



RELATÓRIO DE ATIVIDADES

ASSOCIAÇÃO

CENTRO DO IDOSO VIDA MAIS

2021



RELATÓRIO DE ATIVIDADES 2021

Caracterização do Serviço: Proteção Social de atenção Básica para Idosos (Centro de Convivência para Idosos)

Nome: Associação Centro do Idoso Vida Mais

CNPJ: 20.168.056/0001-67

Endereço: Rua Farmacêutico Antônio Serra, nº 345 – Vila Penha do Rio do Peixe – Itapira / SP CEP 13971-060

Telefone: 3843-7848 **E-mail:** vidamais@vidamaisitapira.org.br **Site:** www.vidamaisitapira.org.br

A) Finalidades Estatutárias

A **Associação Centro do Idoso Vida Mais** é fruto da iniciativa privada, sem fins lucrativos, de caráter sócio cultural, com sede à Rua Farmacêutico Antônio Serra, 345, bairro Penha do Rio do Peixe. Trata-se da iniciativa de duas famílias – Schnitzer e Martins Colosso, preocupadas com a forma de como as pessoas estão chegando à fase idosa no Brasil.

A doação da área pública foi autorizada em 03 de outubro de 2014 pelo Prefeito José Natalino Paganini, pela Câmara Municipal de Itapira, que aprovou o Projeto Lei Complementar, enviado pelo Executivo Municipal. A área tem aproximadamente 1,8 mil metros quadrados e tem toda a infraestrutura necessária, conforto, segurança e proporcionando uma melhor qualidade de vida para os atendidos.

O Centro do Idoso Vida Mais foca suas ações em ser um centro de convivência, onde o idoso atendido desenvolva sua capacidade motora e intelectual nas diversas oficinas, proporcionando uma melhoria significativa na sua qualidade de vida.

Segundo estudos, a expectativa média de vida vem aumentando, o que se dá muito devido a ações, públicas ou privadas que estimulam e favoreçam ao idoso buscar uma melhora da qualidade de vida. Para isso, é necessário que haja um equilíbrio e bem-estar entre o homem como ser humano, a sociedade em que vive e as culturas existentes. Devemos sempre estar cientes de que uma velhice tranquila é a somatória de tudo que beneficie o organismo, como por exemplo, exercícios físicos, alimentação saudável, espaço para o lazer e um bom relacionamento familiar.

Para suprir essas necessidades e sem tirar o associado de seu convívio com a família, a **Associação Centro do Idoso Vida Mais** oferecerá determinadas atividades, que estimularão sua independência e sua autonomia, aumentando, assim, esses benefícios, bem como minimizando a vulnerabilidade das demandas atendidas.

O Serviço no geral é descrito pela Tipificação de Serviços Socioassistenciais como:

Serviço realizado em grupos, organizado a partir de percursos, de modo a garantir aquisições progressivas aos seus usuários, de acordo com o seu ciclo de vida, a fim de complementar o trabalho social com famílias e prevenir a ocorrência de situações de risco social. Forma de intervenção social planejada que cria situações desafiadoras, estimula e orienta os usuários na construção e reconstrução de suas histórias e vivências individuais e coletivas, na família e no território. Organiza-se de modo a ampliar trocas culturais e de vivências, desenvolver o sentimento de pertença e de identidade, fortalecer vínculos familiares e incentivar a socialização e a convivência comunitária. Possui caráter preventivo e proativo, pautado na defesa e afirmação dos direitos e no desenvolvimento de capacidades e potencialidades, com vistas ao alcance de alternativas emancipatórias para o enfrentamento da vulnerabilidade social (BRASIL, 109/2009).

Desenvolvemos atividades que contribuem para o processo de envelhecimento saudável visando a redução da ocorrência, agravamento ou reincidência de risco social ao atendido, com ações que favoreçam a autonomia, convívio social, comunitário e o fortalecimento dos vínculos familiares. O trabalho sempre ocorrerá favorecendo e respeitando as características e interesses do público atendido, bem como a demanda apresentada. As atividades são realizadas em grupos, garantindo o acesso aos atendidos com vistas ao seu desenvolvimento gradativo e/ou conforme sua expectativa de vida. Todas as ações são pensadas, organizadas e executadas com a finalidade de favorecer a convivência mútua entre o público atendido, potencializando e estimulando trocas sociais, culturais e comunitárias, com isso reforçando sua identificação com o território do qual pertence. Os benefícios do atendimento prestado pela instituição, vão além das ações ofertadas ao seu atendido, estendendo-se até a sua família, com atendimento e orientação psicossocial, favorecendo acesso aos serviços socioassistenciais, encaminhamentos e a prevenção quanto a ocorrência de novos fatos que exponham tanto os atendidos quanto sua família situações vulneráveis e/ou de risco social, estando estas atividades pautadas em caráter preventivo e proativo e no desenvolvimento de capacidades e potencialidades.

