

2025

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM

RELATÓRIO FINAL DE CUMPRIMENTO DO OBJETO

Informações projeto

Exercício: Janeiro a Dezembro de 2025	Número do processo:
Número Chamamento Público:	
Órgão Concedente:	

I-Identificação

Nome da Entidade Proponente: ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM	
Nome do Serviço/Projeto: COM VIVÊNCIA - 2025	
Local ou locais de Funcionamento do projeto: Piracicaba/SP	
Meta/Capacidade de Atendimento: 230	
Público Alvo: IDOSOS	
E-mail: administracao.cascm@afascom.org.br	Telefone: (19)3422-2218
Técnico Responsável: CAROLINE CALDERANE	
Presidente da Instituição:	
Objetivo Geral:(Descrever conforme plano de trabalho) Contribuir para a promoção do envelhecimento ativo e saudável por meio de oferta de atividades para pessoas idosas nos territórios do município de Piracicaba para a prevenção de situações de isolamento social.	
Quantidade de usuários atendidos: 366	
Números de Desligamentos: 2	
Quantidade de atendimentos realizados: 1023 em 2025	

Objetivos do Projeto

Mês	Descrição
JANEIRO/2025	<p>Objetivos específicos: ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.</p> <p>Análise qualitativa: ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de janeiro os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física foi feito uma aula passando por todos os exercícios de forma geral e mais leve pelo motivo do tempo de paralisação de fim de ano. Fizemos exercícios de força, aeróbico, resistência, alongamento, equilíbrio. circuito aeróbico onde cada idoso tem sua estação e seu exercício próprio. Foi feito exercícios de força, resistência, aeróbico, caminhada/corrida, coordenação motora. Todos essas estações tinha um tempo determinado de exercício e ao final desse tempo trocava as estações e exercícios. Foi feito exercícios de fortalecimento para todos os grupos musculares, exercícios de força e isometria e resistência muscular, a cada série contava números de repetições e segundos para a isometria. Trabalhar todo o sistema cardiovasculares e enfatizar a importância dos exercícios aeróbicos para o dia a dia dos idosos Nos grupos de ecologia foi desenvolvido a compostagem e preparo de solo , foi realizado o complemento da composteira já iniciada e feito o preparo do solo com cobertura para implementação da horta medicinal. Reabastecimento da composteira, preparar o solo com cobertura , descompactar o solo e cobrir uma área para preparar o solo e plantar no futuro. Propiciado diálogos sobre as chuvas, os impactos positivos para a horta e a quantidade de água que é necessário para cada alimento. Relatos de reprodução dos aprendizados na casa das pessoas idosas. Nos grupos de música o reencontro musical, foi iniciado com um aquecimento corporal e vocal, seguido por duas dinâmicas: "A dança da amizade" e " O Trem". Em seguida, revisitamos o repertório trabalhado do ano passado e os participantes puderam escolher as músicas que</p>

Salvar

Fechar

tiveram a oportunidade de ver objetos tradicionais e experimentar a farinha de tapioca autêntica do local. Foi retomado os ensaios e cantaram algumas músicas do ano passado lembrando. Nos grupos de artesanato foi utilizado técnicas de pontilhismo para estimular a coordenação motora fina, atenção e concentração, produzido em vaso de cerâmica com transferência de imagem com papel carbono, tinta e palito de dente para executar o pontilhismo, adaptado com palito de churrasco devido a dificuldade encontrada. Realizada também pintura orgânica em cerâmica, pintura abstrata com tema livre. Montagem de estrutura decorativa para o sino de cerâmica com base em madeira, mão francesa e flor de barbante. A atividade de pontilhismo foi necessário mais aulas para desenvolver e concluir devido a dificuldade inicial com a transferência da imagem com o papel carbono, algumas pessoas idosas tiveram necessidade de apoio para transferir o desenho no vaso de cerâmica, devido aos traços pequenos e na sequência foi necessário contribuir com a técnica do pontilhismo. Nos grupos de danças diversas foi feita uma rosa de conversa para conhecer e reconhecer o grupo alinhar expectativas, apresentação da proposta, atividade soltura e ritmada, o que é ritmo na vida e da vida. Roda de apresentação e conversa, alongamento e aquecimento , atividade ritmada com música, ritmo e aquecimento. Apresentação das possibilidades de ritmos do Brasil e do mundo, escolher o que ouvir, ter qualidade na escolha das músicas, apresentar danças e ritmos do nordeste e também aquecimento em círculo com diversas cirandas. Desmistificar o universo da apresentação de coreografia, transpor barreiras de vergonha e medo, apresentar a proposta e mostrar a diferença entre copiar a professora e agir cognitiva e corporalmente com significado. O grupo do Santo Antonio apresentou mais dificuldade. As pessoas estão mais acostumadas a copiar e não agir sobre o próprio corpo com presença porém o objetivo foi atingido considerando que houve entrega, dedicação, concentração e compromisso por parte das alunas. No grupo com a psicóloga foram executadas dinâmicas em grupos que valorizam as fases da vida e as conquistas pessoais. Proporcionando espaço de reflexão e troca de experiência, um momento de descontração que possibilite trabalhar o raciocínio lógico, atenção, colaboração e coordenação motora. Facilitando o espaço para diálogo a respeito da rede de apoio da pessoa idosa e possibilitando compreender as dinâmicas de convivência dos participantes. A estratégia proposta foi eficiente para alcançar os objetivos. Enquanto escreviam e desenhavam, os participantes foram compartilhando suas histórias de vida com os outros participantes e a psicóloga. Foi um momento valioso para o serviço conhecer e se familiarizar com o contexto de vida dos participantes, bem como foi possível observar que serviu como meio de estreitar os laços entre os participantes, a partir das histórias de vida, pôde-se observar o movimento de acolhimento e empatia do grupo uns com os outros. Foi realizada uma roda de conversa com uma temática disparadora: convivência social e envelhecimento, que foi explicado pela psicóloga, todos foram convidados a compartilhar uma palavra que representasse sua rede de apoio, podendo citar pessoas, espaços ou sentimentos. A pessoa com a palavra segurou a bola, e passou para a próxima pessoa após terminar, passando a vez de fala. Todos os participantes tiveram a oportunidade de falar a respeito da sua própria rede de apoio, onde foi possível identificar que a maior parte é constituída por familiares dos mesmos, mas também, em grande parte, pôde-se confirmar uma característica do território já observada em outros momentos pela equipe: trata-se de uma comunidade muito presente e com muito apoio mútuo. Os próprios participantes citaram inúmeras vezes outros participantes enquanto sendo fundamentais no seu dia a dia. Durante a conversa, outros tópicos emergiram, como: luto, etarismo, discriminação, buscar pessoas de confiança para constituírem sua rede de apoio, assim como foram citadas diversas instituições que podem constituir este espaço de confiabilidade, sendo estas, principalmente, instituições de saúde, como o PSF, policiais, bombeiros, entre outros. Os grupos desenvolvidos pelo Com Vivência também foram citados como espaços de apoio, tanto pela importância das atividades para promoção de saúde física como pelo ambiente de convivência com outros pares, compartilhar experiências, diminuição de riscos de isolamento e promoção da saúde mental. Após a finalização a psicóloga mediu e realizou uma roda de conversa a respeito dos tópicos emergentes. A parceira com o CRAB Vila Cristina está sendo muito favorável para realização da atividade Mente em Movimento, com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. Temos observado evoluções no sentido de compreensão das regras dos jogos, na compreensão de usar as estratégias. A atividade ocorreu conforme o planejado, todos os participantes presentes tiveram a chance de jogar os jogos propostos. É possível observar que cada um dos participantes possui necessidades e limitações diferentes. Sempre são realizadas as adaptações e orientações necessárias para que todos consigam participar. Pode-se perceber que essa estratégia é eficaz e reflete na maneira como os participantes interagem entre si, espelhando o comportamento dosicineiros. É possível observar um ambiente de muita colaboração, além dos objetivos propostos. É possível observar que os participantes apresentam evoluções encontro após encontro, ao jogarem jogos já apresentados à eles. Tanto em habilidades motoras quanto cognitivas. Também é possível identificar que neste grupo, predomina o senso de colaboração em vez de competição. Observa-se inúmeras vezes durante a atividade que o objetivo comum é que todos consigam jogar e se sentir incluídos no jogo proposto.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Avalie os principais resultados alcançados: No mês de janeiro, deu-se continuidades nas oficinas de atividade física, atividades manuais, atividades culturais e ecologia em 7 territórios de atendimento do Projeto, sendo eles: Centro Social Vila Cristina, Centro Social Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio e Jardim Jupia Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dosicineiros e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida

novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo, inclusive com fezes humana no espaço onde acontece as aulas, por conta de pessoa em situação de rua que dorme no local. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: S. M. S. - 66 anos ? Novo Horizonte - disse que estava com muita saudades da aula e de todos! S. C. S.M. 68 ? Jardim São Paulo - disse que gostou muito de saber mais sobre uma cultura diferente e que amou o retorno das aulas. T. G. A. Vila Cristina- relata que estava sentindo muita falta da atividade e que gostou muito que retornou as aulas de músicas. O. R. P. 75 anos ? Pauliceia- ?É muito bom que esse grupo tenha acontecido. As vezes tudo que a gente precisa é um lugar pra falar, pra gente se aproximar, pois tinham coisas que eu não sabia sobre essas pessoas que eu vejo toda semana. E a gente se sente mais leve, tira esse peso das coisas que a gente guarda, as vezes há tanto tempo?. O. A. T. - 72 anos ? Vila Cristina - ?O Celso agora já está conseguindo fazer sozinho com pouca ajuda, isso é um grande avanço.? I.G. R.- 67 anos- Vila Cristina ?No final, todos falamos, mas aqui é a nossa maior rede de apoio, esse grupo. Aqui a gente vem, tem nosso lugar, pode falar das nossas coisas, e vocês sempre procuram nos ajudar. A gente vê gente, já faz parte da nossa rotina estar aqui, e quando não tem a gente até sente falta?.

FEVEREIRO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de fevereiro os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física, foram executadas atividades para fortalecer os grupos musculares para uma melhora no dia a dia dos idosos em seus afazeres domésticos e exercícios de força e resistência para os grupos musculares de forma geral, na grande maioria dos exercícios ao final dos movimentos tinha um tempo de isometria. Proporcionado gincana através de jogos e brincadeiras que possibilitaram momentos de diversão, descontração e felicidades, brincadeiras como: morto-vivo adaptado, dança da cadeira adaptada, esconde-esconde, coelhinho sai da toca e queimada. Foi observado a evolução dos idosos referente ao fortalecimento muscular e coordenação motora, com um ganho significativo da força muscular, tanto que todos os exercícios executados foi aumentado o número de repetições e tempo de isometria Os grupos no geral se mostraram mais dispostos e engajados na execução das atividades e no envolvimento durante as gincanas, demonstraram mais atenção, concentração e envolvimento entre si para atingir o objetivo da atividade. As atividades da gincana foram aprovadas e houve pedido de mais oportunidade de fazer outra atividade como esta e algumas pessoas dos grupos mencionaram que se divertiram muito ao participar e que observaram que um ajudou o outro a atingir o objetivo da atividade sinalizando o quanto eles estão colaborativos e outros se mostraram mais afetivos durante a comemoração do cumprimento da tarefa do jogo. Nos grupos da oficina de ecologia, foram executados o preparo do solo para o canteiro da horta, foi revolvido o solo para plantar sementes de adubação verde e cobrir com palha, foi realizada a colheita de hortaliças e o reabastecimento do material orgânico nas composteiras e foi dialogado estratégias para evitar lagartas. Foi observado que primeiro canteiro executado está ganhando forma e o primeiro composto da está adubando horta e a cisterna da captação de água estava cheia, sendo possível utilizar a água reservada para molhar a horta. Foi recebida uma visita durante a oficina e as alunas fizeram questão de explicar as atividades e aprendizados que estão adquirindo. Desenvolvido uma conversa sobre a compostagem em ambientes fechados, apresentado o chorume da composteira fechada e realizada a montagem da 2ªcomposteira. Definiram que é necessário evitar sacolas plásticas na coleta de restos de comida para a composteira.Proporcionado um diálogo sobre as escolhas dos métodos que utilizariam, discutiram possibilidade e avaliaram os melhores locais, decidiram pelo canteiro vertical de garrafa pet e alambrados para trepadeiras e preparo de ilhas de fertilidade . Nos grupos de música foram executadas atividade para estimular a percepção auditiva, a memória e a concentração. Foi iniciado com um aquecimento corporal e vocal. Em seguida, realizou-se uma dinâmica com as músicas "Trem" e

