



PLANO DE TRABALHO

ASSOCIAÇÃO

CENTRO DO IDOSO

VIDA MAIS

2023

PLANO DE TRABALHO CENTRO DO VIDA MAIS 2023

A. Finalidades estatutárias

| | | | | | |
|---|------------------|-------------------------------------|---|---|----------------------------|
| Nome da Entidade: 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 | | | | | |
| Cidade: Itapira | UF: SP | CEP: 13971-060 | DDD/telefone: (19) 3843-7848 | E-mail: vidamais@vidamaisitapira.org.br | |
| Nome do Responsável: Maria Aparecida Martins Colosso | | | | RG: 15.851.353-8 | |
| Órgão expedidor/UF: SP | | SSP/SP | | Cargo: DIRETORA FINANCEIRA | |
| Endereço: Rua Bela Vista, nº19 , Jd Soares – Itapira SP | | | | CEP: 13976-079 | |
| Título: Associação Centro do Idoso Vida Mais | | | Período de execução: Itinerante anualmente | | |
| | | | Início: 01/01/2023 | | Término: 31/12/2023 |
| Tipo de Serviço: Centro de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para idosos de 60 anos ou mais. (atendimentos em grupos e organizados em percursos, com atividades diversas, culturais, esportiva, cognitivas, manuais e físicas.) | | | | | |
| Identificação do objeto: Atender as demanda idosa do município proporcionando atividades que visem a promoção da saúde, garantia de direitos, proteção e seu desenvolvimento pleno, fomentando as relações sociais e a interação dos idosos e do meio onde vivem. | | | | | |
| Público Alvo: Idosos com 60 anos ou mais, aptos a desenvolver as atividades propostas, preferencialmente em situação vulnerável | | | | | |
| Local de Execução: Rua: Farmacêutico Antônio Serra nº 345 Bairro: Vila Penha do Rio do Peixe Telefone: (19) 3843-7848 – 19 9 9888 6811 | | | | | |
| Coordenador (a): Pedro Henrique Martins | | | | | |
| Técnico Responsável técnico do projeto: Lucas Tiago de Oliveira da Silva | | | | | |
| Endereço do responsável técnico: Rua Albano Pegorari, 475 – Penha do Rio do Peixe, CEP 13971-132 Itapira – SP | | DDD/Telefone: (19) 993389953 | | Endereço eletrônico: lucastiagoas@gmail.com | |

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 devidos 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 as atividades pautadas em caráter preventivo e proativo e no desenvolvimento de capacidades e potencialidades.

B. Objetivo Geral

Prevenir as situações de risco social ampliando trocas sociais, culturais e de vivências coletivas favorecendo seu convívio no cotidiano, a fim de fortalecer vínculos entre os atendidos, sua família e o território ao qual ele pertence incentivando a socialização.

B.1) Objetivo Específico

- 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.
- Favorecer na autonomia e prevenção a saúde física, mental e emocional do idoso.
- 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

C. Origem dos Recursos Financeiros

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.

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 coberta ; |
| 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. Identificação de cada serviço, projeto, programa ou benefício socioassistencial executado:

GINÁSTICA E ALONGAMENTO

- Estimular o desenvolvimento de capacidades físicas como equilíbrio, força e resistência.
- Reduzir estresses fisiológicos e psicológicos
- Promover relaxamento muscular e corporal
- Aprimorar flexibilidade

HIDROGINÁSTICA

- Melhorar o humor e a cognição
- Exercitar o corpo
- Aumento da capacidade Aeróbica
- Tonificação muscular

NUTRIÇÃO

- Orientação sobre obesidade e sobrepeso
- Orientação sobre intolerância alimentar
- Orientação sobre modulação hormonal
- Educação alimentar

HIDROTERAPIA

- Diminuição da dor durante o exercício
- Melhorar a respiração e do sistema cardíaco
- Relaxamento muscular
- Diminuição de impactos durante o exercício

