



RELATÓRIO CIRCUNSTANCIADO DE ATIVIDADES

NOME DO PROJETO: Terceira Juventude

TERMO DE COLABORAÇÃO: 10/25 MÊS: 05/ 2025

FONTE DO RECURSO: Municipal

A. DA INSTITUIÇÃO

NOME	Centro de Convivencia do Idoso
CNPJ	60.250.263/0001-80
ENDEREÇO	Rua Amapá, 333 Jardim Boa Vista – Serrana SP
RESPONSÁVEL PELO RELATÓRIO	Aparecida Marcuci de Souza de Araujo

B. DO PLANO DE TRABALHO

OBJETO: Através do Convenio Municipal, o Centro de Convivência da Pessoa Idosa de Serrana, por meio do Projeto TERCEIRA JUVENTUDE, atenderá 250 pessoas idosas de ambos os sexos, durante 5 dias na semana, de portas abertas, com atividades coletivas em grupos, atividades recreativas, bailes/danças atendimentos individualizados, encaminhamentos para rede de serviços do município, visitas domiciliares, busca ativa e obrigatoriamente referenciado ao CRAS do Município, respeitando o território vulnerável e de risco, a fim de garantir o efetivo referenciamento das famílias e seu acesso à proteção social básica, conforme orientação da resolução 109/2009 do CNAS e com equipe técnica de acordo com a NOB/SUAS/RH e Caderno de Orientações do SCFV do MDS/SNAS.

C. DESCRIÇÃO DAS ATIVIDADES DESENVOLVIDAS NO PERÍODO

C.1 - QUALITATIVA

ATIVIDADE FISICA: PROF JULIA - no mes de Maio foram ministradas 42,5 horas, atendendo Musculação, Hidroginastica e Alongamento, estas atividades tem por objetivo trabalhar o fortalecimento muscular, flexibilidade, coordenação e equilíbrio.

As aulas tem horarios programados e todas as atividades são de baixo impacto, sendo assim as aulas são adaptadas para que todos idosos possam realizar.

Quanto Academia/Musc: são atividades assistidas por um profissional de Educação Física, para que não haja intercorrência ou lesões, são trabalhados fortalecimento Muscular, força, e movimentos de coordenação.

Alongamento: demanda modificações devido as limitações para evitar lesões ou intercorrência, já que é trabalhado com pesos e aparelhos que precisam de uma noção corporal.

Hidroginastica: atividade que o maior numero de idoso procuram, são exercicio de baixo impacto, protege as articulações facilitando os movimento dentro d'água, trabalha os membros inferiores, superiores e abdômem, trabalha ainda coordenação motora, cognitivo, flexibilidade e equilíbrio.

Para estas aulas são disponibilizado:: materiais de auxilio as aulas: Bastonetes, cabo de vassoura, Espaguete, bolas, coxinetes, aparelho de musculação, pranchas, Halteres e bicicletas.

PROF. WENDEL: No mes de Maio foram realizadas 34:50 horas, atendendo Musculação, Hidroginastica, alongamento e funcional. Estes exercicio tem objetivos especificos proporcionar: Fortalecimento Muscular e Respiratorio e Cardiaco. Alongamentos, flexibilidade coordenação motora e melhora do equilibrio, visando a independencia fisica do Idoso. Uma vez o idosos estando apto para as atividades do dia a dia melhora sua saude mental, sua interação social e aumenta a prevenção de doenças degenerativas.

AULAS DE ARTES MANUAIS – Helena Adevanir; 20 hrs. Estas aulas tem por objetivo melhorar a concentração, habilidade com as mãos, ocupar o tempo ocioso dos idosos, que pode provocar doenças tais como ortopedicas, e principalmente depressão. Todas aulas sendo acompanhado por um técnico e, os trabalhos apresentados no final são de muito boa qualidade,

AULA DE DANÇA – SUZANA (voluntaria)– 1,00 hora

Uma atividade prazerosa, onde de forma ludica faz exercicios melhorando a condição fisica

AULA DA DANÇA – Beatriz – 4,0 horas

Dança é uma atividade aeróbica, de varios movimentos combinados, trabalha diversos músculos, auxilia na perda de peso, melhora do estado mental, desliga das preocupações, com leveza. As aulas de danças são alegres, com música que todos conhecem. É um ótimo exercicio para a terceira idade.