maravilhosa. A atividade de canto proporcionam uma melhor qualidade de vida aos participantes, promovendo a regulação emocional, o bem-estar e a estimulação sensorial e cognitiva. Várias pessoas idosas do grupo comentaram que a dinâmica de música e movimento foi muito importante para o grupo, pois muitas delas relataram que gostam muito de assistir e que os movimentos da atividade musical, estimulam elas a treinarem mais a coordenação motora e memória. Nos grupos de artesanato foram desenvolvidas técnicas de customização com tecido em porta-retratos, técnicas de colagem do tecido e acabamento com cola diluída. Corte e montagem de flores em tecido para colagem no porta-retrato. Realizado a confecção de buquê de flores em tecido, retomado a importância de utilizar os moldes para fazer o risco no tecido e a necessidade de não desperdiçar os materiais, durante o processo de montagem do buquê algumas alunas tiveram dificuldade e na colagem no palito de madeira e fazer a estruturação das rosas e precisaram de auxílio, a atividade foi bem aceita, foi observado a ajuda entre as integrantes do grupo e todas gostaram muito do resultado. Foi produzido um colar de fio de malha com flor de feltro de pingente, cada participante cortou os fios formando um colar, riscou, cortou e costurou a flor de feltro que foi usada como pingente, algumas pessoas do grupo optaram por colares menores e com mais flores do que o projeto original e elas foram respeitadas na sua escolha. Os grupos têm se mostrado cada vez mais empenhados em concluir as atividades e indicado o fortalecimento dos grupos, evidenciado na ajuda mútua nas atividades e nas amizades que surgiram dentro das aulas e a preocupação entre eles, se mostram animados e felizes por fazer parte das oficinas e entendem a importância de se manterem ativos. Uma pessoa idosa comentou que vem para a aula de artesanato pois faz muito bem a ela e as outras completaram dizendo que também faz muito bem a elas. Nos grupos de danças diversas foram realizadas atividades com elementos rítmicos e coreográficos, na 1ª parte: centramento, com ênfase em exercícios respiratórios; alongamento geral com ênfase na coluna e joelhos e aquecimento com música livremente. 2ª parte: construção da coreografia e vivência das diferentes formas pedidas (ênfase em lateralidade, noção espaço temporal, relação interpessoal, coordenação motora e ritmo); 3ª parte: trocas sobre pulso de vida e bem estar; 4ª parte volta a calma com movimentos com ritmo mais lento, no círculo, enfatizando a respiração e "olhar no olho". Foi construído o entendimento da coreografia, promovendo trocas sobre a compreensão de corporeidade e conhecimento do corpo. Proporcionado vivências de dança circular, exploração movimentos corporais individualmente e em duplas, utilizando o barbante como ponte para essa criação e criação de nova coreografia: Raios de Sol, melhorando o entendimento corporal em relação ao espaço que ocupa e ao que está proposto nas coreografias, percebendo o corpo em diferentes direções e em diferentes agrupamentos (individual, dupla e em grupo). Proporcionar uma riqueza de movimentos através do uso de lenço/xale ou canga, pois é um material com bastante leveza e bonito por ser colorido. Executado exercícios com marcação de ritmo dinâmico e estático, com contagem do tempo musical. Dança Circular com as coreografias das músicas: Árvore, Canção que Habita em Nós, Cercle Circassian, Oração e Que o Amor Desperte. Realizado Aquecimento com alongamento conversas sobre as tradições dos povos do Brasil e como a Ciranda faz parte disso, aulas com pequena meditação para trazer centramento e presença. Exploração de movimentos com membros superiores segurando o barbante. Diferentes agrupamentos (individual, duplas e grupos). Coreografia do Sol Central com música dos Demônios da Garoa. No grupo com a psicóloga foram realizados grupos através de dinâmicas para fortalecer o vínculo entre o grupo, proporcionar espaço de reflexão a respeito da comunicação assertiva. Foi oferecido, a partir da discussão, recursos para que os participantes se comuniquem de forma assertiva, a atividade aconteceu em parceria com o oficinairo de atividade física e o mesmo iniciou o grupo conduzindo um exercício de respiração e relaxamento. No segundo momento, foi realizada a dinâmica do telefone sem fio, onde uma palavra ou frase foi falada no ouvido de um participante, que repassará até o último. Ao final, foi observado se a palavra chegou no último da mesma forma que foi enunciada ao primeiro. A partir desta dinâmica, conversamos sobre os ruídos na comunicação e a forma que eles impactam no nosso dia a dia e como falar e ouvir de maneira mais assertiva. A dinâmica funcionou bem como forma de quebrar o gelo e descontrair o ambiente antes da roda de conversa. Durante a roda, foi possível observar que muitos participantes se identificavam com o assunto ou possuíam contribuições, mas não queriam compartilhar em voz alta com o restante da roda. Após incentivos por parte dos mediadores, foram se soltando e verbalizando as suas próprias experiências. A partir delas, foi possível dialogar sobre a temática proposta e refletir sobre possibilidades de comunicação assertiva. Esta temática foi pensada de acordo com a particularidade do território, pois já havia sido identificado anteriormente que alguns participantes possuem dificuldade ao comunicar-se. A parceria com o CRAB Vila Cristina está sendo muito favorável para realização da atividade Mente em Movimento, com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. É possível observar que cada um dos participantes possui necessidades e limitações diferentes, são realizadas as adaptações e orientações necessárias para que todos consigam participar e reflete na maneira como os participantes interagem entre si, é observável um ambiente de muita colaboração. Foram montadas estações com diferentes jogos, que foram trocados ao final de uma ou duas rodadas. Os jogos escolhidos foram ofertados um de cada vez, para permitir uma rotatividade. Os jogos uno, potion explosion, torre de equilíbrio e dominó foram adaptados conforme às necessidades do grupo, permitindo que todos participem. Neste encontro, foram apresentados alguns jogos novos. O jogo ?uno?, o jogo ?Potion Explosion?, Diante de novos jogos, o grupo apresentou-se receptivo e entusiasmado.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de fevereiro, deu-se continuidades nas oficinas de atividade física, atividades manuais, atividades culturais e ecologia em 7 territórios de atendimento do Projeto, sendo eles: Centro Social Vila Cristina, Centro Social

resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: ? Está bem gostoso trabalhar com esse grupo, pois são pessoas receptivas e abertas para as propostas das aulas. Como no outro território, as alunas tiveram poucas experiências de Dança com ênfase em "saber o que fazer" e sim "copiar". Então ao mesmo tempo que é desafiador e gratificante pois elas estão compreendendo e evoluindo muito! ? Oficineira Ana Flores M. J.E. G.V-67 anos- Jardim São Paulo ? elatou que as atividades do grupo fazem tão bem pra ela que não precisa mais de medicação para depressão. T.B.C. - 78 anos- Santo Antonio - Não vejo a hora de chegar a segunda feira , para fazer a aula de dança.? S.A.O.V.- 66 anos - Santo Antonio - ?dona Teresinha vem aqui umas 3 vezes ver se já deu hora de tão ansiosa pela aula que ela fica, ela é outra pessoa depois que começou a fazer as aulas" C.D.S.- 70 anos ? Jd São Paulo: ?Eu achei muito bom o grupo com a psicóloga, muitas vezes a gente só vem para a atividade física e vai embora, não temos tempo de conversar e compartilhar sobre a vida? C.A.G. 74 anos- Jd São Paulo: ?Eu gostei muito, me fez lembrar de coisas lá do meu passado que eu vivi e não pensava há bastante tempo?. I. G.R. 68 anos ? Vila Cristina : Olha, o C. tem dificuldade mas ele está conseguindo pelo menos jogar as cores certas, é bom pra ele pensar né.

MARÇO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de março os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física, foram executadas atividades de alongamento, exercícios e ginástica de carnaval, para melhorar a qualidade de vida dos frequentadores, trazer alegria e uma convivência saudável para todos. Proporcionado exercícios de alongamento e ginástica com músicas de carnaval como aquecimento e ginástica localizada e posteriormente alongamento, promovendo saúde e bem-estar aos participantes. Executaram exercícios de ginástica localizada utilizando pesinhos como halteres para fortalecer membros superiores e inferiores com o objetivo de melhorar a força muscular das pessoas idosas. Algumas pessoas do grupo elogiaram a atividade e pontuaram que estão se sentindo mais forte com os exercícios, que conseguem segurar o peso até o final da aula. Foram desenvolvidos exercícios para melhorar a força muscular, ginástica localizada para membros superiores e inferiores, alongamentos e aquecimento com música. Uma aluna agradeceu a existência do projeto, disse que tinha muita dor nos braços e que após o iniciar a atividade física as dores reduziram. Nos grupos da oficina de ecologia, foram executadas as atividades de plantio em garrafas pet, plantio de mudas, preparo de solo, plantio e cobertura com esterco e folhas secas, ampliação das mudas e sementes, aumentando a variedade da horta. Implantação de nova horta, diálogo sobre o dia mundial da água, construção de tijolos de plásticos e reabastecimento das composteiras. Durante as oficinas de ecologia são reutilizados os materiais reciclados, para fazer as mudas, plantar as sementes , fazer a horta suspensa e a base da horta horizontal com tijolo ecológico No Dia mundial da água, conversaram sobre contaminação das águas com microplásticos , conversa e debate como a água é contaminada e importância de se refletir sobre o uso de produtos descartáveis como: bucha de louça, copo plástico, fraldas, absorventes e etc. As pessoas idosas ficaram impressionadas com o modo de contaminação e falaram sobre as formas de reduzir o consumo e passar as informações aprendidas para as outras pessoas. Os grupos construíram tijolos de plásticos através da arrecadação dos plásticos não recicláveis da casa deles, que foram colocados dentro da garrafa pet até ela ficar estruturada e firme para fazer a base do canteiro para a horta. As pessoas do grupo gostaram muito de fazer o tijolo e algumas mencionaram que irão fazer na casa dela o tijolo para separar o quintal do jardim. Nos grupos de música foram realizadas atividades de Música e Movimento, com o objetivo de

pés e movimentando os braços para um lado e para o outro. E, ensaiado o repertório com a divisão de vozes e usando os instrumentos musicais Executado também a atividade Música e repertório, com o objetivo das atividades músicas trabalhando o repertório possibilitando as pessoas do grupo tenham um bem-estar emocional, estímulo cognitivo, socialização e coordenação. O grupo do Jupia segundo a oficina está evoluindo a cada dia com uma qualidade vocal ótima. Na atividade de Canto e ritmo, tem como objetivo estimular a memória e melhorar a coordenação motora e a consciência corporal, melhorando a autoestima e a expressão emocional e as interações sociais. Trabalhado também o aquecimento vocal e corporal, a dinâmica rítmica e vocal desenvolvendo e estimulando a criatividade. Eles praticaram ensaios do repertório e a divisão das vozes desenvolvendo o ritmo guarânia e valsa. Nas atividades de Melodia e ritmo, o objetivo é promover o bem-estar físico e emocional, desenvolver a coordenação motora, estimular a criatividade e memória, Aquecimento vocal e corporal. Dinâmica musical em dupla e em grupo com a música (Pisada na areia). Ensaíamos o repertório passando a divisão das vozes e treinando os ritmos das músicas. Aquecimento vocal e corporal, dinâmica com gestos que acompanham a melodia. Ensaio do novo repertório com divisão de vozes e uso dos instrumentos. Iniciamos a música tradicional do Malawi e será um desafio para nós esse semestre. Aquecimento vocal e corporal. Dinâmica musical em dupla e em grupo com a música (Pisada na areia). Nos grupos de artesanato foi desenvolvido a atividade de chaveiro "esconde chaves", onde foi confeccionado chaveiro de tecido cru e costura criativa foi utilizado a técnica de stencil, e com acabamento de cordão e uma conta em madeira. Os grupos gostaram do resultado e da praticidade do chaveiro, uma integrante do grupo comentou que com o chaveiro não terá o risco de riscar outros itens da bolsa. Foi realizado também o quadro de decoração papelão com flores de rolo de papel higiênico, reutilizando materiais que seriam descartados. Cada pessoa idosa riscou e cortou tiras do rolo de papel, foi identificada certa dificuldade em utilizar a régua sendo necessário fazer adaptações na régua com marcador mais visível para executar a atividade. A atividade foi bem aceita e o resultado ficou muito bonito, uma pessoa do grupo disse que daria o quadro de presente para uma amiga e depois faria outra para ela em casa. Confeção de um cesto de Páscoa reutilizando potes de sorvete, revestido com tecido com cola e acabamento com flores e folhas de feltro e, cenoura com enchimento. A atividade fluiu bem sem muitas dificuldades, percebeu-se em algumas pessoas idosas uma sensibilidade sensorial não gostando de se "sujar" molhando a mão na cola para passar no pote. Houve dificuldade de algumas participantes em seguir as instruções dadas, alinhar e franzir as flores, para enfeitar o pote necessitando de auxílio. Desenvolvido também mandalas com flores de rolo de papel higiênico com o objetivo de reutilizar/reciclar de forma consciente criando peças lindas. A atividade ocorreu de forma leve onde com auxílio todas conseguiram terminar e ajudaram a amiga que faltou doando as pétalas que faltavam para concluir a mandala. Nos grupos de danças foram realizadas atividades de meditação para trazer mais desenvoltura para o corpo, unindo os movimentos dos ombros e quadris separados e depois os unindo, Meditação inicial, aquecimento com alongamento e soltura das cinturas escapular e pélvica. Através dos ritmos latinos e do Flamengo, com e sem material, trabalhar ombros e quadris de diferentes maneiras até chegar a fazer os dois ao mesmo tempo, dentro de uma coreografia. Foi conversado novamente sobre a importância de expressar livremente sem medo e vergonha do que "vão dizer", pois sabem das nossas intenções nas aulas. Foi dado continuidade nos ritmos que utilizam linguagem e movimento corporal parecidos, incluindo novas manifestações da cultura relacionadas à dança- Flamenco e Latino, retomado o aquecimento com meditação do Planeta Terra, Dança Circular Celta, coreografia com passos, formações e agrupamentos variados sob o ritmo Flamenco. Foi apresentado as danças celtas (lembrando da importância da conexão e pertencimento com a natureza pois iniciou o outono), da Bretanha Francesa e a influência das pessoas que mudam dos países em virtude das guerras, etc. e as danças que elas levam para outros lugares, influenciando a cultura do local, no exemplo da aula uma dança Russa. Trazer o repertório de música e dança que representam os anos 60 e 70, para com isso contribuir para a construção de novo conhecimento de expressão corporal, foi conversado sobre a importância dessa variação de atividades na aula de dança, com ritmos e gestos diferentes para nosso corpo físico, mental, emocional e psicológico. No grupo com a psicóloga foi desenvolvido um cine emoções através do curta-metragem chamado ?Vida Maria?, que retrata a reprodução e manutenção do papel da mulher, passado de geração em geração. O vídeo serviu como disparador de conversa. Incentivou a reflexão para que as participantes do grupo compartilhassem suas histórias, experiências e sentimentos a respeito do papel desempenhado por elas ao longo da vida. Proporcionou um espaço de troca e reflexão sobre possibilidades de autocuidado. Na atividade Mente em Movimento em parceria com o CRAB com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. Com o objetivo de desenvolver habilidades motoras e cognitivas através do uso de jogos foram montadas estações com diferentes jogos, que foram trocados ao final de uma ou duas rodadas. Os jogos escolhidos foram ofertados um de cada vez, para permitir uma rotatividade. Os jogos potion explosion, torre de equilíbrio, dominó e uno foram adaptados conforme às necessidades do grupo, permitindo que todos participem. Nesta encontro, foram apresentados alguns jogos novos. O jogo ?uno?, apesar de ser um jogo popularmente conhecido, era novo para o grupo. O jogo ?Potion Explosion?, que já havia sido usado antes, ainda era novidade para uma parcela do grupo, que jogou pela primeira vez neste encontro. Diante de novos jogos, o grupo apresenta-se receptivo e entusiasmado. Alguns participantes demonstram maior facilidade de compreender novas regras do que outros, mas, como já observado anteriormente, o grupo comporta-se de maneira colaborativa e paciente, para que todos possam participar. Foi pensado, para o próximo encontro, em apresentar para os participantes novas regras dos jogos já conhecidos por eles, aumentando nível de complexidade dos jogos.

