



RELATÓRIO CIRCUNSTANCIADO DE ATIVIDADES

NOME DO PROJETO: Terceira Juventude

TERMO DE COLABORAÇÃO: 10/25 MÊS: 04/ 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 abril 38 hrs.foram realizadas 28 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 para que não haja intercorrência ou lesões

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 abdômen.

PROF. WENDEL: No mes de abril foram realizadas 34:30 horas, atendendo Musculação, Hidroginastica, alongamento e funcional adaptado, estes exercicio tem objetivos especificos para:Fortalecimento Muscular e Respiratorio e Cardiaco. Alongamentos, flexibilidade coordenação motora e melhora do equilibrio, visando a independencia fisica do Idoso.

AULAS DE ARTES MANUAIS – Helena Adevanir; 20 hrs.Estas aulas tem por objetivo melhorar a concentração, ocupar o tempo ocioso das idosas, que pode provocar doenças em idosos e principalmente depressão.

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 – 3,0 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 conhecem.. É um ótimo exercicio para a terceira idade.

ATIV. FISICA - Beatriz – 2,0 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- Melhorar a vida que continua:Com a apresentação de uma musica “Começar de Novo” A discutido sobre a importancia de reconhecer e sentir as proprias emoções. - 2º

Ser cuidador, como foi a minha experiencia? Roda de conversa, Impotencia e Angustia frente a doença a partida da pessoa que está sendo cuidada, como equilibrar tarefas domesticas . Pergunta: quem cuida do cuidador? :**Tema Livre:** Dificuldades de como definir o tema. Declararam que

aprendem muito conversando nos grupos, se sentem mais responsáveis, no controle de seus emoções após assuntos discutidos nas reuniões, emoções que aconteceram nestas experiencias **4º Tema -**

Perspectivas, sonhos e vontade: Apresentação de um video - Revivendo o passado, e o presente, comparando as oportunidades do tempo de jovens e de crianças onde não tinham tempo para sonhar. Já na vida adulta estão cercados de responsabilidades e medos, houve uma reflexão juntos sobre maneiras de superação. **5º tema:Casamento** -Roda de Conversas

Os temas abordados contou com a participação de todos, com muito entusiasmo.

Avaliações das diferenças de relatos de mulheres e do homem do grupo, no que diz respeito a motivação do casamento. Na adolescencia eles eram privados de suas curiosidades e prazeres, ansiavam por liberdade e autonomia.

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.

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

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 verbas conforme há elaborados projeto, para São Paulo sem papel e verba de vereadores..

Parcerias e Colaborações: Não houve. somente Termo de Parceria com o municipio, e equipe de colaboradores indicados pela Secretaria.

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

Mes de término de Ajustes 03 meses junto a Secretaria: Trouxe de volta o educador fisico, que estava afastado para auxiliar nas atividades de Fisicas, tão solicitadas pelos idosos. Melhorou muito os atendimentos e 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 auxilio da Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social, que nos auxiliou com transportes dos idosos com problemas de locomoção.

Estamos sendo apoiados também pela Secretaria do Esporte que forneceram um técnico de Educação fisica, (Prof. Beatriz) e com isso podemos alcançar mais os idosos, atendendo atividade de 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 todo estes valores necessários, e até deixando de atender outras necessidades.

As aulas de atividades fisicas retornarão em março de 2024, com os horários devidamente reformulados atendendo a carga maximo de alunos por atividades.

Serrana, 10 de maio de 2025.

Cacilda das Graças Speri
Presidente

Aparedcia Marcuci de Souza de Araujo
As. Social CRESS 17.590D

Berenice Ap. Alves da Rocha
Coordenadora

Nubia Trindade
Psicologa CRP 06/203464