B) OBJETIVOS

Os objetivos gerais:

Através das ações ofertadas pelo Vida Mais temos como objetivo prevenir as situações de risco social, ampliar trocas sociais, culturais e de vivências coletivas favorecendo seu convívio no cotidiano, afim de fortalecer vínculos entre os atendidos, sua família e o território ao qual ele pertence, incentivando a socialização, o protagonismo e a convivência comunitária, bem como contribuir para o processo de envelhecimento ativo, saudável e autônomo, além de desenvolver potencialidades e capacidades para novos projetos de vida.

Objetivos Específicos:

- Contribuir para um processo de envelhecimento ativo, saudável e autônomo.
- Assegurar espaço de encontro para os idosos e encontros Intergeracionais, de modo a promover a sua convivência familiar e comunitária.
- Detectar necessidades e motivações, desenvolver potencialidades e capacidades para novos projetos de vida.
- Promover acessos a benefícios e serviços socioassistenciais empoderando o idoso frente ao sistema de Garantia de Direitos com vistas a estimular o protagonismo em seu território.
- Propiciar vivências que valorizem as experiências e que estimulem e potencializem a condição de escolher e decidir, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia e protagonismo social dos usuários.

Objetivos alcançados:

Quando o ser humano em sua plenitude se encontra em um estado “não-saudável”, originado nas relações pessoais, sociais, governamentais, familiares, econômicas e assim por diante, deviria nesta situação ter acesso a novas maneiras, mais saudáveis, que possibilitaram trilhar o caminho para se restabelecer.

Portanto, para buscar este caminho é necessário acreditar que o ser humano não pode ser compreendido por partes, ou seja, separadamente e sim como um ser bio-psico-socio-espiritual, um ser fundamentalmente social,

que se constrói na relação com o outro e com o meio, cuja qualidade desta interação e a propostas que os meios lhe proporcionam irá influenciar diretamente o seu desenvolvimento enquanto pessoa.

Vale ressaltar aqui que o nosso trabalho finaliza e recomeça a cada ano com a perspectiva de transformação da realidade pessoal, familiar, social e comunitária dos nossos usuários, sempre buscando através da capacitação profissional, cada um colaborador em sua área específica, no entanto com enfoque coletivo, atender cada vez mais e melhor o público que frequenta nossa instituição.

Trabalhamos para o desenvolvimento pleno de cada participante, além de oferecer um espaço onde estes possam trocar suas experiências e histórias de vida. Cada idoso traz consigo um desejo e uma necessidade diferente que deve ser observada, respeitada e compreendida durante as atividades desenvolvidas no grupo. Cabe a nós como profissionais nortearmos e potencializarmos essas ações para esse desejo de transformação se efetive.

Pensando desta forma, este ano o Centro Vida Mais trabalhou com diversos recursos o tema “envelhecimento saudável”, por isso concluímos que atingimos os objetivos propostos no plano de trabalho, e que no próximo ano possamos seguir nesta proposta e nos aprimorando sempre mais, a fim de melhor atender o público que a nós se apresenta, alcançando voos cada vez mais altos rumo aos objetivos que almejamos.

C) Origem de Recursos Financeiro

Para assegurar que o atendimento seja realizado de maneira adequada, seguindo os princípios éticos e morais, assim como as finalidades avençadas em seu Estatuto Social a Associação Centro do Idoso Vida Mais conta com recursos próprios decorrentes de doações, eventos e outras fontes de arrecadação.

Para a execução dos serviços prestados, a Associação Centro do Idoso Vida Mais também busca parcerias no âmbito do setor privado, além de contribuições mensais feitas por pessoas sensibilizadas com as necessidades dos idosos institucionalizados.