MASSOTERAPIA

- Controle de dores crônicas
- Melhoria da circulação sanguínea
- Alívio do Stress
- Recuperação de traumas físicos
- Eliminação de toxinas

ENFERMAGEM

- Assistência aos Idoso contribuindo para promoção de saúde e prevenção de doenças.
- Exames físicos.
- Verificação dos sinais vitais
- Estimular hábitos saudáveis
- Potencializar práticas de exercício
- Encaminhamentos internos (fisioterapia, nutrição, hidroterapia)
- Encaminhamentos para rede de saúde

FISOTERAPIA

- Promove melhora da dor
- Melhora a qualidade de vida do idoso
- Auxilia na coordenação motora equilíbrio
- Reforça a mobilidade, articulação e força muscular
- Auxilia no condicionamento respiratório

OFICINA DE DANÇA

- Exercitar o corpo e a mente
- Ajudar a coordenação motora, equilíbrio, atenção e concentração
- Diminuir o estresse e a ansiedade
- Estimula a convivência em grupos

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

OFICINA DE INCLUSÃO DIGITAL (Celular e Computação)

- Exercitar a mente e a memória.
- Trabalhar a parte cognitiva, lógica e motora
- Inserção ao mundo digital

CROCHÊ

- 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

PINTURA

- Desenvolver a coordenação motora
- Auxiliar no equilíbrio das emoções do idoso
- Estimular a memória, imaginação, criatividade e de pensamentos do subconsciente
- 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 e aprendizagem de novas técnicas

BELEZA E AUTOESTIMA

- Corte feminino
- Hidratação
- Manicure
- Corte masculino
- Barba
- Melhora da autoestima
- Estimulação de hábitos saudáveis e de higiene

PILATES

- Fortalecer a estrutura óssea
- Prevenir quedas
- Diminuir a ansiedade, o estresse e a pressão arterial
- Melhorar a capacidade de concentração e a memória

LETRAMENTO

- Acolhimento
- Conhecimento das letras
- Interação social
- Melhorar a capacidade de concentração e a memória

ALFABEITZAÇÃO

- Acolhimento
- Ampliação de habilidades dando maior segurança na vida e rotinas cotidianas
- Melhorar a capacidade de concentração e a memória
- Inserção social através da alfabetização
- Ampliação do repertório de palavras e conseqüentemente no diálogo

RELAXAMENTO

- Diminuição de ansiedade
- Melhora frequência cardíaca
- Potencializa o autocontrole
- Melhora da concentração

COMEMORAÇÕES FESTIVAS E BAILES TEMÁTICOS

- Interagir o idoso, sua família e amigos.
- Resgatar a cultura popular por meio das músicas e dos temas propostos
- Promover a autoestima, autoconceito e a capacidade para processar emoções.
- Combater a apatia e a depressão.
- Fortalecer vínculos entre idosos seus familiares.

Atendimentos Realizados por área de atuação:

Psicologia

O acolhimento psicológico é realizado por meio da escuta atenta e qualificada. O acompanhamento dos casos tem como intuito, prevenir situações de risco e desenvolver a potencialidade como sujeitos de direitos. Apoio, discussão de caso, orientação e encaminhamentos são realizados com a equipe multidisciplinar. As Oficinas CONVIVÊNCIA E VIVAMENTE são ofertadas com os objetivos de Promover a Convivência e Fortalecer Vínculos.

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.

Demais atividade:

| 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 | | X | Anual |
| | 4ªf 17:00 | | | | | | | | | |
| Grupo Convivencia e Vivamente | ----- | 2ªf 08:00 | 2ªf 09:00 | ----- | X | X | X | X | X | Anual |
| | 3ªf 07:00 | 3ªf 08:00 | ----- | ----- | | | | | | |
| | ----- | 4ªf 08:00 | 4ªf 09:00 | ----- | | | | | | |
| | 5ªf 07:00 | 5ªf 08:00 | ----- | ----- | | | | | | |
| | ----- | 6ªf 08:00 | ----- | ----- | | | | | | |