Avalie os principais resultados alcançados:

Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio e Jardim Jupia Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dos oficinairos e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: M. J.E. G.V-67 anos- Jardim São Paulo ? relatou que as atividades do grupo fazem tão bem pra ela que não precisa mais de medicação para depressão. N. A. G. 65 anos ? Novo Horizonte - disse que a coluna dela está melhorando por causa dos exercícios. S. R. D. S. O. 81 anos - Planalto- disse que se sente muito bem com esse grupo, mas gostaria que as aulas fossem duas vezes na semana. (Atividade física.) H.M.T.P. - 67 anos- Planalto- comentou que não imaginou que os rolinhos de papel higiênico ficavam tão bonitos, gostou de aprender a fazer as técnicas e que faria em casa para presentear as filhas. M.J.D.S.S ? 69 anos ? Jardim São Paulo ? falou da importância da aula de dança para ela o quanto ela se sente bem e realizada por poder dançar e aprender novas formas de danças. O grupo do Vila Cristina está com canto coral brilhante, abrindo primeira e segunda voz. Na atividade de música e movimento, o grupo se saiu muito bem e foi possível perceber o trabalho deles em equipe para que todos voltassem no lugar. - Oficineira de Música- Luana Paula

ABRIL/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de abril os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas culturais ,oficinas de atividades manuais, oficinas de horta e sustentabilidade ,em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física foram executados exercícios de ginástica localizada para membros superiores e inferiores melhorando a coordenação motora e exercícios com um pé só, na ponta dos pés, entre outros para melhorar o equilíbrio dos participantes. Realizados exercícios de alongamento e movimentos de ginástica com o bastão para melhorar a postura e o condicionamento dos alunos. Desenvolvido vários exercícios diferentes para melhorar a postura e dar condicionamento físico para os participantes Realizado gincana com brincadeiras de bola ao cesto, corrida das bolas, equilíbrio com balde e prendedores e deslocamentos. Exercícios de ginástica localizada, alongamento e gincana com bola. Arremesso ao cesto, deslocamentos batendo a bola no chão e arremessando a bola ao alto. Alongamentos no solo para postura e melhorar as dores da coluna de várias participantes. Ginástica localizada focando na força muscular das pernas principalmente. A atividade física é muito bem aceita pelos grupos, cotidianamente ouvimos relatos de melhora da qualidade de vida após o início da execução das aulas e pedidos de exercícios específicos para melhora de dores que estão sendo vivenciadas por elas como dor na lombar, costas e joelho. Nos grupos da oficina de ecologia foram desenvolvidas a confecção de tijolos ecológicos , produção de composteira com materiais disponíveis, reciclagem de pets em vasos para plantio. Ensinado sobre compostagem em locais fechados, identificação de locais onde plantar as ervas medicinais Diálogo sobre a necessidade de vasos que não necessitam de rega constante e sobre poda e, condução para maior produção, discutido quais os desejos dos alunos quanto a espécies a serem plantadas futuramente e abastecimento das composteiras. Realizado o plantio de mais linhas de adubação verde no jardim medicinal, montamos vasos de rolinho de papel higiênico e vaso freático de garrafa pet, colocação de tela dentro balde quebrado e material para decomposição. Desmontagem da composteira e avaliação do processo de produção de composto Os grupos ficaram muito satisfeitos com os resultados das aulas, comentam que estão animadas com os resultados dos plantios e ver crescimento das plantas a deixam esperançosas. Relatam que estão levando o conhecimento aprendido na atividade para a casa realizando as aprendizagens fazendo a horta no quintal e composteira e

como Malawi, Moçambique e Noruega. Realizado a estimulação a coordenação, escuta e socialização por meio de percussão corporal e brincadeiras musicais. Estímulo à cooperação, escuta e socialização por meio de percussão. Estimulação a memória, o movimento, a atenção e a convivência por meio da música, ajudando no bem-estar e na alegria dos participantes. Desenvolvido o aquecimento vocal e corporal, dinâmica com gestos que acompanham a melodia. Ensaio do novo repertório com divisão de vozes e uso dos instrumentos. Iniciado a música tradicional do Malawi que será um desafio para esse semestre. Realizado atividade rítmica de Moçambique e Malawi. Aquecimento corporal e vocal, Recebemos a visita de intercambistas, que realizaram jogos tradicionais dos seus países e ensinaram músicas tradicionais. Eles abriram para perguntas e curiosidades sobre os países ? Malawi, Moçambique e Noruega ? destacando aspectos culturais e musicais de cada um. Foi um momento único de muita troca. Os alunos cantaram a música Rio de Piracicaba para agradecer a presença deles e tudo que eles ensinaram para o grupo. Foi uma experiência incrível receber pessoas maravilhosas de países diferentes que falaram sobre suas culturas, música, dança e tradição, intercambistas que executam um projeto com o Conservatório de Tatuí e a escola parceira é a Trøndertun Folkehøgskole . Nos grupos de artesanato os grupos confeccionaram cesto da Páscoa reutilizando potes de sorvete, mandala com materiais recicláveis sendo rolo de papel higiênico, cds antigos e porta jóias em MDF com flor de rolo de papel higiênico. Utilizaram técnicas de reaproveitamento de materiais reciclados de forma criativa e artística, usando técnicas de pintura em madeira com customização e acabamento em verniz, recorte e costura de tecido para encapar itens de decoração. As atividades agradaram as participantes que conseguiram executar sem grandes dificuldades, utilizando técnicas já conhecidas e aprimorando o acabamento com nó invisível e costura do tecido com ponto atrás. As participantes se juntaram para fazer as pétalas que faltavam para uma integrante, demonstrando a união entre elas em prol de outra integrante. Nos grupos de danças foi apresentado novos formatos de apresentação de novos ritmos suas manifestações no corpo, na dança e nos festejos em outras culturas. Realizado atividade para conhecer melhor o corpo e incluir elementos da ginástica para o equilíbrio dentro das coreografias e atividades do dia a dia Executado exercícios para conhecer sobre as articulações do corpo e sua importância para melhorar os movimentos corporais e soltura do corpo para a dança, trabalharam os passos em ritmos variados, do lento ao rápido. Foi observado o grupo bastante atento, comprometido e interessado na proposta. Quando percebido que ?cansaram mentalmente? foi introduzido uma prática ligada ao tema que seja mais descontraída e voltado aos ensaios. Percebido que as pessoas mais concentradas ajudam as mais despertas a lembrarem dos passos e lugares, isso é muito bonito de se ver. O grupo é super unido e se relaciona muito bem. A grande maioria não teve experiências corporais de ginástica, dança etc, então recebem incentivo e apoio das outras mais experientes. Porém, vale ressaltar que isso não impede a entrega e a motivação para participarem. No grupo com a psicóloga aconteceram as Prés Conferência Municipal da Assistência Social, com o objetivo de contribuir, juntamente ao público do Projeto Com Vivência, com propostas para melhoria dos serviços da Assistência Social, incentivar a participação social e o exercício da cidadania, auxiliar os participantes conforme suas necessidades. O projeto participou na atividade proposta e desenvolvida pela Equipe Volante referenciada ao CRAS Jd. São Paulo, atuante no bairro da Paulicéia e pela Equipe do CRAS Novo Horizonte, ao qual são referenciados os bairros Novo Horizonte e Santo Antonio. Na atividade, ouvimos um esclarecimento sobre o que é a Conferência e a Pré Conferência e sua importância enquanto espaço de participação social. Após a explicação, formaram-se pequenos grupos para pensar e escrever propostas para a melhoria dos serviços da Assistência Social. A psicóloga auxiliou na escrita das participantes e a direcionar as propostas descritas por elas. Na atividade, assistimos um vídeo explicativo sobre a Conferência e a Pré Conferência e sua importância enquanto espaço de participação social. Após a explicação, formou-se uma roda de conversa para diálogo e escrita das propostas emergentes. Foi possível observar que as participantes do Projeto Com Vivência levaram suas contribuições quanto aos serviços que utilizam e as necessidades dos seus próprios territórios. A parceira com o CRAB Vila Cristina está sendo muito favorável para realização da atividade Mente em Movimento, com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. É possível observar que cada um dos participantes possui necessidades e limitações diferentes, são realizadas as adaptações e orientações necessárias para que todos consigam participar. Nota-se que essa estratégia é eficaz e reflete na maneira como os participantes interagem entre si, é observável um ambiente de muita colaboração, além dos objetivos propostos, desenvolver habilidades cognitivas, criatividade e imaginação através do uso de jogos. O jogo utilizado como ferramenta é ?Disc Cover?, onde os participantes, de olhos fechados, ouvem uma música, escolhida por um integrante do grupo, o mestre. Ao ouvir, devem atentar-se a como a música os faz sentir e quais sensações transmite. Ao final da música, abrem os olhos e escolhem, dentre 4 imagens dispostas pelo mestre, qual delas representa melhor a música. As imagens são abstratas e estimulam certo tipo de raciocínio, pois deve-se tentar adivinhar a imagem que o mestre escolheu, mas estimula também a criatividade e a imaginação própria. É possível observar a importância de novos estímulos para os participantes, aumentar seu repertório e continuar estimulando suas habilidades de novas formas. Na atividade do aniversariante do mês é a oportunidade de promover o sentimento de valorização e inclusão; fortalecer os vínculos entre os participantes e o projeto; estimular os sentimentos positivos e bem-estar; promover uma reflexão sobre o uso consciente de materiais descartáveis e a diminuição na geração de lixo. A comemoração dos aniversariantes do mês demonstra ser um momento importante de comemoração e descontração para os participantes, que podem interagir entre si após a aula. Também é uma ferramenta importante de construção e manutenção de vínculos entre a equipe e os participantes, por tratar-se de um momento não direcionado.

ecologia em 7 territórios de atendimento do Projeto, sendo eles: Centro Social Vila Cristina, Centro Social Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio e Jardim Jupιά Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dos oficineiros e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: M. J.E. G.V- 67 anos- Jardim São Paulo ? relatou que as atividades do grupo fazem tão bem pra ela que não precisa mais de medicação para depressão. I. M. M.- 80 anos ? Paulicéia- ?disse que as atividades (física) do solo vão ajudar muito nas dores da coluna dela.? C. A. G. ? 74 anos, Jardim São Paulo ? disse: ?Comecei crocante com os ombros e melhorou. Estava estralando e ficou ótimo com os exercicios de hj.? V. M. D. M. - 72 anos, Jardim Jupιά - ?nunca imaginei em reaproveitar o rolinho para algo que amo tanto, que é plantar.? M. G.S.D.S. - 79 anos , Planalto -? agora não vai sobrar nada pra trazer, vou compostar em casa.? N. P.L. - 79 anos, Jardim Jupιά - ?ficou impressionada com a saúde das plantas que cultivamos semana passada, segundo ela, com técnica agiliza os processos? M.D.L.E.M. 67 anos , Novo Horizonte- "Meu filho ama tudo que faço aqui" C.D. A. C. 84 anos ? Novo Horizonte -"Isso (artesanato) aqui faz muito bem para a pessoa idosa" M.D.F.F.R. - 62 anos ? Vila Cristina - "Estou muito feliz por participar das atividades, me sinto muito bem, fui muito bem acolhida" A.A.D.S. -75 anos ? Planalto - "Eu faço (artesanato) mesmo com minha trêmula eu não deixo de vir não" H.M.T.P. - 67 anos ? Planalto - "Venho no artesanato porque pra mim é uma terapia" I.D. L. L. - 68 anos ? Jardim São Paulo - "cada dia estou mais solta e feliz com meu corpo" A.T. D.M. - 68 anos ? Jardim São Paulo - relatou ter gostado muito de aprender sobre o assoalho pélvico pois está com escape de urina.

MAIO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de maio os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física eles desenvolveram alongamento / fortalecimento e mobilidade articular, com o objetivo de ajudar os participantes na mobilidade das articulações. Executado também exercicios de alongamentos gerais, movimentos de rotação para as articulações e ginástica localizada para fortalecer as pernas. Aplicada a atividade física e brincadeiras divertidas com bola com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos frequentadores e diversão para todos, possibilitando desenvolvimento do equilíbrio e percepção do espaço. Executado o exercício tabata para melhorar a capacidade física e cardiorespiratória dos participantes O grupo participou do Dia do Desafio a convite da Secretaria do Esporte na área de Lazer do Parque da Rua do Porto, onde foi ofertado uma variedade de exercicios e atividade de dança circular o grupo gostou muito de conhecer a área de lazer, algumas pessoas nunca tinham ido no espaço e ficaram muito satisfeitas com a oportunidade. Elogiaram o kit lanche ofertado pelo projeto após a atividade do Dia do Desafio, comentaram que a equipe do Com vivência é muito atenciosa com elas Nos grupos da oficina de ecologia concluíram uma composteira de balde e uso do caule da bananeira na horta, desmontaram a composteira e coletaram o chorume para preparar o biofertilizante, cobriram a horta para irrigar e adubar. Confeccionaram mais tijolos plásticos e vasos de pet, fizeram mudas que serão usadas no canteiro, foi iniciado o plantio no jardim medicinal, plantaram açafrao, gengibre, alecrim, sálvia e funcho. Na horta plantamos couve flor e brócolis e manejamos as mandiocas, visitaram a horta do santa fé, irrigaram e cobriram o solo com triturado As pessoas idosas do grupo ficaram muito felizes com o início do plantio, porque é algo que desejavam a tempos, uma delas comentou que em breve teremos uma farmácia viva Foi iniciado o plantio de trepadeiras no alameda, plantio de pepino selvagem, também foi

