



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Santo Antônio – 37551-131 - Pouso Alegre – MG

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



PLANO DE TRABALHO

1. IDENTIFICAÇÃO DA ORGANIZAÇÃO DA SOCIEDADE CIVIL		
RAZÃO SOCIAL: Movimento Social São José – Pro Tuberculosos		CNPJ: 23.954.266/0001-79
ENDEREÇO COMPLETO: Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Bairro Santo Antônio, Pouso Alegre/MG		
TELEFONE: (35) 3425-0793		E-MAIL: m.s.saojose@outlook.com
NOME DO REPRESENTANTE LEGAL: Thiago Donizeti Rosa Pedroso		
FUNÇÃO: Presidente	RG: 1 [REDACTED] 4	CPF: 060. [REDACTED] .92
ENDEREÇO COMPLETO: Rua Joaquim José da Rosa Sobrinho, 10 – Santa Rosa		
TELEFONE:	CELULAR: (35) 9 [REDACTED] -9687	E-MAIL: thiago.d.r@hotmail.com
2. OBJETO DA PARCERIA		
Atendimento de pessoas ou famílias em situação de vulnerabilidade social da comunidade local, sem qualquer distinção, que estejam cadastradas na Instituição e/ou encaminhados pela rede socioassistencial do município, através do Projeto “Viver Bem”, ofertando serviço de convivência e fortalecimento de vínculo em conformidade com o Termo de Referência de Proteção Social Básica nº. 01/2022/SMPS.		
3. PRAZO DE EXECUÇÃO		
Da data de assinatura do Termo de Colaboração, com a devida publicação do Extrato do Termo de Colaboração no Diário Oficial até o dia 31 de dezembro de 2023.		
4. OBJETIVO GERAL		
Complementar o trabalho social, prevenindo a ocorrência de situações de risco social e fortalecendo a convivência familiar e comunitária; promover acesso a atividades de bem-estar, benefícios e serviços socioassistenciais, fortalecendo a rede de proteção social através da assistência social no território; e oportunizar o acesso às informações sobre direitos dos usuários, a fim de proporcionar um espaço seguro que garanta ações para amenizar a vulnerabilidade social e proporcionar o bem-estar físico e mental dos usuários cadastrados no projeto “Viver Bem”.		
5. OBJETIVOS ESPECÍFICOS		
1. Garantir que o trabalho social do projeto “Viver bem” forneça: Acolhida; estudo social; palestras; informação e comunicação sobre defesa de direitos dos usuários; e 2- Ofertar oficinas de convivência e fortalecimento de vínculos comunitários e familiares.		
6. JUSTIFICATIVA		
A finalidade do Projeto “Viver Bem” é a busca por proporcionar uma melhor qualidade de vida aos usuários, com o objetivo de minimizar o impacto das vulnerabilidades e riscos sociais, de modo que possa trabalhar com os usuários, seus familiares e a comunidade que busca apoio socioassistencial, através das diretrizes do programa de fortalecimento de vínculos, com ações como acompanhamentos com a assistente social, visitas domiciliares e encaminhamento à rede socioassistencial do município, priorizando ações preventivas que desenvolvam a autonomia e dignidade dos usuários. Além de atividades como oficinas e palestras. Entende-se que após os últimos dois anos vivencia-se um período conturbado e cheio de muitas incertezas, que desencadeou uma necessidade de ações para garantir o bem-estar. Nunca a saúde mental esteve tão em foco por este motivo procuramos oferecer a possibilidade de um ambiente seguro e de acolhida social e mental.		



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Santo Antônio – 37551-131 - Pouso Alegre - MG

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



A Prioridade do projeto é favorecer cada vez mais aos usuários assistidos através da acolhida e da possibilidade de inserção na comunidade através apoio e suporte social.