| | 2ªf 13h 3ªf 13h 4ªf 13h 5ªf 13h 6ªf 13h | 2ªf 14h 3ªf 14h 4ªf 08h 5ªf 14h ----- | 2ªf 15h ----- 4ªf 09h ----- ----- | ----- 3ªf 16h 4ªf 10h 5ªf 16h ----- | | | | | | |
|---|--|---|---|---|------|------|------|------|------|-------|
| 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 4ªf 13:00 | 2ªf 14:00 4ªf 14:00 | 2ªf 15:00 4ªf 15:00 | 3ªf 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 |
| Coral | 6ªf 10:00 | | | | | | | | X | Anual |
| | 6ªf 13:00 | | | | | | | | | |
| 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 |
| Oficina de Nutrição | 2ªf 16:00 | | | | X | | | | | Anual |
| Jardinagem / horta | 2ªf 08:00 | | 6ªf 16:00 | | X | | | | X | Anual |
| Palestras / Filmes Aniversários / Bingos | 6ªf 14:00 | | | | | | | | X | Anual |
| Festas e Eventos | Em datas comemorativas com previa divulgação (carnaval, pascoa, São João, Flash Back, aniversário do vida mais, natal) | | | | ---- | ---- | ---- | ---- | ---- | Anual |
| Gincanas e Jogos | Em datas comemorativas com previa divulgação (dia do idoso, dia dos avós, olimpíadas do idoso) | | | | ---- | ---- | ---- | ---- | ---- | Anual |

E.1) Público Alvo:

- 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 2023 | 500 |
| Usuários atendidos em 2022 / média | 380 |

E.3) Recursos humanos envolvidos

| Nº | Função | Carga Horária | Salário Bruto (R\$) | Fonte Pagadora |
|-----------|---------------------------|----------------------|----------------------------|-----------------------|
| 01 | Coodenador Geral | 44 hs | R\$ 5.000,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Coordenadora Psicossocial | 44 hs | R\$ 3.850,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Assistente Social | 25 hs | R\$ 2.394,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Psicóloga | 40 hs | R\$ 2.800,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Assistente Administrativo | 44 hs | R\$ 2.264,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Prof. de Educação Física | 30 hs | R\$ 3.000,00 | Recursos Próprios |
| 02 | Prof. de Educação Física | 40 hs | R\$ 4.000,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Instrutor de Informática | 44 hs | R\$ 2.442,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Aux. de Serviços Gerais | 44 hs | R\$ 2.347,00 | Recursos Próprios |
| 01 | Aux. de Serviços Gerais | 44 hs | R\$ 1.717,00 | 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 psíquica, 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, que trará dados relevantes pra o bom andamento das ações propostas.

Já a avaliação será realizada através de Pesquisa Satisfação com os usuários à 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.