cuidar da drenagem da água, realizamos a colheita e manejo das árvores da praça, colhemos as rúculas, abastecemos a composteira e fizemos o plantio de mudas de árvores na praça conforme reivindicação do grupo. Todas ficaram muito felizes em levar rúcula para casa e comunicamos a ecoterra sobre o manejo, para evitar que levem o material embora. Concluímos o plantio e agora temos couve flor, repolho, alface e coentro no canteiro além da rúcula. Nos grupos de música foram desenvolvidas atividades de percepção rítmica e melódica por meio da escuta, do canto e do uso de instrumentos musicais. Trabalhamos a afinação vocal, a coordenação motora e a expressão corporal. Desenvolvemos a percepção auditiva, a atenção, a coordenação motora, além do aquecimento vocal e corporal, incentivando a interação em grupo por meio da música. Trabalhamos a qualidade vocal e a percepção rítmica dos participantes, por meio de exercícios de aquecimento, ensaio musical e integração entre voz e instrumentos, com foco na preparação para a apresentação na Conferência do Direito da pessoa idosa. Treinamos melodias, variando o tom do grave para o agudo, para explorar diferentes registros vocais, ensaiamos o repertório musical do grupo, com divisão de vozes, repetimos o repertório utilizando os instrumentos musicais. Nos grupos de artesanato foi confeccionado porta papel higiênico de tecido, atividade de dia das mães, também realizada a confecção da boneca de tecido para acabamento do porta papel higiênico a partir de caixas de sapato, para fazer uma caixa como porta ovos. Foram utilizadas técnicas de decoupage, fuxico, colagem de sobreposição de papel picado, acabamento com acetona e verniz. As participantes demonstraram estar empenhadas e empolgadas em executar a atividade e seguiram as instruções sem dificuldades. Nos grupos de danças fizeram exercícios ritmados com o corpo, apresentar e relembrar danças de roda infantis e tradicionais do nordeste e, dança circular. Realizada atividade de aquecimento e alongamento, percepção e reconhecimentos de partes da música, "dançar conforme a música e seus ritmos". Atividade de aquecimento com alongamento, mobilidade articular e exercícios para o assoalho pélvico as danças de duplas para trabalhar coordenação motora, a cognição, lateralidade. Músicas com as danças típicas (Boi, Maracatu, Dança Circular com brincadeiras infantis) que trabalham em roda e duplas para a melhora da coordenação motora, apoio, cognição, ritmo e lateralidade. Realizada a massagem corporal sonora que trouxe a possibilidade da formação final de uma coreografia, com a realização de movimentos mais elaborados. No grupo com a psicóloga foi realizada a comemoração dos aniversariantes do mês mantém-se como uma estratégia eficaz para promover o sentimento de valorização e inclusão dos participantes, criando um espaço de celebração coletiva que reforça o pertencimento ao grupo. Por meio das falas colhidas, foi possível identificar a importância simbólica que a atividade possui, sendo mencionada como um momento aguardado por muitos. Alguns relataram, inclusive, o desejo de participar especialmente para vivenciar a confraternização ao lado dos colegas e da equipe, o que evidencia o fortalecimento dos vínculos afetivos no contexto do projeto Com Vivência. Promover o sentimento de valorização e inclusão; Fortalecer os vínculos entre os participantes e o projeto; Estimular os Sentimentos Positivos e Bem-estar. Promover uma reflexão sobre o uso consciente de materiais descartáveis e a diminuição na geração de lixo. Neste mês, o encontro também foi marcado pela despedida da oficina de atividades físicas, Paula, e acolhida do oficinairo Márcio, tornando o momento ainda mais significativo no que diz respeito à continuidade dos laços e à construção de novas referências de convivência. A divulgação presencial da comemoração, mantida como estratégia principal, demonstrou-se eficaz, ampliando a participação de idosos que não acessam o grupo de WhatsApp. O trabalho de conscientização ambiental também segue sendo incentivado. Notamos um aumento no número de participantes que aderiram ao uso do próprio copo, indicando um avanço no processo de sensibilização e na incorporação dessa prática ao cotidiano do grupo. No território do Planalto, neste mês, a comemoração dos aniversariantes ocorreu excepcionalmente após a oficina de Artesanato, diferentemente do habitual, em que a atividade é realizada após a oficina de Atividade Física? que concentra o maior número de participantes e, portanto, costuma favorecer uma adesão mais ampla. A alteração ocorreu em razão de ajustes de agenda e, embora atípica, trouxe resultados positivos. A mudança de horário possibilitou a participação de pessoas que não frequentam regularmente a oficina de Atividade Física, incluindo algumas que participaram da comemoração pela primeira vez. Essa ampliação do acesso foi significativa, contribuindo para o fortalecimento do sentimento de pertencimento e inclusão desses participantes. Durante o encontro, foi reforçado que a comemoração é destinada a todos os integrantes do Projeto Com Vivência, independentemente das oficinas que frequentam, e que todos são sempre bem-vindos a participar dos momentos de confraternização. Apesar do número de participantes ter sido menor do que o habitual, a iniciativa foi bem recebida e se espera que incentive uma participação mais ampla nos próximos encontros, mesmo mantendo-se, por ora, a realização prioritária após a atividade física. A parceria com o CRAB Vila Cristina está sendo muito favorável para realização da atividade Mente em Movimento, com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. O jogo utilizado como ferramenta é ?Disc Cover?, onde os participantes, de olhos fechados, ouvem uma música, escolhida por um integrante do grupo, o mestre. Ao ouvir, devem atentar-se a como a música os faz sentir e quais sensações transmite. Ao final da música, abrem os olhos e escolhem, dentre 4 imagens dispostas pelo mestre, qual delas representa melhor a música. As imagens são abstratas e estimulam certo tipo de raciocínio, pois deve-se tentar adivinhar a imagem que o mestre escolheu, mas estimula também a criatividade e a imaginação própria. Neste dia, foi escolhido retomar o jogo ?Disc Cover?, utilizado no encontro anterior, a partir do interesse demonstrado pelos próprios participantes em jogá-lo novamente. Desta vez, o grupo contou com participantes que ainda não conheciam o jogo, o que trouxe uma mistura interessante entre quem já estava familiarizado com a dinâmica e quem experimentava pela primeira vez. Essa diferença, em vez de dificultar o andamento da atividade, acabou favorecendo a colaboração e o acolhimento entre os próprios participantes. Aqueles que já conheciam o jogo ajudaram os colegas a se sentirem mais seguros e foram explicando o funcionamento com naturalidade. Em maio aconteceu a

participaram da Conferência o dia todo relataram satisfação em participar.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de maio, deu-se continuidades nas oficinas de atividade física, atividades manuais, atividades culturais e ecologia em 7 territórios de atendimento do Projeto, sendo eles: Centro Social Vila Cristina, Centro Social Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio e Jardim Jupia Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dosicineiros e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, a janela da cozinha todos os vidros quebrados, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo, nos dias frios por ser um espaço aberto e sem opção de sala reservada para as atividades é muito gelado. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente e nos dias frios por conta de não ter forro é um espaço muito gelado.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: M. D. P. 73 anos- Vila Cristina - ?Gente, fazia tanto tempo que eu não ouvia essa música! As músicas do nosso tempo que tinham letra bonita né? É tão diferente de hoje em dia, olha como eles falavam do amor, que coisa bonita? S.A.O.V. -66 anos- Santo Antonio ? relatou ter gostado muito de passear de ônibus e fazer exercícios ao ar livre. Foi muito divertido, participar do dia do Desafio. E.D.A.M. -67 anos Novo Horizonte - Eu amei aprender esta técnica com a acetona na caixa de papelão, vou fazer junto com a minha neta em casa. O.D.J.R.S. - 66 anos ? Novo Horizonte - disse que estava com os ombros doendo e a aula (atividade física) ajudou aliviando a dor. A. T. D.M - 68 anos ? Jardim São Paulo -relatou que faz 1 ano que está fazendo ginástica e está se sentindo muito bem com as aulas e, gostaria de ter exercício para não perder urina." M.D.A.L. 72 anos ? Planalto ? relata que as aulas de ecologia mudaram sua visão de como plantar, colher e olhar para o mundo a volta.

JUNHO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de junho os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física, foi executado análise do desempenho das pessoas idosas referente aos exercícios praticados como: aeróbicas, força, isométricas e de resistência. Realizado atividade de fortalecimento para todos os grupos musculares, atividade aeróbica combinada com pausa ativa, corrida, skip, jump, body combat e setp, com objetivo da melhora da frequência cardíaca e respiração. A resposta das pessoas as aulas de atividade física é muito positiva elas elogiam a variedade de exercícios e a metodologia doicineiro, relatam satisfação em conseguir executar as sequências por mais tempo e o uso da teraband. Diariamente, ouve-se relatos de agradecimento sobre a eficiência do exercício físico na vida das pessoas e a qualidade que trouxe a elas e também do bem estar que sentem ao conseguir sair da aula sem as dores com que chegaram. Nos grupos da oficina de ecologia, foram realizadas conversas sobre o dia mundial do meio ambiente, executado o desenho da infância e do agora, retratando o meio ambiente, onde aconteceram reflexões de como perdemos a conexão com a natureza e a importância deste pertencimento e integração, algumas pessoas idosas se emocionaram durante a conversa. Aconteceu a visita do Pajé Rosivaldo no território doo Planalto que explanou sobre a cura pela natureza em que trouxe sabedoria ancestral pelas plantas medicinais e as formas de utilização, as pessoas do grupo gostaram muito do aprendizado, fizeram muitas perguntas sobre a forma de cuidar de si e de algumas pessoas da família. Executado nos territórios, preparo da terra, muda de sementes, plantio e manejo nas hortas já iniciadas, feito o plantio de rúcula, batata doce, quiabo, alface, manjeriço, gengibre, coentro, lavanda, sálvia e feijão de porco.

das participantes em horta comunitária do bairro e engajamento nas atividades da oficina de ecologia e regeneração. Nos grupos de música foi desenvolvida atividade para estimulação de ritmo, coordenação e interação por meio das músicas usando a criatividade e o movimento, aquecimento vocal e corporal suave, dinâmica rítmica com palma, em duplas e com movimentos dinâmicos. Estimulação da expressão vocal e corporal, ensaio de canções populares, ensaios do repertório e promoção da integração vocal por meio do canto e da prática musical coletiva. As atividades do coral promovem o desenvolvimento da percepção rítmica, exercício de memória, socialização e bem estar, com relatos expressivos sobre o amor pelo projeto Com Vivência e a importância das aulas de coral, dos aprendizados e das relações estabelecidas e as memórias afetivas despertadas durante as aulas através de canções escolhidas por elas. Nos grupos de artesanato foi finalizada a atividade da caixa de porta ovos, realizado a pintura de guardanapo com lápis aquarelável, bolsa para garrafa de água com reutilização da caixa de leite/suco e adereço para a festa junina do Com Vivência. A atividade de pintura do guardanapo com lápis aquarelável, tomou tempo devido as técnicas utilizadas, primeiro para transferir o desenho no papel carborno que devido aos detalhes exigiu certo tempo e depois para aplicar a técnica com o lápis de cor aquarelável, a atividade foi muito bem aceita e surgiram comentários de como a peça ficou bonita e de que algumas jamais acreditavam conseguir executar uma atividade como esta, devido ao detalhes e a técnica ensinada. A bolsa térmica e o adereço da festa junina foram realizados com a reutilização de materiais reciclados, como caixa de suco, tampa de refrigerante e papelão, as pessoas gostaram muito do resultado da atividade e o acabamento ficou um primor, todas elogiaram e um delas disse que ensinaria a neta a fazer a bolsa térmica para levar na escola. Nos grupos de danças foram executadas atividade que apresentam a importância da música para a memória corporal, lembrado a dança do tempo da juventude das pessoas do grupo feito em vários formatos, utilizando repertório dos anos 60. Apresentada a dança senior realizada na cadeira, manifestação cultural brasileira do mês de junho, forró e festa dos bois de Maranhão, Amazonas e Pará . Realizado alongamentos, danças como forró, xaxado, dança em dupla, ensinado passos com condução e também como conduzir. As aulas são muito desejadas pelas pessoas idosas, primeiramente, pelas trocas entre a oficina e as outras participantes e depois pelas técnicas ensinadas, a atividade remete a momentos de aprendizado e descontração, lembrança dos bailes vivenciados no período da juventude e a descoberta da dança, já que algumas nunca puderam dançar pois pais e maridos não permitiam. No grupo com a psicóloga na atividade do aniversariante do mês com o objetivo de promover o sentimento de valorização e pertencimento; fortalecer os vínculos entre os participantes e o projeto; estimular o bem-estar; estimular a redução do uso de materiais descartáveis e a diminuição na geração de lixo. Após a oficina de atividade física/música, os alimentos foram dispostos na mesa do parabéns, os aniversariantes foram convidados a ficar próximos à mesa, enquanto os outros participantes e a equipe cantaram os parabéns. Em seguida, a comida e bebida foram servidos para todos, que puderam conversar e descontrair após a aula. A comemoração dos aniversariantes do mês mantém-se como uma iniciativa eficaz para promover o sentimento de valorização e inclusão dos participantes. Através das falas dos participantes, é possível avaliar que este é um espaço de celebração que reforça o pertencimento ao grupo e o vínculo entre os participantes, além de também expressarem o sentimento de valorização que sentem no momento da comemoração. Percebemos a necessidade de reforçar, presencialmente, na semana anterior à comemoração, a iniciativa de redução de descartáveis nessa comemoração, que conta com a colaboração dos participantes trazendo seus próprios copos reutilizáveis de casa. Apesar de haver compreendido a importância desta ação, muitos participantes relatam esquecimento ou desconhecimento. A leitura feita pela equipe é que o lembrete contribuirá para evitar estes fatores, aumentando a adesão e reforçando sua importância, inclusive, para os novos participantes que desconheçam a prática. A parceira com o CRAB Vila Cristina está sendo muito favorável para realização da atividade Mente em Movimento, com objetivo de proporcionar um momento lúdico e que possibilite trabalhar raciocínio lógico, sequência numérica organizada, atenção, concentração, habilidade motora fina e agilidade mental e habilidades de socialização, negociação através dos jogos. É possível observar que cada um dos participantes possui necessidades e limitações diferentes, são realizadas as adaptações e orientações necessárias para que todos consigam participar. Nota-se que essa estratégia é eficaz e reflete na maneira como os participantes interagem entre si, é observável um ambiente de muita colaboração, além dos objetivos propostos. Estimular a criatividade, escuta ativa e pensamento associativo; trabalhar a comunicação verbal e a cooperação entre participantes, fortalecer o vínculo entre os participantes a partir do respeito às individualidades e estímulo ao cuidado mútuo. Neste encontro foi utilizada a versão adaptada do jogo ?When I Dream?. Um participante de cada vez utilizava uma venda nos olhos, enquanto os demais observavam uma carta contendo uma palavra secreta e davam dicas para que o participante vendado a adivinhasse. Cada jogador teve 5 cartas por rodada e, ao final, a vez era passada para o próximo participante. A proposta de jogo foi bem recebida pelo grupo, pois já é um jogo conhecido por alguns dos participantes e proporcionou um momento rico em trocas e descobertas. A atividade exigiu atenção, criatividade e cooperação. Para quem estava com os olhos vendados, a experiência de ?jogar sem ver? provocou sensações diferentes, além de exigir confiança no grupo e paciência consigo mesmo e os demais. Já para os participantes que davam as dicas, houve o exercício de empatia e escolha cuidadosa das palavras, sem revelar diretamente a resposta. Nesta relação, ambos os papéis precisavam exercitar a comunicação. Um momento significativo deste encontro foi o relato de uma das participantes, que inicialmente demonstrou resistência ao uso da venda por conta de um desconforto pessoal. O grupo, no entanto, acolheu sua limitação com respeito e incentivo, e ela pôde, no seu tempo, também participar do jogo. Essa postura coletiva reforça o ambiente afetivo e solidário que o grupo vem construindo ao longo das oficinas desenvolvidas neste território.