A Associação Centro do Idoso Vida Mais atua na captação de recursos através da realização de eventos e outras parcerias para a geração de recursos que viabilizem a manutenção dos serviços ofertados, trabalho com voluntariado, convênios com universidades e escolas de enfermagem que colaboram para que o trabalho desenvolvido possa ter continuidade com qualidade e respeito às necessidades dos idosos acolhidos.

Recurso financeiro utilizado

RECURSOS FINANCEIROS UTILIZADOS EM 2021							
FOLHA DE PAGAMENTO		MATERIAL DE CONSUMO		SERVIÇOS		ENCARGOS/BENEFICIOS	
TIPO DESPESA	VALOR ANUAL	TIPO DESPESA	VALOR ANUAL	TIPO DESPESA	VALOR ANUAL	TIPO DESPESA	VALOR ANUAL
Despesas com folha de pagamento e encargos	R\$ 499.431,00	Despesas Gerais do Prédio.	R\$ 318.686,29	-	-	Despesas financeiras, impostos, taxas e contribuições	R\$ 60.623,01
SUBTOTAL	R\$ 499.431,00	SUBTOTAL	R\$ 318.686,29	SUBTOTAL	R\$ 0,00	SUBTOTAL	R\$ 60.623,01
TOTAL GERAL			R\$ 878.740,30				

D) Infraestrutura física utilizada para a execução dos serviços, programas, projetos ou benefícios socioassistenciais:

O Centro do Idosos Vida Mais disponibiliza de uma infraestrutura incrível, seguindo todas as normas vigentes que preconizam o serviço ofertado. Salas amplas e com materiais de qualidade. Disponibilizando diversas opções de cursos e oficinas, como forma de desenvolver as potencialidades e capacidades da pessoa atendida, aumentando cada vez mais a qualidade de vida dos idosos do município de Itapira e desta forma estimulando sempre a independência e autonomia dos idosos atendidos.

Nº de ordem	Quantidade	Especificação
01	01	Ambulatório;
02	01	Área de lazer e descanso;
03	01	Atelier;
04	04	Banheiros;
05	01	Biblioteca;
06	01	Lavanderia;
07	01	Piscina;
08	01	Sala de computação;
09	01	Sala de TV;
10	01	Salão de beleza;
11	01	Salão de jogos;
12	01	Salão multiuso;
13	01	Salas de administração
14	01	Ambulatório;

E) Descrição de cada serviço, projeto, programa ou benefício socioassistencial executado, informando respectivamente:

GINÁSTICA E ALONGAMENTO

- Estimular o desenvolvimento de capacidades físicas como equilíbrio, força e resistência.
- Reduzir estresses fisiológicos e psicológicos.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática de atividades físicas.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

HIDROGINÁSTICA

- Melhorar o humor e a cognição.

- Exercitar o corpo.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática de atividades físicas.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

OFICINA DE DANÇA LIVRE E DANÇA DE SALÃO

- Exercitar o corpo e a mente.
- Ajudar a coordenação motora, equilíbrio, atenção e concentração.
- Diminuir o estresse e a ansiedade.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática de atividades físicas.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

OFICINA DE GERONTOMOTRICIDADE

- Recuperar e a conservar a forma funcional das condutas, aprimorando o conhecimento universal de si e a eficácia das ações, principalmente das atividades da vida diária.
- Desenvolver integral do idoso, propondo, de forma equilibrada e harmoniosa, a relação entre motricidade e psiquismo.
- Proporcionar o equilíbrio e a noção do espaço que o corpo ocupa, em sua totalidade, auxiliando na manutenção da saúde.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática de atividades físicas.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social
- **Metodologia:** A gerontomotricidade é desenvolvida através de exercícios atraentes, diversificados e com uma intensidade moderada, com o objetivo de promover um baixo impacto sobre as estruturas esqueléticas e musculares, sempre realizado de forma gradual, promovendo integração social e respeitando as individualidades.

OFICINA EXERCITANDO A MEMÓRIA

- Estimular a capacidade de armazenar e recuperar informações através do desenvolvimento da atenção e concentração.
- Levar o associado a dar um novo significado ao seu cotidiano.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- **Metodologia:** Encontros semanais com utilização de parábolas, jogos lúdicos e interativos.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

OFICINA DE INCLUSÃO DIGITAL

- Exercitar a mente e a memória.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social
- **Metodologia:** Atividade realizada na presença de professor ou voluntário disposto a ensinar aos alunos desde noções básicas de utilização de um computador até aulas online de compras de produtos ou serviços, a fazer novas amizades, reencontrar amigos, conversar com familiares que moram longe, enviar e receber e-mails, fotos, músicas etc.

