é no horário do almoço, terça e quinta, na Barra. Tenho procurado ir, mas tenho dificuldade de conseguir horários com esse viés."

**Pergunta 9:** Quais são os maiores desafios que você encontra para manter um hobby a longo prazo?

**Resposta da Entrevistada:**

"Teve. Sim, eu quis aprender Muay Thai. E aí, eu vi que não era para mim, porque é uma coisa assim muito bruta e não é para mim, não. Eu gostaria de aprender, acho bonito inclusive quem faz, porque eu vejo que é um esporte de concentração, mas não gostei. Acho lindo, mas não acho que é para mim."

---

#### **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 10:** Quando você está avaliando uma nova atividade de lazer, quais informações são essenciais para você decidir se vai participar?

**Resposta da Entrevistada:**

"A atenção que o professor dá ao aluno."

**Pergunta 11:** Você prefere atividades em grupo ou individuais?

**Resposta da Entrevistada:**

"Em grupo. Eu prefiro atividades em grupo, porque acho que juntos a gente consegue desenvolver uma atividade mais fluida. E quando tem pouca gente na sala, ou eu vou para uma aula sozinha que eu também às vezes malho com personal, é um outro viés. Eu acho que quando estamos todos juntos, um sempre pode ajudar o outro, até involuntariamente. Você vê que o outro tá fazendo errado, ou ele te dá um 'não, ó, é a outra perna'. Eu prefiro atividades em grupo."

**Pergunta 12:** Qual a importância da opinião e experiência de outras pessoas na sua decisão de participar de uma atividade?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu avalio muito mais do que eu vejo do que o que elas falam, porque às vezes não foi bom para elas. Mas às vezes as pessoas também tendem a querer uma coisa que não é para elas. Então eu sempre busco lá no Instagram e, principalmente, nos comentários, procuro colocar ali, e procuro também ver se tem algum colega em comum, alguém que eu conheça e que já tenha feito. Se eu conhecer mesmo a pessoa e achar que a pessoa tem

um discernimento legal, porque às vezes as pessoas confundem a finalidade daquilo, como é a questão do Yoga que eu já falei. Mas geralmente eu procuro avaliar as questões que estão lá no Google e o que é apresentado no Instagram antes de avaliar o que a pessoa me fala."

**Pergunta 13:** Os comentários em posts do Instagram são um apoio para você começar uma atividade?

**Resposta da Entrevistada:**

"Sim, porque eu vejo estúdios que têm, sei lá, 5.000 seguidores. Se eu vejo 13 curtidas e com as 13 curtidas com 9 comentários maravilhosos, eu tendo a desconfiar, porque eu acho que pelo menos 10% do seu público, quando gosta do que você faz, ele vai comentar, ele vai procurar incentivar. E aí eu já fico com o pé atrás de que isso aqui é comprado, é amigo que tá postando. Então aí eu começo a analisar de uma forma geral. A pessoa que me deu um feedback, o que tá lá no Instagram, o que tá lá no Google, e aí eu decido se eu quero experimentar aquilo ou não."

---

## 5. Bloco 4: Reflexão Final

**Pergunta 14:** Pensando em tudo que conversamos, o que mais facilitaria sua vida para encontrar e participar de atividades que te interessam?

**Resposta da Entrevistada:**

"O que mais facilitaria, eu acho que é a disponibilidade, porque como eu gosto de aulas coletivas, as aulas coletivas nas academias elas tendem a ser em horários que a gente não consegue. Nem sempre dá para estar 11 horas da manhã numa aula de alongamento, por exemplo. E se você observar as grades das academias, tem muita academia que a grade tem Yoga meio-dia, por exemplo. Os horários, sim, seria bem útil essa informação para mim."

---

## 6. Encerramento e Agradecimento

**Entrevistador:** "Show de bola, Ana. Foi isso. Muito obrigado por dedicar seu tempo aí e compartilhar suas experiências. Sua contribuição foi extremamente importante para nossa pesquisa. Muito obrigado, viu?"