Avalie os principais resultados alcançados:

Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio e Jardim Jupia Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dos oficineiros e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, a janela da cozinha todos os vidros quebrados, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo, nos dias frios por ser um espaço aberto e sem opção de sala reservada para as atividades é muito gelado. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente e nos dias frios por conta de não ter forro é um espaço muito gelado.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: S. S. D. O. - 85 anos - Vila Cristina ?Eu gostei viu desse encontro (mente em movimento), nossa, é muito bom esse jogo, faz a gente pensar até de um jeito diferente? Quando a gente tá com o olho aberto parece que a gente pensa de um jeito e quando tá sem a vista, tem que pensar de outro jeito..? P. D. S. B. 79 anos - Novo Horizonte. ? Eu me sinto feliz e em paz estando no grupo, quando estou aqui esqueço dos problemas pois estou perto das minha amigas cantando.? Oficineira Tatiane de artesanato ? Vila Cristina. ? Destaque especial para o participante C.A.B. pela realização da pintura e ter perdido o medo de agulha e executado a atividade com autonomia.? E. C. - 72 anos- Jardim São Paulo - ? A aula de dança me fez lembrar dos bailes da juventude, seria bom a gente fazer um como de antigamente.?? M. V.D.D. M. - 72 anos - Jupia ? ?Meu marido disse que agora eu quero salvar o mundo da poluição.? A.E.F.- 77 anos ? Planalto ? ?Me sinto renovado fazendo exercício físico, o corpo para de doer e a cabeça fica boa.?

JULHO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de julho os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física, foram executados exercícios de fortalecimento do core, exercícios isométricos e sem carga, sequência aeróbica para melhora da frequência cardíaca e respiratória. Exercícios de equilíbrio e estabilidade para autonomia das pessoas idosas em seus afazeres. Atividade de combate aeróbico e fortalecimento dos grupos musculares de forma geral com teraband. As atividades foram bem aceitas, no início alguns grupos tiveram dificuldade em realizar a atividade de força com a teraband mas com as execuções das aulas e persistência das pessoas do grupo já é notório o resultado sobre a força e realização do movimento. Nos grupos da oficina de ecologia, plantio de ervas e tubérculos no jardim, execução da poda drástica da adubação verde e movimentação do triturado para a composteira, produção de vasos para a feira de empreendedorismo feminino no Novo Horizonte. Iniciado a técnica de desidratação de manjerição. Produção de vasos freáticos, de papelão e mudas em estufas com material reciclado, roda de conversa sobre os temas do período do corte do bambu, produção de muda e seus usos, As integrantes comentam sobre a qualidade do solo e da paisagem, da possibilidade de fazer renda com o tempero desidratado. Se animaram em aprender fazer a estufa e disseram que vão fazer em casa também. Estão animadas com as mudanças que as atividades de ecologia tem proporcionado no espaço do Centro Comunitário e na casa delas já que elas tem replicado o conhecimento em casa Nos grupos de música foi desenvolvido atividade para estimulação da expressão vocal e rítmica, a memória musical e coordenação motora por meio do canto coral e movimento. Aquecimento vocal e corporal com alongamento e exercícios de respiração, canto de músicas com movimentos corporais que acompanham ritmo e a letra que estimulam a memória, a respiração e bem estar através música. Os grupos apresentam boa evolução nas aulas, evolução na técnica vocal e rítmica. A sintonia do grupo é visível,quando alguma delas apresenta alguma dificuldade no exercício de lateralidade uma ou outra integrante dá sugestões para colaborar. Assim como quando há dificuldade na divisão de vozes, uma avisa a outra sobre a entonação. Nos grupos de artesanato foram desenvolvidas atividades de arte, garrafa de água com a reutilização de caixa de leite

mas com orientação foi solucionado. Os grupos aprovaram a técnica de pintura com lápis aquarelável e pediram que futuramente seja feita mesma técnica em outro tipo de tecido. Nos grupos de danças foram realizadas atividades de construção do ? projeto ginástica para todos? que envolve música, gestos, formações, vestimenta e acessórios. Exercício de comandar a dança e ser conduzido através do barbante, com diferentes formações e diferentes comandos para marcação de ritmo, memorizar e aperfeiçoar. Construção e desconstrução as formações da coreografia, divisão dos grupos e ensaios. Os grupos estão muito envolvidos nos ensaios para a apresentação no SESC, relatam que estão animados com a possibilidade de estar em um local que ainda não conhecem e apresentar para tantas pessoas. Neste mês aconteceu o Arraiá do Com Vivência no espaço da Estação da Paulista, foi um evento muito agradável que possibilitou o encontro de todos os territórios no espaço da Estação da Paulista, onde houve uma apresentação musical com a dupla sertaneja Claudemir e Moisés que proporcionou uma festa animada, com muita dança e diversão. Foram servidos comes e bebes típicos, brincadeiras como derruba lata, pescaria, argola e correio elegante. Os grupos ficaram muito satisfeitos com a festa, elogiaram a organização, os comes e os músicos. Foi um momento de muita alegria e socialização entre os territórios, duas integrantes de territórios distintos se reencontraram depois de anos sem se ver, uma delas pediu para ser fotografada com ela para poder mostrar para o restante da família. No grupo com a psicóloga com o objetivo de promover o sentimento de valorização e pertencimento, fortalecer os vínculos entre os participantes e o projeto, estimular o bem-estar. estimular a redução do uso de materiais descartáveis e a diminuição na geração de lixo. Após a oficina de Atividade Física/música, os alimentos foram dispostos na mesa do parabéns, os aniversariantes foram convidados a ficar próximos à mesa, enquanto os outros participantes e a equipe cantaram os parabéns. Em seguida, a comida e bebida foram servidos para todos, que puderam conversar e descontrair após a aula. A comemoração dos aniversariantes do mês segue sendo reconhecida como um momento significativo de valorização da vida e fortalecimento dos vínculos entre os participantes. O espaço de celebração proporciona uma pausa na rotina para a confraternização e o reconhecimento individual dentro do coletivo. Neste mês, observamos que o aviso prévio realizado presencialmente, durante as aulas, ampliou o alcance da informação e favoreceu a participação, especialmente de pessoas que não utilizam o WhatsApp. Os aniversariantes se sentiram acolhidos ao serem convidados a ocupar um lugar de destaque no momento do parabéns. O tempo de socialização após a aula contribuiu para um clima de leveza, escuta e pertencimento. A atividade também seguiu com a proposta de redução de descartáveis. Na atividade em parceria com a UBS do Vila Cristina, Mente em movimento, tem como objetivo promover a estimulação cognitiva e motora através da construção de jogos clássicos com materiais recicláveis, fortalecendo a autonomia, a criatividade e o vínculo dos participantes. Construir um material que os participantes possam levar para casa e que favoreça a interação social entre estes e outras pessoas de seu convívio, familiares ou amigos, por meio de jogos em grupo. Incentivar práticas sustentáveis através do reaproveitamento de materiais recicláveis. Favorecer o desenvolvimento da coordenação motora fina, atenção e organização espacial. A atividade consistiu na construção do jogo de damas utilizando materiais recicláveis. Os participantes cortaram os tabuleiros a partir de caixas de papelão e, com auxílio de régua e lápis, fizeram as marcações do quadriculado. Em seguida, os quadrados foram demarcados com fita e pintados com tinta PVA. Todo o processo foi realizado em etapas, com orientação e apoio da equipe. No início da atividade, foi possível observar certo estranhamento por parte dos participantes, já que propunha um novo formato para a oficina, no qual os jogos são previamente ofertados e disponíveis para escolha. A ideia de construir o próprio jogo foi, para muitos, uma experiência nova, que exigiu adaptação e confiança no processo. Durante o desenvolvimento, identificamos a importância de apresentar as regras do jogo previamente para ampliar o repertório e favorecer o engajamento, já que algumas pessoas não estavam familiarizadas com o jogo de damas. Com a mediação da equipe, todos os participantes conseguiram se envolver com as técnicas utilizadas, demonstrando interesse e participação ativa. A atividade também abriu espaço para reflexões sobre os desafios de aprender algo novo, destacando a importância da prática, da paciência e da troca e colaboração entre eles. A finalização dos tabuleiros não foi concluída neste encontro, e ficou o compromisso de continuidade na próxima semana.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de julho , deu-se continuidades nas oficinas de atividade física, atividades manuais, atividades culturais e ecologia em 8 territórios de atendimento do Projeto, sendo eles: Centro Social Vila Cristina, Centro Social Novo Horizonte, Casa do Hip Hop na Paulicéia, Centro Social Jardim Planalto, Centro Comunitário Jardim São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio ,Jardim Jupιά e Paulista. Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dos oficineiros e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, a janela da cozinha todos os vidros estão quebrados, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo, nos dias frios por ser um espaço aberto e sem opção de sala reservada para as atividades é muito gelado. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente e nos dias frios por conta de não ter forro é um

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - C.D.G.F.A. - 66 anos - Planalto: ? Nossa vou usar mais batatas por conta do baixo índice glicêmico.? C.A.G. - 77 anos ? Jd São Paulo. ? Meu marido me conduzia, não deixar nossa vida na mão das pessoas?. M.D.D.S. - 62 anos - Sto Antonio: ?Maravilhoso o Arraiá, eu amei cada momento, a comida. Nunca participei de uma festa tão gostosa.? M.D.L.D.S. 71 anos- Sto Antonio :Estou achando bom e me sentindo bem, a música Asa Branca lembra minha mãe animada. M.I. L. - 67 anos ? Novo Horizonte ? disse: que vê a importância de treinar a melodia da música e o aquecimento vocal pois assim cantamos mais afinado. N. A. G. 66 anos ? Novo Horizonte- disse: que sente muito bem em estar na aula de música pois alegre seu dia. O.D.J.R.S. 66 anos ? Novo Horizonte- disse: que a atividade que tem música que traz calma para o coração e outras traz lembranças do amor que foi embora. M. B.D.S. 73 anos ? disse: que foi maravilhoso fazer a apresentação, mostra a nossa capacidade de cantar e tocar , que ficou muito feliz em participar.? S. M. Z. M. 70 anos : Jd São Paulo- disse: ? como é bom poder comemorar com vocês! Vocês fazem a gente se sentir tão bem, eu amo isso aqui!! Esse grupo é minha família.?

AGOSTO/2025**Objetivos específicos:**

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Promover a socialização e integração da pessoa idosa através de oficinas semanais no território para contribuir com o processo de envelhecimento saudável e ativo durante a vigência do projeto; - Propiciar o protagonismo social das pessoas idosas valorizando seu papel social, seus saberes, experiências e vivências para ampliar sua participação durante a vigência do projeto e no território; - Potencializar o fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários das pessoas idosas oferecendo atividades intergeracionais e comunitárias para reforçar a rede de apoio da pessoa idosa e prevenir o isolamento social; -Possibilitar a ampliação do universo informacional, artístico e cultural da pessoa idosa através de participação em grupos, visitas, passeios e eventos para otimizar nela a habilidade funcional.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de agosto os objetivos específicos do Projeto foram atingidos a partir das oficinas realizadas. Podemos citar que se deu continuidade nas oficinas de atividade física, oficinas de atividades manuais e oficinas culturais em sete territórios de atendimento. Nos grupos de atividade física, foram desenvolvidas atividades de circuito aeróbico, atenção e equilíbrio, estação areróbica, alongamento e relaxamento, jogos e brincadeiras interativas. As atividades proporcionaram a melhora da frequência cardíaca, respiratória e um desafio as integrantes com exercícios intensos, na atividade de relaxamento e alongamento elas mencionaram relatos emocionantes de paz e lembranças positivas. Foi observado a evolução dos grupos no sentido da prontidão nos comandos de lateralidade e resposta corporal, resistência aeróbica, a atenção e desempenho do movimento obtiveram melhor resultado. Nos grupos da oficina de ecologia, foram desenvolvidas atividades sobre a importância das abelhas, a desmontagem da composteira, organização dos materiais reciclados para a construção do tijolo ecológico, replantio, realização da feira criativa, planejamento da horta medicinal, ilha de fertilidade e debates sobre os impactos das enchentes. As integrantes do grupo aprovaram as atividades gostaram de aprender sobre a importância das abelhas e a criação de uma colméia de abelha solitária, elas gostam de produzir os tijolos ecológicos enquanto preenchem as garrafas pets elas trocam sobre suas experiências de vida e histórias do cotidiano. Fizeram o replantio das mudas de pimentão feitas durante as aulas. A feira criativa foi uma parceria com a Elos e a Centro Social do Novo Horizonte em que as integrantes produziram vasos freáticos e manjeriço desidratado para venda na feira em prol do Centro Social, elas se sentiram muito valorizadas em ver seus produtos sendo vendidos. Nos grupos de música desenvolvidas atividades de canto e ritmo, melodia e movimento, canto e expressão corporal; e ensaio do repertório. Aquecimento vocal e corporal de forma lúdica. Recebemos o músico moçambicano Leusio que contribuiu com uma prática rítmica baseada em sua cultura musical , os grupos aprenderam uma música tradicional e a divisão de vozes. Foram desenvolvidas habilidades musicais e de escuta por meio do canto, percepção melódica divisão de vozes e uso de instrumentos. Ensaios do repertório e alinhamento das músicas Pai querido, Happy Day e Malawi. Nos grupos de artesanato foram desenvolvidas atividades de álbum de fotos e memórias, vaso de garrafa pet, pintura em vidro reutilização de pote de palmito, pintura em tecido com lápis aquarelável, produção de pipa em parceria com a atividade mente em movimento no Vila Cristina. As atividades possibilitaram a descoberta da técnica com lápis aquarelável que muitas não conheciam, foi uma das técnicas mais bem aceitas pelos grupos, algumas pediram a indicação dos materiais para comprar e replicar em casa a atividade proposta. Na execução da construção da pipa, surgiu um pouco de resistência mas depois todas aceitaram a fazer e retomaram lembranças sobre a infância dos filhos e a brincadeira com pipa, houve dificuldade em fazer o acabamento com o nó mas com auxílio deu certo e elas gostaram do resultado. Nos grupos de danças foram desenvolvidas atividades de compreensão de quando a dança formam as figuras da coreografia, formas de construir e desconstruir figuras diversas, compreensão de espaço e lugar, onde estou, de onde vim, para onde vou. Aquecimento com ritmos variados, formar e desmontar; treinar as formações do dia da apresentação no SESC. A percepção da coreografia e o entendimento da proposta e do conceito estão mais claras para os integrantes da apresentação, elas e eles estão muito animados com a possibilidade em se apresentarem e alguns comentam que nunca estiveram naquele espaço do ginásio onde ocorrerá a apresentação. Uma integrante do Santo Antonio comentou que nunca havia dançado antes, quando jovem o pai não deixava ela dançar, quando adulta o marido não deixava e só agora ela pode fazer o que gosta que é dançar.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No mês de