BISCUIT

- Desenvolver a coordenação motora;
- Desenvolver a concentração e a criatividade;
- Aumentar a Autoestima;
- Prevenir depressão, transtornos de humor e doenças mentais;
- Ajudar a ter mais paciência no momento de desenvolver um projeto e querer alcançar um objetivo;
- Promover o relaxamento;
- Aguçar a percepção de detalhes;
- Tornar uma nova fonte de renda;
- Promover a conexão com outras pessoas.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

CROCHÊ E TRICOT

- Prevenir doenças degenerativas, como Alzheimer e Parkinson.
- Diminuir a ansiedade e depressão.
- Diminuir os hormônios do estresse e aumentar os níveis de serotonina e dopamina.
- Baixar a pressão sanguínea e gerar uma sensação de relaxamento.
- Estimular a agilidade das mãos.
- Aumentar a autoestima
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

PATCHWORK E COSTURA EM GERAL

- Reduzir no nível de estresse.
- Melhorar na concentração.
- Aumentar capacidade de abstração.
- Melhorar destreza psicomotora.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social.

PINTURA

- Desenvolver a coordenação motora.
- Estimular a corrente sanguínea.
- Auxiliar no equilíbrio das emoções do idoso.
- Propiciar a liberação da imaginação, criatividade e de pensamentos do subconsciente.
- Estimular a memória.
- Manter os neurônios ativos e a capacidade cerebral em pleno funcionamento.
- Aprimorar a capacidade de análise e observação minuciosa.
- Aumentar os níveis de autocrítica e autoestima.
- Diminuir sintomas de depressão, ansiedade e isolamento.
- Proporcionar bem-estar e aumento de relações interpessoais com novas pessoas, seja na troca de informações, dicas ou aprendizagem de novas técnicas.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social

PONTO CRUZ

- Reduzir o stress.
- Aumentar a qualidade de vida e proteger contra as doenças cardiovasculares
- Aprender novas habilidades.
- Desafiar o cérebro a estimular a sua plasticidade.
- Elevar a autoestima.
- Fazer sentir-se bem e orgulhoso de si mesmo e do trabalho de suas mãos
- Expressar a criatividade.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos

- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social.

IOGA

- Fortalecer os ossos.
- Prevenir quedas.
- Diminuir a ansiedade, o estresse e a pressão arterial.
- Melhorar a capacidade de concentração e a memória.
- **Público:** Idosos com a liberação do médico clínico para a prática das atividades leves.
- Idosos de ambos os sexos com idade igual ou superiores a 60 anos
- Aptos a desenvolver as propostas de atividades ofertadas pela instituição, referencialmente de baixa renda e/ou em situação vulnerável ou de risco social.
- **Metodologia:** É uma prática que combina a movimentação do corpo com a respiração, de forma meditativa, desencadeando sensações fluídas de energia pelo corpo. As posturas físicas são feitas interligadas por movimentos repetitivos que proporcionam força e alongamento dos músculos e coluna.

Demonstrativo de Atendimentos Realizados Em 2020 com os idosos, separados por área de atuação:

Psicologia

O acolhimento psicológico compreende em receber e compreender o paciente de forma singular. O objetivo é fazer com que as pessoas vençam as barreiras ou os empecilhos que as impedem de viver de forma mais plena, feliz e produtiva. Além disso, a psicoterapia pode trazer outros benefícios como desenvolvimento de novos hábitos, capacidade de autogerenciamento, desenvolver habilidades interpessoais, resiliência, entre outros."

As oficinas de memória: Outro serviço oferecido pela Psicologia, são as oficinas de memória, que tem como objetivo aprimorar, desenvolver e prevenir a perda da capacidade de memória, outras funções cognitivas e raciocínio. Aumentando a destreza, conhecimento, como também o favorecimento das relações interpessoais, através de desafios cognitivos diversificados, dinâmicas e exercícios."