DESCRIÇÃO DETALHADA DAS METAS/ INDICADORES

| Trabalho social essencial (Estratégias) | Atividades/oficinas | Periodicidade (*) | Mês de Execução | | | | | | | | | | | | Responsável | | |
|---|---|-------------------------------|-----------------|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-------------|---|--|
| | | | Jan | Fev | Mar | Abr | Mai | Jun | Jul | Ago | Set | Out | Nov | Dez | | | |
| 1. Acolhida e recepção dos idosos | 1.1- inscrição/ Entrevista acolhida, avaliação e anamnese. | Nos períodos de inscrições | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Coordenadora/ Assistente Social e Psicóloga |
| | 1.2 Apresentar e socializar, a normas de participação e convívio da instituição; | Sempre que houver inclusão | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| 2. Escuta | 2.1 Acolher a demanda de cada atendido orientando, encaminhando ou possibilitando resolução da demanda. | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| | 2.2 Realizar atendimento psicológico individual | Conforme agendamento | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Psicóloga |
| 3. Acompanhamento família na função protetiva | 3.1 Acompanhamentos junto à família, visando a proteção psicossocial/e ou fortalecimento de vínculos; | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Dupla Psicossocial |
| | 3.2 atendimentos individuais, de acordo com demanda espontânea e específica; | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Dupla Psicossocial |
| 4. Orientação e encaminhamentos | 4.1 Orientar os atendidos e suas famílias no atendimento sobre seus direitos e deveres; | Sempre que identificado | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| | 4.2 Encaminhar aos atendidos ou familiares para a rede socioassistencial; | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| | 4.3 Acompanhar os encaminhamentos realizados. | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| 5. Atendimento psicossocial familiar | 5.1 Realizar atendimento individual e/ou familiar e auxiliar na resolução de conflitos. | Sempre que houver demanda | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Psicóloga |
| | 5.2 Identificar os atendidos e/ou familiares em situação de vulnerabilidade e encaminhá-la para serviços da rede. | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Dupla Psicossocial |
| | 5.3 Oportunizar o envolvimento e participação da família nas | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | O responsável pela atividade específica |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|---|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|------------|-------------------------------|
| | atividades realizadas visando a socialização e o fortalecimento de vínculos. | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. Visita Domiciliar | 6.1 Realizar visita domiciliar, afim de conhecer a realidade social dos atendidos, direcionar e auxiliar em situações de riscos/ conflituosas ou outras. | Sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Dupla Psicossocial |
| 7. Acompanhamento e monitoramento dos encaminhamentos | 7.1 Fazer contato com o serviço da rede para contribuir com a efetivação do encaminhamento e sucedido contato para o retorno da informação. | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social |
| 8. Trabalho Interdisciplinar | 8.1 Reunião de Equipe | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Equipe multidisciplinar |
| | 8.2 Reunião Diretoria ou por área específica | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Diretoria e demais convocados |
| 9. Informações, comunicação e defesa dos direitos | 9.1 Informar por meio de reuniões sobre os direitos socioassistenciais existentes como, por exemplo, centros de referência, centros de apoio sócio – jurídico e sobre os conselhos de direitos. A Instituição deve oportunizar o acesso aos usuários. | Mensal e sempre que houver necessidade | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Equipe interdisciplinar |
| 10. Atividades de convívio, preventiva, recreativa, cognitivas, inclusivas e físicas, informativas, favorecendo o empoderamento e a sociabilidade, minimizando | Pintura | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Hidroginástica | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. Ed. Física |
| | Inclusão digital | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. De Informática |
| | Dança | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. Ed. Física |
| | Exercitando a memória | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Psicóloga |
| | Ginástica | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. Ed. Física |
| | Gerontomotricidade | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. Ed. Física |
| | Croche | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Alongamento | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Prof. Ed. Física |
| | Ponto Cruz | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Biscuit | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Coral (previsão de retorno em março/23) | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntário |
| Relaxamento | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária | |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|--|--|-----------------------|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|-------------------|-------------------------|
| a possibilidade de exposição situações vulneráveis | Yoga | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Letramento | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Alfabetização | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Dança de Salão | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Funcional | Semanal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Voluntária |
| | Aniversário Coletivo | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Toda Equipe |
| | Palestras com temas pertinentes ao Público atendido. | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Palestrantes Convidados |
| | Filme/Cinematoteca | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Toda Equipe |
| | Bingo/Jogos | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Toda Equipe |
| 11. Articulação das redes de serviços socioassistenciais | 11.1 Participar das reuniões da rede. | Mensal | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social | |
| 12. Prontuários e documentação | 12.1 Manter o banco de dados da instituição atualizado, bom como a documentação institucional. | Sempre que Necessário | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | X | Assistente Social | |

F. ASSINATURAS

| | |
|---|--|
| <hr/> <p>Pedro Henrique Martins Coordenador Geral</p> | <hr/> <p>Maria Aparecida Martins Colosso Diretora Financeira</p> |
| <hr/> <p>Juliane Marisa Franco Gerolin Coordenadora Psicossocial</p> | <hr/> <p>Lucas Tiago de Oliveira da Silva Assistente Social CRESS 59475</p> |
| <p>Itapira, 30 de janeiro de 2023</p> | |