São Paulo, Centro Comunitário Santo Antônio, Jardim Jupιά e Paulista Com base nas oficinas realizadas, nos relatórios dos oficinairos e psicóloga, além dos depoimentos dos participantes, podemos citar como resultados: ? Relatos de como a qualidade de vida melhorou após começar a realizar atividades físicas; ? Relato de redução de quadro de dores no corpo e redução de uso de medicamentos para dor e remédios controlados ; ? Relatos de melhora na mobilidade articular, postura e flexibilidade; ? Relato de melhoras na saúde mental e desejo de fazer novas atividades; ? Promoção de novas aprendizagens e habilidades nas oficinas de artesanato; ? Aumento da criatividade e iniciativa de sugestão de atividades futuras ; ? Relação de autocuidado e valorização do próprio corpo; ? Ampliação do repertório cultural;

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os Centro Comunitário do Planalto não tem energia elétrica, a janela da cozinha todos os vidros quebrados, tem telhas quebradas, espaço muito quente e por vezes está muito sujo, nos dias frios por ser um espaço aberto e sem opção de sala reservada para as atividades é muito gelado. O centro comunitário do Jardim São Paulo não tem ventilador e é um espaço muito quente e nos dias frios por conta de não ter forro é um espaço muito gelado.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Depoimentos dos inscritos do Projeto Com Vivência durante as oficinas, passeios e nos grupos de Whatsapp: N. A. G. - 66 anos ? Novo Horizonte: ?Disse que a aula de música traz tanta alegria pro coração. É muito bom.? M.D.F. ? 67 anos -Novo Horizonte - ?disse que vai sentir muita falta do grupo porque ela vai viajar para Minas Gerais por um mês.? D.D.S.L. ? 63 anos ? Novo Horizonte - diz estar gostando da aula de música pois está aprendendo muito. É uma aluna que frequenta a um mês. S.M.D.S.D. 62 anos ? Pauliceia ? Amo as aulas de artesanato, não quero perder nada, para depois fazer em casa, é muito gostoso. C.D.G.F.A 66 anos ? Planalto ? Que lindo está ficando nossa cerca verde, é tão bom ver o resultado do nosso plantio, vai ficar linda esta cerca toda cheia de natureza. L.D.A.B. - 61 anos- Novo Horizonte ? Eu gosto muito de participar das aulas ecologia, me sinto aprendendo coisas para o planeta e para o dia a dia. Gosto muito de mexer na terra e ver as mudas em desenvolvimento.

SETEMBRO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Durante o mês de setembro, as atividades desenvolvidas no projeto tiveram como objetivo promover o cuidado integral, a convivência e o fortalecimento de vínculos, por meio de ações socioeducativas, culturais, corporais e de educação ambiental, além do fortalecimento da organização interna da equipe. ? Desenvolver a percepção musical (rítmica, melódica e de memória) por meio de atividades lúdicas com canto, movimentos corporais e instrumentos. ? Estimular a expressão vocal e corporal, ampliando a criatividade, a comunicação e a confiança dos participantes. ? Favorecer a socialização, a escuta atenta e o trabalho em grupo, contribuindo para o fortalecimento da autoestima e da convivência. ? Estimular a criatividade e a autonomia manual por meio da confecção de peças decorativas e utilitárias. ? Desenvolver habilidades manuais, coordenação motora, atenção e senso estético. ? Incentivar práticas de sustentabilidade, por meio da reciclagem e reutilização de materiais. ? Promover a educação ambiental de forma prática e contextualizada, considerando as necessidades de cada território. ? Estimular o cuidado com o meio ambiente, o contato com a terra e o senso de pertencimento aos espaços coletivos. ? Desenvolver práticas sustentáveis relacionadas ao cultivo, reaproveitamento de materiais e produção de mudas. ? Criar, ajustar e ensaiar coreografias para apresentação, estimulando a expressão corporal e o trabalho coletivo. ? Desenvolver consciência corporal, preparo físico e qualidade de movimento por meio de aquecimento, alongamento e exercícios integrados. ? Ampliar a percepção da relação entre corpo e emoções, fortalecendo o cuidado corporal, a coletividade e o pertencimento. ? Promover a movimentação global do corpo por meio de exercícios, alongamentos, danças, jogos e brincadeiras. ? Desenvolver coordenação motora, equilíbrio e força muscular, respeitando os limites e potencialidades dos participantes. ? Contribuir para a redução de dores musculares e para o bem-estar físico e social. ? Qualificar a atuação da equipe por meio de capacitação sobre práticas de atendimento domiciliar na Proteção Básica. ? Ampliar o conhecimento técnico e o alinhamento com os serviços da rede socioassistencial. ? Planejar e organizar o processo de transição de coordenação, garantindo continuidade, clareza de fluxos e uma mudança tranquila. ? Articular com a rede do território do CRAS Novo Horizonte para planejar a ação comunitária do mês da Pessoa Idosa.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - O mês de setembro foi marcado por um período de retomada, organização e preparação das atividades desenvolvidas nos diferentes eixos do projeto. As oficinas aconteceram de forma contínua, possibilitando o fortalecimento dos vínculos com os participantes e a manutenção dos espaços de convivência, expressão e cuidado integral. No eixo de atividade física, o mês também foi marcado pelo retorno da oficinaira Paula, que atua em sistema de revezamento trimestral. Esse momento teve caráter de acolhimento e readaptação, favorecendo a retomada do vínculo com os participantes e a continuidade das propostas corporais, respeitando os ritmos do grupo. As atividades culturais e socioeducativas, como música, dança e artesanato, seguiram contribuindo para a expressão, a socialização e o fortalecimento da autonomia dos participantes, ainda que o mês tenha sido mais voltado à organização dos processos e à preparação de ações futuras, como as apresentações e atividades previstas para o mês seguinte. No eixo de ecologia, as ações mantiveram o caráter prático e territorializado, fortalecendo o cuidado com os

Novo Horizonte, com foco no planejamento da ação comunitária referente ao mês da pessoa idosa, a ser realizada em outubro. Esse momento foi fundamental para o alinhamento intersectorial, o planejamento conjunto e o fortalecimento da atuação em rede. De forma geral, setembro se configurou como um mês de transição e preparação, tanto no que se refere às atividades com os participantes quanto à organização interna da equipe, contribuindo para a construção de bases mais sólidas para as ações desenvolvidas nos meses seguintes.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Ao longo do mês de setembro, os resultados alcançados indicam um crescimento considerável do projeto nos territórios, com o registro de 12 novas inscrições, evidenciando o fortalecimento das ações e o interesse contínuo das pessoas idosas pelos espaços de convivência ofertados. O período foi marcado pela manutenção de uma oferta regular de atividades, contribuindo para a consolidação dos vínculos e para a preparação de ações previstas para os meses seguintes. No total, foram realizadas 90 oficinas, distribuídas entre os diferentes eixos: 26 de atividade física, 21 de artesanato, 12 de ecologia e 31 atividades culturais, que englobaram música e dança. Essa diversidade de ofertas possibilitou atender diferentes interesses e necessidades dos participantes, mantendo a regularidade das ações nos territórios. Embora setembro tenha sido um mês predominantemente voltado à preparação ? especialmente nos eixos de música e dança, com foco nos ensaios e organização das apresentações futuras ?, as atividades de artesanato e atividade física mantiveram-se centradas nos objetivos propostos, garantindo continuidade e estabilidade das ações. No eixo de ecologia, as atividades combinaram momentos de planejamento e execução, respeitando as especificidades de cada território. Outro resultado relevante foi a realização das atividades de comemoração dos aniversariantes do mês, com uma celebração em cada território, que reuniu 188 participantes. Esses momentos contribuíram significativamente para o fortalecimento dos vínculos, o sentimento de pertencimento e a valorização das trajetórias individuais e coletivas. No âmbito da organização interna, setembro também foi marcado por reuniões de alinhamento entre a equipe fixa e osicineiros, além de ações de planejamento e preparação para as mudanças previstas para o mês de outubro, que envolveriam apresentações culturais e alterações na composição da equipe. De forma geral, o mês consolidou-se como um período estratégico de preparação e organização, criando bases importantes para a intensificação das atividades e ações desenvolvidas posteriormente

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - - Sem grandes dificuldades observadas.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - ?Em breve teremos uma colméia? ? M.V.D.M. ? 72 anos, participante da oficina de Ecologia no Jardim Jupιά.

OUTUBRO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - ? Desenvolver aquecimento vocal e corporal. ? Trabalhar ritmo, afinação e expressão musical por meio do repertório do coral. ? Estimular a prática de instrumentos de percussão. ? Preparar o grupo para gravações e apresentações culturais. ? Ampliar repertório cultural e promover vivências de diversidade. ? Desenvolver expressão corporal e coordenação rítmica. ? Estimular memória coreográfica e atenção compartilhada. ? Fortalecer trabalho em grupo e convivência. ? Preparar para apresentações culturais. ? Estimular criatividade e coordenação motora fina. ? Promover práticas sustentáveis, como reutilização de materiais. ? Fortalecer pertencimento e integração entre oficinas. ? Produzir itens artesanais para ações e eventos do território. ? Valorizar protagonismo das participantes por meio de exposições e produções coletivas. ? Fortalecer educação ambiental e conscientização socioambiental. ? Desenvolver habilidades práticas de cultivo e manejo de hortas. ? Promover autonomia e pertencimento aos espaços comunitários. ? Sensibilizar sobre descarte adequado de resíduos e práticas sustentáveis. ? Estimular participação ativa em ações territoriais e eventos externos. ? Estimular movimentação global e consciência corporal. ? Fortalecer equilíbrio, força muscular e mobilidade articular. ? Desenvolver coordenação motora e ritmo. ? Promover autonomia e segurança nas atividades cotidianas. ? Contribuir para melhora da capacidade funcional. ? Rearticular a parceria entre o Projeto Com Vivência e o serviço de saúde do território, visando à reestruturação e continuidade do grupo de estimulação cognitiva, ampliando as estratégias de intervenção e fortalecendo o acesso dos participantes a informações e temas relevantes de saúde. ? Qualificar a atuação da coordenação e da equipe técnica por meio da participação em processos formativos voltados ao cuidado de quem cuida, fortalecendo práticas institucionais de cuidado, reflexão profissional e aprimoramento do atendimento aos usuários.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Ao longo do mês, foi possível perceber o quanto as atividades ganharam vida e sentido para os grupos. Cada oficina avançou no seu objetivo específico, mas todas contribuíram também para convivência, expressão e fortalecimento dos vínculos entre as participantes. Foi um período muito ativo, cheio de encontros importantes e trocas que ultrapassaram o fazer técnico. Na oficina de Artesanato, as participantes trabalharam na produção de itens de Natal e nas lixeiras criativas (em parceria com a Ecologia). Além de estimular coordenação motora e criatividade, a oficina funcionou como um espaço de reconciliação e

para a maioria. Isso gerou empolgação, troca de dicas e um clima de apoio coletivo. A presença de participantes do território do Santo Antônio, atendidos pela Equipe Volante vinculada ao CRAS Novo Horizonte, também proporcionou que os participantes pudessem estar mais próximos aos profissionais e serviços da rede, tendo sido este espaço um passo em direção a essa aproximação, além de reforçar o sentimento de comunidade entre grupos. A parceria entre Ecologia e Artesanato se destacou na produção das lixeiras para a corrida e caminhada do Instituto Lixo Zero Brasil. A atividade envolveu três territórios e abriu espaço para conversas importantes sobre sustentabilidade. Nos territórios que já tinham contato com o tema, o diálogo se aprofundou; no Santo Antônio, serviu como um primeiro passo para introduzir a educação ambiental. O trabalho conjunto criou um clima de cooperação e propósito, com cada participante contribuindo com o que sabia fazer. Na Dança, o grupo seguiu firme nas práticas de alongamento, consciência corporal, força e expressão, além dos ensaios para as apresentações do mês. Os encontros reforçaram confiança, autoestima e liberdade de movimento ? elementos que já fazem diferença no dia a dia das participantes. A ida ao Festival GPT (Ginástica Para Todos), no SESC, foi um momento especial, porque deu visibilidade ao trabalho de todo o ano e percebeu-se, a partir do relato das participantes, que se tratou de uma conquista muito grande estar ali, tanto pela conquista do grupo, quanto por marcar também um momento de superação pessoal para muitas. A proposta do festival é valorizar o movimento e apresentações sem competições, cada grupo em seu nível de habilidades. Essa característica proporcionou um sentimento de confiança naquilo que o grupo havia produzido e em seu significado, diminuindo a cobrança para alcançar resultados. Isso foi trazido como positivo pelo grupo e pela equipe. A oficina de Música teve um mês muito intenso e significativo. Além dos aquecimentos, ensaios e percussão, o grupo se dedicou ao aperfeiçoamento das músicas africanas ensaiadas ao longo do ano para as gravações em Estúdio Musical. A participação dos intercambistas africanos trouxe ainda mais riqueza, pois puderam compreender o contexto das músicas, conversar sobre cultura e a ampliar a visão dos participantes a respeito da cultura africana, desmistificando alguns preconceitos. As apresentações e os encontros entre territórios foram mencionados pelas próprias participantes como momentos importantes, em que elas se sentem valorizadas e reconhecidas. Nas oficinas de Ecologia, o mês foi marcado por vivências que ampliaram o repertório socioambiental das participantes e reforçaram o vínculo com o território. A ida ao encerramento da Semana Agroecológica abriu espaço para novas conversas sobre produção sustentável e permitiu que as idosas relacionassem essas discussões com a realidade do município. Nos territórios, a construção de hortas e canteiros acessíveis seguiu como um processo importante de autonomia e cuidado coletivo, incentivando o trabalho em grupo e o envolvimento direto com o cultivo. A parceria com a empresa Mirante, por meio da demonstração do protótipo de caixa de gordura, ajudou a tornar mais concreto o debate sobre descarte adequado de óleo, conectando o tema ambiental à rotina doméstica e estimulando práticas mais conscientes. Na Atividade Física, as propostas do mês continuaram voltadas ao fortalecimento global do corpo, equilíbrio e mobilidade, com exercícios que dialogaram tanto com condicionamento físico quanto com coordenação e ritmo. Mesmo com objetivos bem definidos, as práticas foram adaptadas ao nível de cada turma, valorizando a autonomia e a segurança nas atividades cotidianas. Um ponto marcante do mês foi a abertura das Olimpíadas da Terceira Idade no município, que mobilizou a equipe a refletir sobre a possibilidade de participação no próximo ano. Esse movimento abriu uma perspectiva positiva para trabalhar a ginástica como um projeto coletivo maior, reunindo motivação, engajamento e sensação de pertencimento entre as participantes. Neste mês, também houve uma mudança significativa na equipe do projeto: saída da antiga coordenação e a troca do profissional de Psicologia. Estas mudanças permitem que observemos à importância do vínculo construído com a equipe de referência. É a partir do relato das participantes que analisamos que, muitas vezes, os profissionais da rede estão mais próximos e presentes em suas vidas do que familiares. Além do papel de análise e desenvolvimento técnico, estes profissionais ocupam um papel de cuidado, escuta, acolhimento e vinculação que também promove saúde, fortalecimento de vínculos e convivência. A saída da coordenadora Talita trouxe um sentimento de despedida, que permitiu reflexões sobre a impermanência e finitudes, enquanto o início do Psicólogo Wallace também traz novas possibilidades, curiosidade e a construção de vínculos, que se demonstrou muito positivo. Junto com as mudanças na equipe do Projeto, também houve uma reorganização da equipe do CRAB Vila Cristina e a troca de profissionais, que geraram a necessidade de revisão e alinhamento das práticas desenvolvidas em parceria. Isso possibilitou um espaço de diálogo intersetorial para repensar o formato do grupo de estimulação cognitiva, ampliando perspectivas de atuação para além dos jogos e fortalecendo a integração entre saúde e assistência social no território. A participação no percurso formativo ?Territórios do Cuidar? proporcionou espaços de reflexão coletiva sobre as práticas profissionais e o cuidado com os trabalhadores, reconhecendo que o fortalecimento individual e da equipe é fundamental para a oferta de atendimentos mais qualificados e humanizados nos serviços e projetos da AFASCOM. De modo geral, todas as oficinas ofereceram espaços acolhedores e cheios de propósito. Cada encontro ajudou a fortalecer vínculos, estimular a autonomia, promover convivência e trazer leveza para a rotina. Foi um mês marcado por aproximações, novas experiências e muitas oportunidades de mostrar ao público o trabalho que vem sendo construído coletivamente.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Ao longo do mês, os resultados alcançados demonstram o quanto as ações do projeto vêm se consolidando nos territórios. Foram registradas 15 novas inscrições, indicando que o trabalho tem se difundido e despertado interesse entre pessoas idosas que buscam espaços de convivência e participação. No total, 117 oficinas foram realizadas (32 de atividade física, 14 de ecologia, 23 de artesanato, 11 de dança e 23 de música), mantendo uma oferta regular e diversa que contribui diretamente para a adesão e para o fortalecimento dos vínculos entre as participantes. As atividades externas e apresentações também