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
2 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs	07hs acolhimento 10hs acolhimento	09hs acolhimento	07hs acolhimento 10hs acolhimento	09hs acolhimento	07hs acolhimento 10hs acolhimento
3 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs	08hs às 10hs Exerc. a Memória	07hs às 09 e as 10hs Exerc. a Memória	08hs às 10hs Exerc. a Memória	07hs às 09 e as 10hs Exerc. a Memória	08hs às 10hs Exerc. a Memória
4 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs					
5 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs		13hs às 14 e as 16hs Exerc. a Memória		13hs às 14 e as 16hs Exerc. a Memória	
6 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 17hs	13hs às 18hs Exerc. a Memória	15hs acolhimento 17hs acolhimento	13hs às 18hs Exerc. a Memória	15hs acolhimento 17hs acolhimento	13hs acolhimento 16hs acolhimento

Serviço Social

O atendimento do Serviço Social envolve todos os idosos de forma indireta, devido ao acompanhamento de frequência, levantamento de demanda, situação de risco, vulnerabilidade ou vínculos fragilizados e participação de foruns, seminários, simpósios e a participação nas reuniões da Rede Socioassistencial e Conselhos Municipais, bem como de forma direta na avaliação e/ou entrevista social com a finalidade de inscrição e inserção do usuário na instituição, visitas domiciliares ou para aqueles idosos que buscam orientação e/ou com uma demanda específica, sendo que o atendimento é direcionado para as necessidades apresentadas pelos idosos que apresentam grandes variações na relação estabelecida no acolhimento com família e as questões sociais.

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
2 ^{af} . 7hs às 11hs 3 ^{af} . 7hs às 14hs 4 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs	Conforme demanda		Conforme demanda		
5 ^{af} . 13hs às 18hs 6 ^{af} . 13hs às 17hs		Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda

Gerontologia:

A gerontologia atua na gestão do envelhecimento saudável, seja ele saudável ou fragilizado, trabalhando em contato direto com todos os idosos através das avaliações e reavaliações realizadas. Sempre buscando soluções no cotidiano para promover o bem estar na terceira idade, abrangendo as dimensões sociais, físicas e emocionais. Trabalha a melhoria da qualidade de vida dos idosos inscritos na instituição por meio de planos de ação individual e coletivo, realizando atividades específicas para esta faixa etária. Articula também ações de acompanhamento e atendimento individual (conforme a demanda) e /ou em grupo.

Horário	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
2 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs 3 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda
4 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs 5 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 18hs 6 ^{af} . 7hs às 11hs das 13hs às 17hs	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda	Conforme demanda

Demais atividade:

Paragrafo único:

Cabe resaltar que devido a situação de pandemia e em conformidade e acato a decretos municipais e orientação dos órgão competentes, desde 11/03/2020 estivemos com atividades presenciais suspensas, estendemos noassas atividades aos idosos de maneira remota por meio de aulas on line, nas mídias sociais da instituição (feceboock, instagram, you tube e grupo de whatsapp) , aulas ao vivo via aplicativo meet além de realizarmos acompanhamento via telefone semanalmente aos idosos atendidos pela instituição conforme cronograma abaixo. Ainda informamos que dentro deste mesmo ano, após liberação para retomada das atividades presenciais, no dia 17 de novembro retomamos as mesmas atividade na sede da instituição, tomando todas as medidas de prevenção e respeitando os protocolos referente ao COVID19, segue também abaixo o cronograma de execução.

Cronograma emergencial de atividades Home Office

ATIVIDADE	HORÁRIO / PERIODICIDADE	PERÍODO DE EXECUÇÃO
Inclusão Digital	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Dança	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Exercitando a memória	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Ginástica	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Alongamento	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Revista “Exercitando”	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue aos idosos vinculados a instituição	Em época de pandemia (desde o mês de setembro)
Yoga e Pilates	Disponível nas mídias sociais e mensalmente entregue material escrito e revista “Exercitando”	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Acompanhamento e suporte via telefone, aplicativos e vídeo chamadas aos Idosos atendidos	Semanalmente / ou sempre que necessário	Em época de pandemia (desde o mês de abril)
Lives com temas pertinentes ao público atendido	Mensalmente	Em época de pandemia (Desde o mês de setembro)

