



RELATÓRIO CIRCUNSTANCIADO DE ATIVIDADES

NOME DO PROJETO: Terceira Juventude

TERMO DE COLABORAÇÃO: 10/25 MÊS: 06/ 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 32 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 trata-se de um atividade mais leve, para evitar lesões ou intercorrência. São realizadas aulas em pé, ou sentado.

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, cozonetes, aparelho de musculação, pranchas, Halteres e bicicletas.

PROF. WENDEL: No mes de junho foram realizadas 30,0 horas, atendendo Musculação, Hidroginastica, alongamento e funcional adaptado, estes exercicio tem objetivos especificos proporcionar: Fortalecimento Muscular, Respiratorio e Cardíaco. Alongamentos, flexibilidade coordenação motora e melhora do equilíbrio, visando a independencia fisica do Idoso. Uma vez o idosos estando apto para as atividades do dia a dia melhora sua saúde mental, sua interação social e previne doenças degenerativas precoce.

Funcional adaptado em pé, sentado, deitado: Analisa a coordenação motora, equilíbrio e flexibilidade, os exercicio vai sendo adaptado de acordo com a dificuldade do idoso

AULAS DE ARTES MANUAIS – Helena Adevanir; 20 hrs. no mes atendendo 21 idosas cadastradas, Estas aulas tem por objetivo estimular a concentração, melhorar as habilidade com as mãos, ocupar do tempo ocioso das idosas, que pode provocar doenças, e principalmente depressão. Todas aulas sendo acompanhado por um técnico e, os trabalhos será apresentado no final do ano, em uma grande exposição.

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 – 5,0 horas

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

Grupo com a Psicologa: Vitoria: 3,00 hrs

O temas abordados: 1º tema- FE: A fé foi falado sobre a importância da crença em algo ou alguém, uma confiança e sentimento de esperança que pode ser encontrado em diversas áreas da vida. –

2º Roda de Conversa : foi discutido **NOVOS CICLOS**, como por exemplo o encerramento das atividades da Psicologa anterior e a chegada de uma nova profissional. Além disso, foi atribuído também sobre encerramentos de ciclos ao longo de suas vidas, dando o significado de resiliência.

3º TEMA. A dinâmica foi **“quadro de lembrança”** que consistia em expressar uma lembrança marcante, seja em forma de desenho, frase, frase ou em musica. O objetivo era estimular a memória dos idosos e gerar uma reflexão sobre a importância de suas histórias para formação de quem são hoje.

Na quarta semana não houve grupo devido a realização da 4ª conferência - Pré conferência do CMPI (Conselho Municipal da Pessoa Idosa de Serrana e também realizou-se a Conferência Municipal da Pessoa Idosa. Nos dois eventos houve grande presença de idosos na discussão dos temas. Ainda realizou-se no CCI a 16ª Conferência Municipal de Desenvolvimento Social, com a presença de idosos na discussão dos temas. Os Idosos estão retornando as atividades.
NOTA: Foram feitos 03 cadastros novos.

META: Atender até 250 idosos

C.2 - QUANTITATIVA

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

Quantidades de atendidos: 252

Relação dos atendidos e Presenças e atividades que participam|: No final do relatório

D - RESULTADOS E IMPACTOS

Principais resultados obtivos: Foi bastante positivo atenderam as expectativas dos usuários que ansiavam pela volta das atividades físicas e dança. Ainda podemos ressaltar que, aumentou em muito o número de participantes e os horários estão sendo adaptado como o interesses dos idosos.

Indicadores de avaliação: o numero de idosos aumentaram, superando as listas pré programadas para o atendimento.
Lista de presença. Visita de fiscalização da Secretaria., e dos Conselhos.

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 vereas está suprindo as outras pendencias da Entidade.

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

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
Vitoria Carvalho Rodrigues	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 de dança, que era muito solicitada pelas idosas, é uma atividade de lazer contribui para sua qualidade de vida, saúde e melhora a socialização,

Ainda 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 que muito nos fazem falta. Ex: Servir um lanche.

Quanto as atividades físicas, não estamos tendo problemas, pois foram programados os horários para todas as atividades: Hidroginástica, Alongamento, Circuito Funcional e Academia. E estamos atendendo toda procura.

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

Serrana, 10 de julho de 2025.

Cacilda das Graças Speri
Presidente

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

Berenice Ap. Alves da Rocha
Coordenadora CRESS 48.149

Vitoria Carvalho Rodrigues
CRP: 06.205.322