diferentes territórios, além da participação no encerramento da Semana Agroecológica. Essas ações somaram 258 presenças, evidenciando engajamento e interesse em participar de atividades que ultrapassam o cotidiano das oficinas e que reforçam o protagonismo da pessoa idosa nos espaços públicos. Outro aspecto relevante foram as parcerias que permitiram a ampliação das atividades externas e as oficinas ofertadas pelo projeto. O aumento das possibilidades práticas expandem o repertório dos grupos e dos participantes. No total, sete parceiros, entre instituições da rede pública e privada, contribuíram para as principais atividades desenvolvidas neste mês (Mirante, Move Exchange, CRAS Novo Horizonte, SESC Piracicaba, Instituto Lixo Zero e Secretaria de Cultura, CRAB Vila Cristina), fortalecendo a articulação com a rede socioassistencial, cultural e ambiental do município. A presença desses parceiros não só diversificou as experiências, como criou oportunidades de diálogo e aprendizagem que alimentam o propósito do projeto de promover um envelhecimento ativo, participativo e integrado ao território. Ainda, a participação na capacitação ?Territórios do Cuidar? contribuiu para a ampliação do repertório técnico e relacional da coordenação e da equipe técnica, fortalecendo vínculos institucionais entre os serviços e incentivando a incorporação de práticas de cuidado com os profissionais no cotidiano de trabalho, com impactos positivos na organização e na qualidade das ações desenvolvidas. Proporcionou também o início de um diálogo para parcerias entre a equipe do Projeto Com Vivência e do PEDI no sentido de fortalecimento dos profissionais (mensalmente).

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - As principais dificuldades observadas também trouxeram reflexões sobre o funcionamento do projeto e das redes que o sustentam. A equipe enfrentou desafios para manter registros fotográficos/vídeos e compartilhá-los com os participantes, devido ao grande volume de demandas da equipe. Da mesma forma, os registros de atendimentos de escuta e acolhida realizados pela equipe acabam não refletindo a realidade numérica dos atendimentos feitos, pensando que acontecem diariamente em grande quantidade durante as oficinas ou pelo WhatsApp. Outra questão que se destacou diz respeito às condições dos Centros Sociais. A manutenção e a limpeza dos espaços têm sido realizadas, majoritariamente, pelos próprios líderes comunitários e equipamentos do território, uma vez que não há um protocolo claro ou uma definição por parte da Secretaria de Assistência sobre essa responsabilidade. Além da sobrecarga, faltam recursos humanos e materiais suficientes para que esse cuidado seja realizado de maneira adequada. Em alguns locais, como no território do Jd. Planalto, essa falta de manutenção impacta diretamente as oficinas: buracos no alambrado permitem a entrada de terceiros, que acabam depredando estruturas construídas coletivamente. Essa situação não só dificulta o andamento das atividades, como enfraquece o objetivo central de estimular pertencimento e corresponsabilidade com o espaço. Apesar dos esforços da equipe e das comunidades, essas dificuldades reforçam a necessidade de maior estruturação institucional para garantir a continuidade e a qualidade das ações. E, ao mesmo tempo, evidenciam a força das participantes e do território, que seguem cuidando, ocupando e criando possibilidades mesmo diante de desafios.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - ?Aquele evento que teve no Novo Horizonte, pra mim, foi tão lindo! Quando as meninas desfilaram de miss, eu achei aquilo o máximo. Elas deram de si, elas não pensaram em nada, estavam alegres e nos alegraram. Foi tão lindo aquilo, eu tive um dia maravilhoso. [?] No domingo, minhas filhas foram no Engenho assistir nossa apresentação, eles ficaram encantados, tinha os meninos da África, então foi uma experiência muito diferente, minhas netinhas tiraram fotos, foi muito legal? (Maria de Lourdes Nastaro Spada ? Jupιά) Algo especial que eu gostei, são os aniversários, né? A gente se emociona né, que nunca teve coisa dessa no Jupιά pra gente, né? Eu emociono muito com essas coisas. Meu aniversário foi em Agosto e eu fiquei muito feliz, é poder estar junto e comemorar com as amigas também [?] Chega quinta feira, a gente sabe que tem aquilo lá pra fazer de manhã, daí a gente esquece as coisas de casa?. (Judilina Banzato-Jupιά) A gente se acostuma com as pessoas, e elas saem, vão buscar novos desafios, a gente sabe, mas a gente fica com saudades, viu.. Até hoje a gente lembra e pensa na Larissa, na Dani, porque a gente cria muito amor por todos que passam, ainda mais que a gente se vê bastante, vocês importam com a gente, nossa, daí vai embora a gente sente falta. Chega quinta feira, a gente sabe que tem que ir cantar. E agora, onde uma vai, todas vão. Uma convida a outra. Antes a gente se conhecia, mas não se conversava. (Maria de Fátima Fedrizzi da Silva ? Jupιά) Eu gostaria muito que continuasse o projeto, porque mudou a minha vida. Até dos remédios que eu tomava pra depressão, eu já deixei. O projeto Com Vivência foi muito bom pra mim. Conviver com todos esses amigos e vocês, educadores. (Maria Jascinta ? Jd. Sp) O projeto é um aprendizado muito bom pra gente, porque a gente, quando chega certa idade, a gente não tem como tá saindo pros lugares, a gente só quer ficar dentro de casa. Então é uma coisa muito importante. Eu participo de todas as atividades que tem. É um lugar que a gente passa a conhecer muitas pessoas, e participando, formando os amigos, e a gente vai participando mais, e sempre ficando mais alegre, um dia a gente emociona, tem dia que tá muito bonito e a gente fica até com lágrimas nos olhos né... É um aprendizado, que a gente nunca viu, nunca passou pelo que a gente tá passando agora. Aprender essas músicas, aprender a tocar. Tá todo mundo reunido, fazendo festas. Cada dia a gente aprende mais, e mais amizade e carinho que a gente tem. (Miguelita ? Jd. SP)

NOVEMBRO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Artesanato ? Confeccionar peças temáticas de Natal, promovendo criatividade, reaproveitamento de materiais e fortalecimento de vínculos por meio de: ? Confeção de Bonei Natal com reutilização de garrafas PET; ?

escuta musical e para a forma como o corpo manifesta afetos. ? Realizar uma retomada das atividades desenvolvidas ao longo do ano. ? Alinhar informações sobre a agenda de encerramento do ano, férias e apresentação final. Ecologia ? Desenvolver ações práticas de educação ambiental e cultivo sustentável, com foco em: ? Construção e finalização da Espiral de Ervas nos territórios do Jardim Planalto, Novo Horizonte e Jupia; ? Construção do primeiro canteiro em formato de fechadura no Novo Horizonte, favorecendo a acessibilidade de pessoas com mobilidade reduzida; ? Construção de estufa para germinação de sementes com materiais reciclados (Jd. Jupia). ? Estimular o conhecimento sobre plantas alimentícias e medicinais. ? Promover reflexões sobre sustentabilidade e atualidades ambientais (COP 30). Atividade Física ? Melhorar a força muscular dos participantes, por meio de exercícios com faixa elástica. ? Desenvolver equilíbrio, coordenação motora e condicionamento físico. ? Estimular autonomia nas atividades da vida diária. Música ? Desenvolver percepção auditiva, senso rítmico, coordenação motora e expressividade corporal e vocal, por meio do canto coletivo. ? Estimular a escuta atenta, a criatividade musical e a convivência grupal. Grupo Psicossocial ? Favorecer a integração grupal e a construção de identidade coletiva. ? Possibilitar avaliação das atividades desenvolvidas ao longo do ano. ? Trabalhar comunicação, criatividade, cooperativismo, estimulação cognitiva e reflexão sobre aspectos da vida cotidiana. ? Elaborar, de forma participativa, o formato dos grupos, considerando as demandas de cada território. Reuniões ? Avaliar e adequar práticas cotidianas do serviço, visando a melhoria da qualidade do atendimento. ? Planejar ações e encaminhamentos da Festa de Final de Ano. ? Alinhar o Plano de Trabalho 2026 junto à equipe do Projeto Com Vivência CESAC. Eventos e Passeios ? Encerrar o ciclo anual das atividades desenvolvidas em 2025 com um momento coletivo de celebração. ? Promover integração entre os territórios, fortalecimento de vínculos e protagonismo das pessoas idosas. ? Atender à demanda dos participantes por um momento de despedida e homenagem à oficina de música, em virtude de sua licença maternidade. ? Valorizar as trajetórias construídas ao longo do ano nas atividades do coral.

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - O mês de novembro caracterizou-se como um período de transição, fechamento de ciclos e reorganização das práticas do Projeto. As ações desenvolvidas estiveram fortemente direcionadas ao fortalecimento de vínculos, à valorização das trajetórias construídas ao longo do ano e à adaptação da rotina dos grupos diante das férias das oficinas de música e dança, que se estenderam por aproximadamente 20 dias. A interrupção temporária dessas oficinas impacta diretamente o cotidiano e o bem-estar das participantes, uma vez que estas atividades já se são parte da rotina semanal e ao cuidado em saúde mental e emocional. Diante disso, a equipe adotou como estratégia a utilização dos horários das aulas de música para dar início aos grupos de psicologia, buscando garantir a continuidade da rotina das participantes e, ao mesmo tempo, responder às demandas psicossociais identificadas nos territórios. A definição dos territórios escolhidos considerou a existência de outras ofertas semelhantes e as especificidades locais. No Jardim São Paulo e na Vila Cristina, os participantes já contavam com grupos desenvolvidos por outras frentes (SCFV e parceria com o CRAB), motivo pelo qual optou-se por iniciar os grupos psicossociais no Jardim Jupia e no Novo Horizonte. Essa estratégia se mostrou eficaz, resultando em significativa adesão nos encontros iniciais e favorecendo a construção da identidade grupal. Os grupos de psicologia apresentaram, ainda neste mês, sinais importantes de integração, escuta mútua e participação ativa, indicando que os objetivos iniciais de acolhimento, fortalecimento de vínculos e criação de um espaço seguro de fala vêm sendo alcançados. Outro destaque do mês foi a atuação integrada entre as oficinas, evidenciada na ação realizada com a turma de Ecologia do Jardim Planalto no bairro Monte Alegre. A entrega das lixeiras confeccionadas pelas participantes da oficina de Artesanato possibilitou o reconhecimento social do trabalho desenvolvido, além de ampliar os repertórios culturais e o sentimento de pertencimento das participantes. No âmbito das oficinas, observou-se que o Artesanato se consolidou como um espaço de acolhimento emocional e convivência. Situações significativas, como o falecimento de duas participantes, foram trabalhadas de forma sensível pelo grupo, permitindo reflexões sobre finitude, vínculos e a importância do convívio coletivo. A decisão das participantes de finalizar as peças iniciadas para entregá-las às famílias reforça o caráter afetivo e simbólico construído no espaço da oficina. As atividades de Ecologia seguiram avançando com foco na construção coletiva, sustentabilidade e acessibilidade, com destaque para a finalização de estruturas que ampliam a autonomia das participantes, como o canteiro em formato de fechadura. As discussões sobre propriedades medicinais das plantas e temas atuais, como a COP 30, também contribuíram para a ampliação do repertório crítico e ambiental das participantes. Nas atividades físicas, os relatos das participantes indicam melhora na disposição, redução de dores e aumento da autonomia funcional. Um avanço significativo observado no mês foi o caso de uma participante do Jardim Planalto que, ao iniciar as atividades, utilizava andador e, após três semanas, passou a realizar os exercícios com maior facilidade e a se locomover sem o auxílio do equipamento. O encerramento do mês foi marcado pela realização da Festa de Final de Ano e pelos encontros coletivos do Coral, que se configuraram como momentos potentes de valorização, protagonismo e integração entre os territórios. As falas dos participantes evidenciam o impacto positivo dessas ações na construção de sentido, pertencimento e reconhecimento social da pessoa idosa.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Os resultados alcançados no mês de novembro evidenciam a consolidação das ações desenvolvidas ao longo do ano e o fortalecimento do Projeto nos territórios, especialmente no que se refere à participação, aos vínculos e ao protagonismo das pessoas idosas. Ao longo do mês, foram registradas 9 novas inscrições, indicando que, mesmo em um período marcado por encerramentos, transições e férias, o projeto manteve sua

encerramento geral, que reuniu 168 participantes, e 1 festa específica de encerramento das turmas do coral. Esses momentos reforçaram o sentimento de pertencimento, a valorização das trajetórias construídas ao longo do ano e a integração entre os grupos. Destaca-se o caráter simbólico dessas ações, que possibilitaram a celebração coletiva, o reconhecimento social das pessoas idosas e a visibilidade das práticas desenvolvidas pelo Projeto, reafirmando seu papel como espaço de convivência, expressão e cuidado.