Cronograma de retomada Presencial

ATIVIDADE	HORÁRIO / PERIODICIDADE				S	T	Q	Q	S	PERÍODO DE EXECUÇÃO	
Pintura	2ªf 07:00	2ªf 08:00	3ªf 07:00	3ªf 08:00	X	X	X			Anual	
	4ªf 15:00										
Hidroginástica	3ªf 07:00	3ªf 08:00	3ªf 09:00	3ªf 10:00	X	X	X	X	X	Anual	
	4ªf 07:00	4ªf 08:00	4ªf 09:00	4ªf 10:00							
	5ªf 07:00	5ªf 08:00	5ªf 09:00	5ªf 10:00							
	6ªf 07:00	6ªf 08:00	6ªf 09:00	6ªf 10:00							
	3ªf 07:00	3ªf 08:00	3ªf 09:00	3ªf 10:00							
	4ªf 07:00	4ªf 08:00	4ªf 09:00	4ªf 10:00							
	5ªf 07:00	5ªf 08:00	5ªf 09:00	5ªf 10:00							
	6ªf 07:00	6ªf 08:00	6ªf 09:00	6ªf 10:00							
Inclusão digital	2ªf 07:00	2ªf 08:00	2ªf 09:00		X	X	X	X		Anual	
	4ªf 07:00	4ªf 07:00	4ªf 07:00								
	3ªf 15:00	3ªf 16:00	3ªf 17:00								
	5ªf 15:00	5ªf 16:00	5ªf 17:00								
Dança	2ªf 08:00		6ªf 09:00			X		X		Anual	
	4ªf 17:00										
Exercitando a memória	-----	2ªf 08:00	2ªf 09:00	-----	X	X	X	X	X	Anual	
	3ªf 07:00	3ªf 08:00	-----	3ªf 10:00							
	-----	4ªf 08:00	4ªf 09:00	-----							
	5ªf 07:00	5ªf 08:00	-----	5ªf 10:00							
	-----	6ªf 08:00	6ªf 09:00	-----							
	2ªf 13:00	2ªf 14:00	2ªf 15:00	2ªf 16:00							2ªf 17:00
	3ªf 13:00	3ªf 14:00	-----	3ªf 16:00							-----
	4ªf 13:00	4ªf 08:00	4ªf 09:00	4ªf 10:00							4ªf 10:00
5ªf 13:00	5ªf 14:00	-----	5ªf 16:00	-----							
Ginástica	2ªf 09:00	3ªf 08:00	4ªf 09:00	5ªf 08:00	X	X	X	X		Anual	
	2ªf 14:00	3ªf 15:00	4ªf 14:00	5ªf 15:00							
Gerontomotricidade	2ªf 10:00	4ªf 10:00	6ªf 10:00	-----	X	X	X	X	X	Anual	
	2ªf 13:00	3ªf 16:00	4ªf 13:00	5ªf 16:00							
Croche	2ªf 10:00	4ªf 10:00	-----	-----	X	X	X	X		Anual	
	2ªf 13:00	2ªf 14:00	2ªf 15:00	3ªf 15:00							
	4ªf 13:00	4ªf 14:00	4ªf 15:00	5ªf 15:00							

Alongamento	3ªf 09:00	4ªf 08:00	5ªf 09:00	6ªf 08:00	X	X	X	X	X	Anual
	2ªf 15:00	3ªf 17:00	4ªf 15:00	5ªf 17:00						
Ponto Cruz	3ªf 14:00		5ªf 14:00			X		X		Anual
Biscuit	3ªf 09:00	3ªf 10:00	5ªf 09:00			X		X		Anual
	6ªf 13:00									
Fortalecimento e Relaxamento	3ªf 10:00		5ªf 10:00			X		X		Anual
Yoga	2ªf 07:00				X					Anual
Letramento	3ªf 15:00	5ªf 14:00	5ªf 15:00			X		X		Anual
Leitura e Escrita	4ªf 16:00						X			Anual
Dança de Salão	4ªf 16:00						X			Anual
Funcional	5ªf 13:00		5ªf 14:00					X		Anual

E.1) Público atendido:

No ano de 2021 o Centro dia do Idoso teve como meta prestar atendimento a 500 idosos, chegando a ter 582 atendidos em nosso cadastro, porém, fechamos uma média de 380 usuários em atendimento direto. Vale ressaltar que a característica do público atendido, em alguns momentos faz este número variar quanto aos atendimentos mensais, devido a atestados para consultas/cirurgia/tratamentos de saúde, desistências ou abandono das atividades por parte do idosos, por motivadores diversos, que variam desde a não adaptação a atividade escolhida até mesmo deixar de frequentar as atividades por ter que dar conta de demandas familiares. Ainda temos que considerar o contexto pandêmico ao que atravessamos, os atendimentos home office e a retomada das atividades presenciais a partir de 17/11/2021.