ATIV. FISICA - Beatriz – 4,0 horas

Alongamento dos muscular: é uma atividade fisica de baixo impacto, ajuda na coordenação motora melhora o equilibrio e evita a diminuição de quedas.

Grupo com a Psicologa: Nubia 5,00 hrs

O temas abordados: 1º tema- Maternidade: A discutido foi as dificuldades de maternação. e a felicidade e as preocupações acentuadas que os filhos instalam nas mães e a saudade do colo da propria mãe. sentir as proprias emoções. - **2º tema Falecimentos :** Envolveram historias das perdas de filhos, maridos, pais parentes próximo trabalharam o luto. e também foi abordado a saída dos filhos de casa seja para casamento ou para morarem sozinhos ou para estudar, o vazio que deixam, trazendo angustias e até depressão com a ausência. A chamada do NINHO VAZIO : **3º Encontro: Festinha de despedida da Psicologa que esta saindo.**

Os Idosos estão retornando as atividades.

NOTA: Foram feitos dois cadastros novos.

META: Atender até 250 idosos

C.2 - QUANTITATIVA

Descrição de atividades: Houve aulas de Hidroginastica , Academia, Alongamento e circuito Funcional, dança e Arte Manuais.

Quantidades de atendidos: 214

Relação dos atendidos: No final do relatório

D - RESULTADOS E IMPACTOS

Principais resultados obtivos: Foi bastante positivo atendeu as expectativas dos usuarios que ansiavam pela volta das atividades fisicas e dança. Ainda podemos ressaltar que, aumentou em muito o numero de participante e os horarios estão sendo adaptado comos interesses dos idosos.

Indicadores de avaliação: o numero de idosos aumentaram, superando as listas pré programadas para o atendimento.
Lista de ´presença.

E - DESAFIOS ENFRENTADOS

Descrição dos desafios: com nossas verbas reduzidas não estamos servindo um lanche, somente café e chá.

Medidas adotadas para superar dos desafios: Estamos aguardando vebas conforme há elaborados projeto, para São Paulo sem papel e verba de vereadores..

Parcerias e Colaborações: Secretaria de Esporte encaminhou um profissional de Ed. Fisica, .e o Termo de Parceria com o municipio.A Assistente Social Sinara Mantovani, da APAE, tem feito assessoria quando nenecessario.

F - RECURSOS HUMANOS ENVOLVIDOS

Colaboradores	Quantidade	Em qual atividades
Aparecida Marcuci de S. de Araujo	01	Assistente Social
Berenice Ap. Alves da Rocha	01	Coordenadora
Nubia Trindade	01	Psicologa
Wendel Alves dos Santos	01	Educador Fisico
Julia Romancini	01	Educador Fisico
Beatriz Cristina de Bonfin Silva	01	Prof. Dança (cedido do Ginasio do Esporte)
Natalia Pedroso Marquete	01	Serviços Gerais

G - CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mehorou muito os atendimentos com os idosos, e eles estão mais tranquilos, uma vez que estão todos, devidamente encaixados em grupos de atividades que solicitaram.

Iniciou também com sucesso o grupo de psicologia, e com o auxílio da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social, que nos auxilia com transportes dos idosos com dificuldades de locomoção.

Estamos sendo apoiados também pela Secretaria do Esporte que forneceram um técnico de Educação física, (Prof. Beatriz) e com isso podemos alcançar mais os idosos, atendendo nas atividade de Alongamento e dança, que era muito solicitada pelas idosas, é uma atividade de lazer contribui para sua qualidade de vida, saúde e melhora a socialização,

O nosso maior problema é a quantidade de reclamação trabalhista que apareceram na entidade, estamos trabalhando muito para levantar todos estes valores necessários, e até deixando de atender outras necessidades.

Não estamos tendo problemas com as atividades físicas, pois foi programado os horários. E estamos atendendo toda procura.

No final de Maio deste mês, a psicologa pediu demissão, mas já foi contratada outra para a função, que iniciaria as atividades em 11/06/2025.

Serrana, 10 de junho de 2025.

Cacilda das Graças Speri
Presidente

Aparecida Marcuci de Souza de Araujo
Ass. Social CRESS 17.590D

Berenice Ap. Alves da Rocha
Coordenadora CRESS 48.149