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - O espaço do Jardim Planalto tem apresentado dificuldades relacionadas à falta de manutenção e cuidado, incluindo invasões, furtos e danos às estruturas construídas coletivamente, como mudas e canteiros. Essas situações tornam o trabalho mais lento e geram sentimentos de insegurança e insatisfação entre os participantes, evidenciando a necessidade de fortalecer o sentimento de pertencimento e a ocupação contínua do espaço.

Observações/Comentários:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - ?Eu amo estar aqui, depois que eu comecei a vir, isso mudou a minha vida. Você não sabe como me faz bem.? Maria de Fátima Ferreira Ramos ? Vila Cristina (Artesanato e Ginástica) ?Eu nunca mais vou jogar fora essas caixas de bolo, já estou pegando sempre que vejo, pra fazer as estufas.? (se referindo à técnica de estufa para sementes com material reciclável que aprendeu nas aulas de ecologia) Judilina Banzatto ? Jardim Jupia (Ecologia e Música) ?Sinto falta da música quando não tem, fica um vazio na semana. Quando tem, eu fico a semana inteira cantando o repertório que a gente ensaia.? Tereza Pereira da Silva ? Vila Cristina

DEZEMBRO/2025

Objetivos específicos:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Objetivo geral do mês ? Encerrar o ciclo anual das atividades do Projeto, promovendo momentos de confraternização, celebração e revisão do ano vivido, fortalecendo vínculos, o sentimento de pertencimento e a valorização das trajetórias construídas coletivamente. ? Realizar ações de articulação com a rede e de organização interna, visando a estruturação das atividades para o ano seguinte. Artesanato ? Confeccionar produções natalinas, com ênfase no uso de materiais recicláveis e reutilizáveis. ? Costurar árvore de Natal utilizando a técnica do fuxico. ? Pintar ecobags com lápis aquareláveis, estimulando criatividade, coordenação motora e expressão artística. ? Promover momentos de confraternização entre as participantes, celebrando o ano vivido, a companhia e os vínculos construídos. ? Valorizar a ideia de que o ?pouco doado se transborda?, fortalecendo sentimentos de partilha, afeto e coletividade. Dança ? Realizar o encerramento do ciclo anual das atividades de dança, por meio de uma aula voltada à reflexão e à despedida. ? Promover uma retrospectiva das aulas e apresentações realizadas ao longo do ano, identificando vivências significativas e pontos marcantes para as participantes. ? Valorizar os aprendizados, os vínculos e a trajetória construída pelo grupo durante o ano. Música ? Realizar ensaios para a apresentação de Natal no Varejão da Paulista. ? Desenvolver a percepção rítmica, melódica e a coordenação corporal, integrando corpo, voz e música. ? Estimular a consciência vocal, a escuta musical e o trabalho em grupo por meio do canto coletivo. ? Promover a integração entre os participantes e fortalecer o sentimento de pertencimento ao território. ? Realizar a despedida oficial da oficina de música, resgatando momentos significativos do ano e valorizando a história construída coletivamente pelo grupo. ? Conduzir roda de conversa de encerramento antes do período de férias, favorecendo a expressão de sentimentos e a reflexão sobre o percurso vivido. ? Valorizar a velhice enquanto etapa produtiva, ativa e significativa da vida. Ecologia ? Concluir a construção do canteiro em formato de ferradura. ? Plantar, colher e realizar o manejo da roça e dos canteiros existentes. ? Preencher e organizar os canteiros, estimulando o cuidado contínuo com os espaços. ? Construir vasos suspensos, ampliando as possibilidades de cultivo. ? Construir estufa para germinação de sementes. ? Discutir medidas de proteção e prevenção contra escorpiões, relacionando cuidado ambiental e saúde. ? Apresentar o projeto De Olho no Óleo, em parceria com a Mirante, abordando os impactos do descarte irregular de óleo, alternativas sustentáveis e disponibilizando barril de coleta no território. Atividade Física ? Analisar o desenvolvimento das participantes ao longo do ano, considerando ganhos de força, flexibilidade e autonomia funcional. ? Proporcionar atividades físicas voltadas ao encerramento do ano, utilizando brincadeiras e dinâmicas que promovam lazer, descontração e bem-estar. ? Resgatar elementos da infância por meio das atividades, fortalecendo memórias afetivas e a ludicidade. ? Estimular reflexões e desejos para o novo ano que se inicia, integrando movimento, emoção e convivência. Psicossocial ? Estimular a memória por meio de atividades reflexivas e narrativas. ? Resgatar histórias de vida das participantes, valorizando suas trajetórias e experiências. ? Fortalecer a integração e os vínculos grupais a partir da escuta, da partilha e do reconhecimento das histórias individuais e coletivas

Análise qualitativa:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Apesar de se tratar de um mês de encerramento do ano, dezembro também representou um período de recomeços para o Projeto. Este foi o primeiro mês da nova vigência, após a renovação e confirmação da continuidade das atividades nos territórios. A confirmação gerou grande impacto emocional nos grupos, sendo visível, por meio das falas e comemorações dos participantes, o quanto as atividades ocupam um lugar central em suas rotinas, contribuindo para a construção de sentido, pertencimento e ampliação das redes de convivência. O sentimento predominante foi de alívio e alegria, evidenciando a importância do Projeto na organização do cotidiano e no bem-estar das pessoas idosas participantes. O mês também foi

ajustes na organização interna. As mudanças propostas são resultado de reflexões coletivas sobre fragilidades e oportunidades de melhoria identificadas ao longo do ano, e serão implementadas a partir de janeiro de 2026, buscando qualificar ainda mais a atuação do Projeto. No campo da articulação em rede, foram desenvolvidas importantes ações em parceria com a rede socioassistencial e outros equipamentos do município. Destaca-se a movimentação no território do Novo Horizonte voltada à temática da sustentabilidade. Nos bastidores, ocorreram reuniões entre o Projeto e serviços do território com propostas e públicos semelhantes, como o CRAS, o SCFV CCInter Pq. Dos Sabiás e representantes da Horta Comunitária do Santa Fé. Essas articulações tiveram como objetivo mapear ofertas existentes, compreender demandas locais e pensar estratégias integradas ou complementares, fortalecendo a rede e ampliando o alcance das ações. Ainda nesse território, foi realizada a ação ?De Olho no Óleo?, em parceria com a empresa Mirante, que promoveu reflexões sobre os impactos do descarte irregular de óleo na rede de esgoto, como problemas no escoamento da água e prejuízos diretos à vida dos moradores. A atividade também apresentou alternativas sustentáveis para o descarte correto, realizando a entrega de um barril coletor que ficará disponível para a população no Centro Social, ampliando o acesso à informação e fortalecendo práticas ambientais responsáveis. Outra parceria relevante ocorreu no Jardim São Paulo, por meio da participação do Projeto na ação comunitária voltada à valorização da cultura afro-brasileira, realizada no início do mês. O coral apresentou músicas africanas que integram seu repertório, marcando mais um avanço no processo de aprendizagem musical e cultural do grupo. Além disso, o coral também se apresentou em uma feira vegana e agroecológica, com repertório natalino. As apresentações se configuraram como momentos significativos para os participantes, fortalecendo o sentimento de pertencimento, os vínculos grupais e a percepção de um papel social ativo na velhice. Destaca-se, ainda, o valor simbólico da presença de familiares como público, ampliando o reconhecimento das trajetórias e conquistas dos participantes. Por fim, destaca-se a realização de uma reunião inicial com a AVISTAR, serviço voltado ao atendimento de pessoas com deficiência visual. O contato teve como objetivo aproximar os serviços e compreender possibilidades de atuação conjunta, considerando que o Projeto atende participantes com deficiência visual e reconhece a necessidade de ampliar adaptações nas atividades. Essa articulação inicial representa um passo importante na busca por práticas mais acessíveis e inclusivas.

Avalie os principais resultados alcançados:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - Mesmo sendo um período tradicionalmente marcado por encerramentos, o mês foi atravessado pela confirmação da renovação do projeto, o que se refletiu na permanência dos participantes e na continuidade das atividades coletivas. Ao longo do mês, foram realizados 41 encontros, distribuídos entre as diferentes modalidades de oficinas ofertadas pelo projeto. As oficinas mantiveram caráter coletivo e integrador, com adaptações relacionadas ao período de confraternização e encerramento de ciclo, sem prejuízo aos objetivos propostos. No campo das ações externas e apresentações públicas, destaca-se a atuação do coral do projeto, que realizou 2 apresentações, envolvendo 77 participantes. As apresentações ocorreram em diferentes contextos comunitários e culturais, incluindo: ? Ação comunitária realizada no CRAS Jardim São Paulo; ? Feira vegana e agroecológica; ? Atividade de encerramento com repertório natalino. Essas ações reforçaram o sentimento de pertencimento ao grupo, ampliaram a visibilidade do projeto no território e possibilitaram o reconhecimento do papel social ativo das pessoas idosas, inclusive com a participação e presença de familiares em alguns momentos. No que se refere à articulação em rede, foram realizadas 3 reuniões com equipamentos e parceiros do território, com destaque para ações conjuntas voltadas à sustentabilidade e à integração de propostas. Entre as ações desenvolvidas em parceria, destacam-se: ? A ação comunitária em parceria com o CRAS Jardim São Paulo; ? A ação ?De Olho no Óleo?, realizada em parceria com a empresa Mirante; ? A participação em feira vegana e agroecológica. Essas iniciativas contribuíram para o fortalecimento da rede socioassistencial, a ampliação do diálogo entre serviços e a construção de estratégias mais integradas de atuação no território. Internamente, o mês de dezembro também foi marcado por um processo de avaliação e reorganização da prática. Foram realizadas 2 reuniões de equipe, com foco na revisão de ferramentas e fluxos de trabalho, visando o aprimoramento da execução do projeto no próximo período. Como resultado desse processo, foram revisados e reestruturados os seguintes instrumentos: ? RMA (Relatório Mensal de Avaliação); ? Planejamento e Avaliação Mensal; ? Controle de horas de trabalho; ? Fluxo de pedidos de materiais; ? Questionários de avaliação por atividade, a serem aplicados junto aos participantes; ? Definição e organização dos eixos de atuação anual. Esses ajustes refletem o compromisso do projeto com a qualificação contínua das ações desenvolvidas e com a melhoria dos processos de acompanhamento, planejamento e avaliação para o ano de 2026.

Dificuldades:

ASSOC. FRANCISCANA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL CORAÇÃO DE MARIA - AFASCOM - No campo da organização interna, o mês evidenciou a necessidade de revisão e aprimoramento dos fluxos e ferramentas de planejamento, acompanhamento e avaliação. Foram identificados pontos de fragilidade nos instrumentos utilizados até então, o que demandou tempo da equipe para análise, discussão e reestruturação, especialmente considerando a preparação para a nova vigência do projeto. Além disso, a ampliação das articulações em rede e o contato inicial com serviços especializados, como o atendimento a pessoas com deficiência visual, evidenciaram desafios relacionados à adaptação das atividades e à acessibilidade plena das propostas. Tais aspectos reforçam a necessidade de aprofundamento técnico e de construção conjunta de estratégias para garantir a participação de todos os públicos atendidos.

Observações/Comentários:

Deus

Atividades



Atividade	Totalmente realizada	Parcialmente realizada	Não realizada	Justifique para parcial ou não realizado	Opções
ACOLHIDA E ESCUTA	X				
ENCAMINHAMENTO E ORIENTAÇÕES SOBRE OS DEMAIS SERVIÇOS DA REDE INTERSETORIAL	X				
OFICINA DE ATIVIDADES ECOLÓGICAS	X			Atividade ofertada de acordo com a análise da demanda dos territórios.	
OFICINA DE ATIVIDADES MANUAIS	X				
OFICINA DE ATIVIDADES FÍSICAS, LÚDICAS E RECREATIVAS	X				
OFICINA DE ATIVIDADES CULTURAIS	X				
ATIVIDADE GRUPAL COM PSICÓLOGA: ASSEMBLÉIAS, DINÂMICAS, RODAS DE CONVERSA E PALESTRAS	X			Atividades grupais foram realizadas nos territórios de maneira pontual ao longo do ano.	
ATIVIDADES INTERGERACIONAIS	X			Atividades intergeracionais ocorreram fora dos meses planejados.	
EVENTOS COMEMORATIVOS (FESTA JUNINA, ANIVERSARIANTES DO MÊS, SEMANA DO IDOSO E CONFRATERNIZAÇÕES)	X				
VISITAS E PASSEIOS	X				
PLANEJAMENTO	X				
REUNIÕES/ ARTICULAÇÃO DE REDE	X				
CONTATOS TELEFÔNICOS	X			Foram realizados contatos telefônicos de acordo com demandas pontuais identificadas.	
VISITAS DOMICILIARES	X			Foram realizadas visitas de acordo com demandas pontuais identificadas.	
FORMAÇÃO PERMANENTE	X				

IDOSA NO PROJETO

Observações

Justificar se o número de usuários atendidos for diferente do número previsto:

O número de pessoas idosas atendidas foi superior ao previsto, com novas inclusões registradas em todos os meses de 2025. A principal forma de acesso ao Projeto ocorreu por indicação de outros participantes.

1792

Analise o grau de participação dos usuários e famílias, nas várias etapas dos serviços/projetos:

Os usuários e suas famílias participaram ativamente das diferentes etapas do Projeto, em diversos níveis de envolvimento. Observa-se uma participação frequente dos usuários nas oficinas semanais, com a construção de vínculos significativos entre o grupo e as atividades desenvolvidas.

975

Este serviço fez ou faz parte de alguma rede?

SIM ▼

(rede como um conjunto de relações, regulares, entre pessoas e/ou instituições, que visam objetivos comuns de interesse social). Caso a resposta seja sim, descreva como tem se efetivado:

bem como a participação em ações comunitárias e o diálogo recorrente com os respectivos equipamentos. Além da política de Assistência Social, o Projeto mantém articulação com equipamentos da área da Saúde, como o CRAB e as Unidades de Saúde da Família (USF) que atendem a po

303

Análise dos impactos sociais:

O Projeto produziu impactos sociais relevantes na vida das pessoas idosas atendidas, contribuindo para o fortalecimento de vínculos sociais, a ampliação das redes de convivência e a promoção do sentimento de pertencimento aos territórios. A participação contínua nas atividades favoreceu a redução do isolamento social e a criação de esp

6091