**Entrevistada:** "Disponha. Se precisar de mais, tô à disposição."

**Entrevistador:** "Obrigado."

## Entrevista 6

**Entrevistador:** Felipe Vilela

**Data:** 09 de outubro de 2025

**Duração:** 14 minutos e 36 segundos

---

### 1. Introdução e Consentimento

#### Transcrição:

**Entrevistador:** "Olá, \*\*\*\*, muito obrigado por aceitar participar dessa entrevista. Sua opinião é muito valiosa para nós, viu? Estamos realizando uma pesquisa para entender melhor como as pessoas descobrem, escolhem e se mantêm engajadas em seus hobbies e atividades de lazer na sua região. Para você entender melhor assim, o nosso objetivo é identificar as oportunidades para ajudar mais pessoas a encontrar e desfrutar de atividades que as satisfaçam. Essa conversa deve durar assim uns 15 minutos, lembrando que não há respostas certas ou erradas, e o que nos interessa é a sua experiência e o seu ponto de vista. Fique à vontade para compartilhar suas opiniões mais sinceras. Também gostaria de reforçar que todas as suas respostas serão tratadas de forma confidencial e anônima, utilizadas apenas para fins de pesquisa. Então, se você concorda com a gravação e participação na pesquisa, por favor, repita: 'Eu concordo'."

**Entrevistada:** "Eu concordo."

---

### 2. Bloco 1: Hábitos e Motivações

**Pergunta 1:** Conte-me sobre seus principais hobbies ou atividades de lazer.

#### Resposta da Entrevistada:

"Bom, eu gosto muito de ir para a academia, também toco piano e faço crochê também. E eu acho que esses são hobbies muito presentes na minha vida."

**Pergunta 2:** O que te atraiu a fazer esses hobbies e de que maneira você se organiza para alinhar eles com sua rotina?

#### Resposta da Entrevistada:

"Então, a academia, eu acho que é muito importante porque eu tenho que realizar alguma atividade física. Eu acho que a academia, a musculação, principalmente, é uma coisa que eu me interesse muito. E ainda mais quando você faz com amigos ou com personal, porque aí você tem alguém para conversar. Então, isso distrai também. E tocar piano, eu tocava mais quando eu era mais nova, porque eu tinha mais tempo livre. Agora, eu toco menos. Só que também é uma coisa que eu gosto muito de fazer, só não tenho tanto tempo para fazer. E o crochê, eu gosto porque são atividades manuais. E eu sempre gostei muito dessas artes manuais. Então, só que eu também não tenho muito tempo para fazer. Eu faço mais nas férias, assim."

**Pergunta 3:** Já teve algum hobby que você achou que não era para você, mas no fim você gostou?

**Resposta da Entrevistada:**

"Sim. Eu acho que o crochê, principalmente. Porque eu não achava que eu ia conseguir aprender a realmente costurar. E eu tentei fazer isso nas férias e deu super certo. E aí eu já fiz várias bolsas. E também, eu acho que tudo que você começa, no início você não é bom e você acha que vai ser muito difícil para você ficar bom. Só que, depois de um tempo, acaba que naturalmente você evolui. Então, até na academia, quando eu comecei, eu era muito fraca e agora eu já tô pegando pesos mais pesados."

**Pergunta 4:** Há alguma atividade que você gostaria muito de começar, mas ainda não conseguiu? Por quê?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu acho que ler. Eu queria muito ser uma pessoa que adora ler, só que eu acho que eu não tenho muita paciência. E também, durante a leitura, eu acabo, sei lá, me interessando mais por outra coisa e aí eu perco um pouco a atenção no livro. Por mais que eu goste muito, eu admiro muito quem consegue manter esse hábito. Eu acho que eu não sou exatamente a pessoa que conseguiu manter e evoluir isso. Às vezes, por exemplo, você tem a opção de assistir um filme ao invés de ler o livro, eu vou preferir assistir o filme, que eu acho que é mais dinâmico também. E às vezes eu gosto também de ler o livro que eu já assisti o filme, porque aí, lendo o livro, eu já imagino os personagens do filme. Mas, realmente, manter esse hábito, eu não consegui."

---

### **3. Bloco 2: Descoberta e Barreiras**

**Pergunta 5:** Quando você busca um novo hobby ou atividade nova, como você geralmente costuma fazer essa busca?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu acho que eu procuro o âmbito das coisas que eu me interesso mais. E aí, dentre elas, eu vejo uma coisa que eu vá realmente me dedicar àquilo, né? Para poder evoluir e ficar boa naquilo que eu tenho muito interesse. Então, por exemplo, sempre gostei muito de música. E aí, começar a tocar piano foi uma coisa que me despertou o interesse, entendeu?"

