

## RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES DESENVOLVIDAS – DEZEMBRO

Tendo em vista o determinado através do plano de trabalho e do Termo de Colaboração / Fomento Nº 009/2023 celebrado entre o Município de Carapicuíba e a **Associação São Joaquim de Apoio à Maturidade**, consideramos abaixo as atividades desenvolvidas para cumprimento das metas inicialmente propostas:

### ATIVIDADES DESENVOLVIDAS

O Plano de Trabalho foi executado conforme previsto, os Percursos de Convivência para os grupos na Associação São Joaquim reuniram um conjunto de atividades físicas, artísticas, cognitivas e de promoção da cidadania, conforme cronograma semanal abaixo.

MANHÃ	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	SEXTOU -Família/Amigos/Lista de Espera/ Percurso
Percurso de Convivência	Ginástica - Grupo 1 - 7h; Grupo 2 - 8h; Hidroginástica 4 - 9h	Ginástica- Grupo 3 - 7h; Grupo 4 - 8h s/Volei (GAO) 9h	Ginástica (- Grupo 1 - 7h ; Grupo 2 - 8h; Hidroginástica 4 - 9h	Ginástica - Grupo 3 - 7h; Grupo 4 - 8h / Volei (GAO) 9h	Roda de Conversa Percurso - 8h às 9h
	Mente Ativa - 9h às 10h	Cantoria (GAO) - 8h às 9h	Música/Coral - 9h às 10h	Manualidades (GAO) - 8h às 9h	Convivência/eventos/celebrações
	Contos e memória - 10h às 11h30	Convivência Criativa I - 9h às 11h30	Oficina de Olhos - 9h às 10h	Convivência criativa II - 9h às 11h30	
	Terapia Artística - 09h turma I e 10h30 turma II	Terapia Artística - 09h45 às 11h	Cidadania - 10h30 às 11h30		Yogaterapia Percurso - 10h30 às 11h15
	Arte livre - 10h às 12h				
	Psi Daniela individual - 9h às 11h	Horta	Oficina de Arte - 10h às 12h	Oficina de manualidades cartões - 9h30 às 11h30	
	Psi Leticia individual - 10h às 12h	Hidroginástica - Grupo 1 - 11h; Grupo 2 - 10h; Grupo 3 - 9h	Música/Violão I - 10h às 11h e Música/Violão II - 11h às 12h	Hidroginástica - Grupo 1 - 11h; Grupo 2 - 10h; Grupo 3 - 9h	
LANCHE MANHÃ - 9h45 (seg, qua e qui); 9h30 (terça) e 10h (sextou) ; LANCHE TARDE - 15h (segunda e terça) e 15h30 (quarta e quinta)					
TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Percurso de Convivência	Alimento Vivo (Helena) - 13h às 14h varanda	Roda de Conversa - 14h às 15h	Teatro - 13h30 às 15h30	Alongamento - 13h30 às 14h30	Oficina de costura - 14h às 16h
	Diálogos do Cotidiano (Ferrigno) - 14h às 16h sala do abraço	GAO jogos - 13h30 às 15h; SOS Digital - 15h15 às 16h15	Música/Violão iniciante - 13h30 às 14h30; Música em Apoio ao teatro eventual - 14h30 às 15h30	Automassagem (quinzenal) - 14h30 às 15h30	
	Tricô (Almira) salão e Manualidades (Angélica) sala das artes - 14h às 16h	Manualidades/Macramê e PatchAplique - 13h30 às 15h	Oficina de Espanhol - 14h30 às 15h30	Roda de Conversa - 14h30 às 16h + Tangará (mensal)	Yogaterapia - 16h às 16h45
	Escuta Ativa - atendimento individual (agenda/o Cris) - 13h30 às 15h30	Escuta Ativa - atendimento individual - 13h30 às 16h30	Escuta Ativa - atendimento individual - 13h30 às 16h30	Escuta Ativa - atendimento individual - 13h30 às 16h30	
	Dança de Salão (Soraia) - 16 às 17h salão	Ginástica Adaptada 14h às 15h; Yoga - 15h15 às 16h15		Grupo de Homens - 14h30 às 16h	

No período, o Centro de Convivência realizou as atividades descritas acima e entre elas destacamos as Manualidades, como Tricô, Crochê, Macramê, Patch Aplique, Costura, entre outras, que são organizadas em sua maioria por usuárias, e que ganharam força no período, tanto no número de participantes como na qualidade da convivência e das peças produzidas. A importância destas oficinas também se dá pela relativa autonomia para a convivência por parte das usuárias. Já no campo das manualidades oferecidas por voluntárias, destacamos a oficina de bordado “Nosso tempo é agora”, com Cláudia Ferreira, que uniu a prática de bordar com as experiências e histórias de vida. No período recebemos a Escola Tangará, com a feitura de decoração em papel, fortalecendo a convivência intergeracional. Destacamos também O Grupo de Homens, que nasceu há mais de 10 anos, criado pelo querido Sérgio Frug, voluntário que nos deixou no ano passado, mas cujo legado de cuidado, convivência e presença segue vivo nos encontros. O grupo surgiu para aproximar mais os homens do Centro de Convivência, já que, historicamente, o número de mulheres é maior do que o de homens. Hoje, essa iniciativa continua fazendo história e sendo a porta de entrada para mais homens no Centro de Convivência. Outro destaque é a oficina “Envelhecimento ativo”, com Romina e João, que trabalhou a valorização e

autoestima das pessoas participantes por meio da troca em rodas de conversa e do reconhecimento das essências compartilhadas. A participante Gorete relatou sobre a sua vivência na oficina: “Uma das frases mais fortes que eu já ouvi: EU TE VEJO”. As(os) participantes ganharam fotos customizadas que trazem este olhar para o outro como forma de reconhecimento:



No "SEXTOU!", que é uma programação aberta também para as pessoas da lista de espera, comunidade e famílias, foram realizadas:

- Dia 5 - SEXTOU! Advento com Mônica e Celebração Dia do voluntariado e aniversariantes do mês
- Dia 12 - Niver ASJ 14h30 às 16h
- Dia 19 - Auto de Natal, seguido de café da manhã colaborativo

## CONCLUSÃO DO ATENDIMENTO AO OBJETO

Tendo em vista o detalhamento acima das atividades realizadas, as metas do período foram cumpridas devidamente.

## FOTOS









Carapicuíba, 05 de janeiro de 2026

<p><b>Presidente da Entidade</b> Daniela Terracini</p>	<p><b>Diretora e Vice-presidente</b> Mônica Srur Rosales</p>
<p><b>Técnico Responsável</b> Cristina Almeida Assistente Social CRESS: 65090 9ª.região SP</p>	