

## RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES DESENVOLVIDAS – MARÇO 2024

Tendo em vista o determinado através do plano de trabalho e do Termo de Colaboração / Fomento Nº 007/2023 celebrado entre o Município de Carapicuíba e a **Associação São Joaquim de Apoio à Maturidade**, consideramos abaixo as metas inicialmente propostas e as atividades desenvolvidas para seu respectivo cumprimento:

### **ATIVIDADES DESENVOLVIDAS**

Em março o Plano de Trabalho foi executado conforme planejado, com atendimento em grupos, por período, com atividades físicas, artísticas, de cidadania e cognitivas, conforme cronograma semanal abaixo. Os percursos de convivência aconteceram por período na Associação São Joaquim, e foram repletos de oportunidades de desenvolvimento pessoal e cuidados com o corpo, a mente e as emoções. Um exemplo de atividade realizada nos grupos: cada pessoa escolheu uma foto de momentos na Associação São Joaquim e ela serviu de ponto de partida para relatar exercitando a percepção, a fala, a memória. No período também aconteceram momentos de convivência autônoma.

Todos os grupos atendidos, as pessoas da lista de espera que fazem parte do grupo de WhatsApp e familiares foram convidados/as para participar da programação mensal do SEXTOU! No dia 1 aconteceu a Palestra: Dia Internacional da Mulher com Silvana Bezerra, o dia foi repleto de dança e vida, com depoimentos de histórias de vida e comemoração dos aniversariantes do mês. No dia 8 foi realizado o Sarau especial Dia Internacional da Mulher. No dia 15 a palestra foi de Cidadania com o tema "O papel dos Conselhos de direitos e a participação de cada um de nós, seguida da distribuição de alimentos orgânicos. No dia 22 aconteceu a Palestra de Páscoa com Maria Lúcia e Renata Amaral.

O dia 21 aconteceu um encontro entre gerações. A Escola Tangará trouxe alunos/as para passar um período na Associação São Joaquim. Desta vez todo mundo fez modelagem e contou uma história relacionada.

No dia 24 o Coral São Joaquim participou da I Parada da Longevidade, onde realizou uma apresentação na Avenida Paulista.

No dia 28 foi realizada a Comemoração de Páscoa, com vivência fazendo e repartindo o pão em comunidade.

Foi realizada distribuição de cestas básicas para as pessoas idosas mais necessitadas.

### **Cronograma semanal**

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	SEXTOU
Percurso Convivência MANHÃ - atividades	Ginástica Grupo 1 - 7h e Grupo 2 - 8h	Ginástica - Grupo 3 - 7h; e Grupo 4 - 8h + Volei (GAO) 9h externo	Ginástica - Grupo 1 - 7h ; Grupo 2 - 8h	Ginástica (Paula) - Grupo 3 - 7h; Grupo 4 - 8h + Volei (GAO) 9h	SEXTOU! Programação diversificada incluindo cultura, bem-estar e cidadania e aberta para família, comunidade do entorno e lista de Espera. Serão realizadas também na sexta eventos e celebrações da agenda anual
	Manualidades GAO - 8h às 9h	Terapia Artística - 10h às 11h	Coral - 9h às 10h	Manualidades - 8h às 9h	
	Convivência Criativa - 9h às 11h30	SOS Digital - 9h às 11h	Oficina de Olhos - 9h às 10h	Oficina da palavra - 9h às 11h30	
	Arte livre - 10h às 12h	Modelagem - 9h às 11h	Contos e memórias - 10h às 11h30	Funcionalidade - 9h30 às 10h30	
	Mente Ativa - 9h às 10h	Horta	Violão I - 10h às 11h	Oficina de redes sociais e watts - 9h às 11h	Horta
	Psi individual - 9h às 11h	Roda de Conversa - 9h às 11h	Violão II - 11h às 12h		
	Psi individual - 10h às 12h	Hidroginástica- Grupo 1 - 11h; Grupo 2 - 10h; Grupo 3 - 9h	Oficina de Arte - 10h às 11h30		
<b>LANCHE - 9h45 (manhã)/15h (seg tarde) e 15h30 (terça a sexta)</b>					
Percurso Convivência TARDE - atividades	Nutrição (quinzenal) - 13h às 14h	Arteterapia - 13h30 às 15h30	Teatro - 13h30 às 15h30	Alongamento - 13h30 às 14h30	Cursos e Oficinas abertas
	Diálogos do Cotidiano - 14h às 16h	Grupo de Cidadania e Plantão - 14h30 às 15h30 ; GAO jogos - 13h30 às 15h		Automassagem - 14h30 às 15h30	
	Manualidades/Tricô e Crochê - 14h às 16h	Manualidades/Macramê e Patch - 13h30 às 15h30	Violão iniciante - 13h30 às 14h30	Roda de Conversa - 14h30 às 16h00	
	Escuta Ativa - atendimento individual - 13h30 às 15h30	Escuta Ativa - atendimento individual - 13h30 às 15h30	Apoio ao teatro eventual - 14h30 às 15h30	Grupo de Homens - 14h30 às 16h00	
	Dança de Salão - 16 às 17h	Ginástica Adaptada - 14h30 às 15h30; Yoga - 15h45 às 16h45	Chá da tarde com colaboradores - 16h (trimestral)	Projeto Intergeracional Escola Tangará mensal - 14h30 às 16h	

## CONCLUSÃO DO ATENDIMENTO AO OBJETO

O conjunto de ações aos grupos atendidos resultaram na redução das ocorrências de situações de vulnerabilidade social por meio das diversas formas relatadas de estímulo para uma vida longa, digna e plena. A palestra de Cidadania e os plantões de acesso a direitos resultaram na ampliação do acesso a serviços socioassistenciais e setoriais e da participação social.

A convivência social promovida gerou motivação, bem-estar e saúde. Com a convivência intergeracional, o trabalho social realizado promoveu alegria, valorização das histórias de vida e muitos aprendizados.

A apresentação musical do Coral contribuiu com a melhora da autoestima, para o Direito de Ser e para a valorização das pessoas idosas nas famílias e na sociedade. As metas do período foram cumpridas.

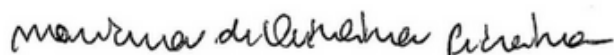
## FOTOS





Carapicuíba, 8 de abril de 2024

**Presidente da Entidade**  
Mariana Pedreira



**Diretora e Vice-presidente**  
Lucia Helena Ralo e Kalaf



**Técnico Responsável**

Cristina Almeida  
Assistente Social CRESS: 65090 9ª. região  
SP