**Pergunta 6:** Você sente dificuldade para encontrar opções próximas à sua localidade ou que se encaixem no seu perfil e rotina?

**Resposta da Entrevistada:**

"Não, acho que dificuldade eu não encontrei não. Até porque eu acho que onde eu moro tem muitas facilidades assim para poder encontrar opções de aprimorar os meus hobbies."

**Pergunta 7:** Você já deixou de participar de alguma atividade por falta de informação clara ou suficiente?

**Resposta da Entrevistada:**

"Acho que já. Eu, teve uma época que eu queria muito aprender a tocar violão, só que eu achava assim muito complexo, muito difícil. E aí eu acho que eu não consegui buscar informações concretas, assim, tipo, sobre onde eu iria conseguir aprender, ou aprender propriamente na internet. Eu não consegui, e aí eu acho que eu deixei esse hobby de lado por conta disso."

**Pergunta 8:** Você já pensou em começar algum hobby mas desistiu por não encontrar companhia?

**Resposta da Entrevistada:**

"Sim, já. Tem duas coisas que eu queria muito ter feito, só que acabou que eu não fiz por eu não ter companhia, que é Pilates e Yoga. Na época, eu cheguei até a chamar um amigo... só que meu amigo não quis. E o outro exemplo seria o yoga, que eu tinha muita curiosidade para fazer. Eu até cheguei a encontrar um lugar que faz essas aulas, né? Só que acabou que eu não encontrei nenhuma companhia para ir comigo. E aí, com isso, eu acabei desistindo."

---

#### **4. Bloco 3: Critérios de Escolha e Aspectos Sociais**

**Pergunta 9:** Quando você está avaliando uma nova atividade de lazer, quais informações são essenciais para você decidir se vai participar?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu acho que, para manter um hobby na minha rotina, eu iria avaliar o preço, principalmente, porque se for um hobby que eu preciso investir muito ou fazer um investimento contínuo de um valor que não seja tão acessível, eu acho que eu iria desistir dele. E além disso, eu acho que também hobbies que eu precisaria me movimentar para muito longe, ou seja, ir para longe da minha casa para poder manter esse hábito, eu acabaria desistindo dele por conta disso."

**Pergunta 10:** Você costuma preferir atividades em grupo ou individuais?

**Resposta da Entrevistada:**

"Então, apesar dos meus hobbies parecerem muito individuais que eu citei, eu acho que as atividades de lazer em grupo são mais divertidas e acabam motivando mais a manter na rotina. Então, acho que eu prefiro essa atividade em grupo, dependendo do grupo também. Precisa ser pessoas também engajadas e que acabem me motivando de volta a manter esse hobby. Porque, caso contrário, também não vai adiantar muito. Mas acho que, realmente, eu prefiro grupos mesmo."

**Pergunta 11:** Qual a importância da opinião ou experiência de outras pessoas na sua decisão de participar de uma atividade?

**Resposta da Entrevistada:**

"Ah, eu acho muito importante. Eu acho que eu levo muito a sério as indicações que eu recebo. Então, eu me sinto muito mais motivada a começar algo quando eu já recebo o

feedback de alguém me indicando, falando que aquilo é muito legal ou é muito prazeroso, muito divertido. Eu me sinto mais motivada a começar aquilo. Então, para mim é muito importante."

---

## **5. Bloco 4: Reflexão Final**

**Pergunta 12:** Pensando em tudo que conversamos, o que mais facilitaria sua vida para encontrar e participar de atividades que realmente te interessam e se encaixem na sua rotina?

**Resposta da Entrevistada:**

"Eu acho que, talvez, ter companhias, né? Ter pessoas que também estivessem interessadas, e aí isso acabava motivando, me motivando, e eu motivando a pessoa a também permanecer e começar esse hobby. E além disso, eu acho que ter mais informações sobre aquilo. Então, ter mais divulgação na internet, eu conseguir um acesso mais fácil a como eu posso começar esse hobby e aprimorá-lo."

---

## **6. Encerramento e Agradecimento**

**Entrevistador:** "Perfeito. É isso mesmo. Muito obrigado por dedicar seu tempo e compartilhar suas experiências. Só lembrando, suas contribuições são sempre discretas, anônimas, e muito importantes para nossa pesquisa. Muito obrigado, viu?"

**Entrevistada:** "De nada."