Devido a pandemia não houveram novas inscrições no período, basicamente o acesso se dá através da procura espontânea dos interessados, utilizamos os seguintes critérios para inserção nas atividades:

- Idade mínima de 60 anos
- Preferencialmente público de baixa renda
- Com vínculos familiares fragilizados
- Em situação de isolamento
- Que apresentem condições mínimas a exercer as atividades propostas, mediante a apresentação de atestado médico de aptidão

E.2) Capacidade de Atendimento

Público Atendido	Nº de usuários
Metas para 2021	500
Usuários atendidos em 2021 / média	380

E.3) Recursos humanos envolvidos

Nº	Função	Carga Horária	Salário Bruto (R\$)	Fonte Pagadora
01	Coordenador Geral	44 hs	R\$ 3.605,00	Recursos Próprios
01	Gerontólogo	44 hs	R\$ 2.855,00	Recursos Próprios
01	Coordenador de Marketing	44 hs	R\$ 2.625,00	Recursos Próprios
01	Assistente Social	30 hs	R\$ 2.100,00	Recursos Próprios
01	Psicóloga	44 hs	R\$ 2.095,00	Recursos Próprios
01	Assistente Administrativo	44 hs	R\$ 1.655,00	Recursos Próprios
01	Prof. de Educação Física	20 hs	R\$ 1.485,00	Recursos Próprios
02	Prof. de Educação Física	44 hs	R\$ 2.285,00	Recursos Próprios
01	Instrutor de Informática	44 hs	R\$ 1.785,00	Recursos Próprios
01	Aux. de Serviços Gerais	44 hs	R\$ 1.715,00	Recursos Próprios
01	Aux. de Serviços Gerais	44 hs	R\$ 1.255,00	Recursos Próprios

E.4) Recursos Materiais envolvidos

O Centro do Idoso Vida Mais disponibiliza a seus atendidos o todo material necessário para desenvolver de maneira plena e satisfatória as atividades ofertadas. Tais como, computadores, jogos lúdicos e interativos, mesas, cadeiras, material de expediente e didático, apostilas, material esportivo completo para as atividades de exercícios e fortalecimento, bem como na piscina, com pesos e bóias. Se estendendo até os funcionários, com armários e despensas para guardar materiais de expediente, notebooks e computadores, telefone fixo e celular institucional, além de, arquivos e prontuários individuais de cada idoso atendido.

E.5) Abrangência territorial:

Idosos residentes na zona urbana e rural de Itapira.

E.6) Monitoramento

O monitoramento do serviço ocorrerá de forma contínua e sistemática frente ao desenvolvimento do trabalho e conforme indicadores apontados no quadro acima, com envolvimento da Equipe Técnica (Psicóloga e Assistente Social), Professores, Gerência, Diretoria, sendo assim, serão realizadas as seguintes ações: Registro fotográfico, lista de presença dos frequentadores da instituição, descrição e análise do trabalho apresentado em relatórios mensais/anual e realização de reuniões internas entre a equipe de referência e/ou com a rede socioassistencial conforme demanda. Uma vez que, o monitoramento se mostra como instrumental importante, uma vez que trará dados relevantes para o bom andamento das ações propostas.

Já a avaliação será realizada através de Pesquisa Satisfação com os usuários a cada quatro meses no intuito de avaliar o grau de satisfação dos atendidos, caixa de sugestões exposta em local de fácil acesso a todos, bem como ocorrerão cotidianamente, durante os atendimentos e as aulas. Contudo, tais instrumentais possibilitarão que os profissionais envolvidos revejam progressivamente as estratégias de acordo com as circunstâncias para alcançar o objetivo traçado.

H) Identificação e assinaturas

Maria Aparecida Martins Colosso
Diretora Financeira

Pedro H. Martins
Coordenador Geral

Lucas Tiago de Oliveira da Silva
Assistente Social
CRESS 59475

Atenciosamente,

Itapira 27 de Janeiro de 2022.