7. METODOLOGIA

Objetivo Específico	Atividade	Metodologia de execução	Profissional responsável pela execução
1	1	<p>A responsável técnica recebe as demandas da rede socioassistencial e por demanda espontânea. Após análise preliminar, é realizado a orientação e direcionamento das famílias ou algum de seus membros para serviços socioassistenciais.</p> <p>Quando for verificada a necessidade, a técnica realizará visita domiciliar para concluir o estudo socioeconômico.</p> <p>Os atendimentos são realizados de terça à quinta-feira no período da manhã das 8 às 12 horas e na sexta-feira das 12:30 às 16:30 horas.</p>	Assistente Social
	2	<p>Serão ofertadas palestras para os usuários cadastrados no Projeto “Viver Bem” nas áreas de <i>Nutrição, Terapia Ocupacional, Profissional da Educação Física e Psicologia</i> através de parcerias com profissionais de cada área, ministradas durante o ano de 2023.</p> <p>As palestras serão acompanhadas pela Assistente Social e realizadas na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre.</p>	Assistente Social e voluntários
2	i	<p>Oficina de yoga disponível aos usuários cadastrados no projeto “Viver Bem”, na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre.</p> <p>A oficina acontecerá duas vezes na semana, as segundas e quartas-feiras com duração de 1h cada, totalizando aproximadamente 8 horas mensais durante o 1º semestre do ano de 2023.</p> <p>A instrutora trabalhará os seguintes conceitos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Alongamento: Aquecimento das articulações.• Sequência de Posturas (ásanas – prática que enfatiza o trabalho corporal): Que promovam força, flexibilidade, flexibilidade e equilíbrio.• Exercícios de respiração e concentração.• Meditação Orientada (Relaxamento).	Assistente Social e Instrutora de Yoga (voluntária)
	2	<p>Oficina de MAFE – Mobilidade, Flexibilidade e Estabilidade disponíveis para até 20 usuários cadastrados no projeto “Viver Bem”, com a proposta de oferecer uma atividade onde os usuários possam trocar experiências, conhecer novas pessoas, fortalecendo os vínculos, com a família, comunidade e também com a instituição. A oficina acontecerá 2 duas vezes na semana as terças e quintas-feiras das 17:00 às 18:00hs com duração de 1h cada, com aproximadamente 20 horas durante o 2º semestre do ano de 2023.</p> <p>A instrutora irá trabalhar os seguintes conceitos:</p> <ul style="list-style-type: none">• Força muscular: através dos materiais como elástico e rolos miofascial, durante os exercícios, será trabalhado a força com devidas repetições de cada exercício, fazendo assim o fortalecimento.• Controle da respiração: através do exercício é	Profissional da Educação Física.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Santo Antônio – 37551-131 - Pouso Alegre – MG

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



		<p>proposto a inspiração e expiração durante cada movimento.</p> <ul style="list-style-type: none">• Equilíbrio e concentração: na mobilidade é proposto exercícios no solo onde se trabalha maior força e estabilidade do indivíduo e concentração para que seja feita a execução de forma relaxada.• Elasticidade corporal: dentro do conceito, é trabalhado os movimentos que alongam o corpo no geral e dessa forma alcançando maior domínio nas articulações como um todo. <p>As oficinas acontecerão na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre.</p>	
3		<p>Oficina de atividades corporais (dança e circuito) disponível aos usuários cadastrados no projeto “Viver Bem”, na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre.</p> <p>As oficinas acontecerão três vezes na semana, as terças-feiras com aula de dança, com duração de 1h, as quartas-feiras aula de dança/circuito com duração de 2hs, divididos em dois horários, das 17:00 as 18:00hs e das 18:00 as 19:00hs e as quintas-feiras aulas de circuito com duração de 1h, totalizando aproximadamente 16 horas mensais, durante todo o ano de 2023.</p> <p>A instrutora trabalhará os seguintes conceitos:</p> <p>Aula de dança e suas habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">• Postura: Neste quesito, considera-se o uso equilibrado dos segmentos corporais de forma individualizada, na diversidade da linguagem em dança, sem preestabelecer padrões posturais. Equilíbrio das diversas partes do corpo.• Orientação Espacial: Perceber a noção que cada aluna tem do seu próprio espaço.• Ritmo: Concebendo-se o ritmo como fator atuante nas dinâmicas e significados do movimento, serão utilizados elementos rítmicos (tempo, contratempo, pausa e pulso) além disso, a relação da música com o movimento será trabalhada.• Percepção e Memória do Movimento: A capacidade de reter a memória do movimento, a partir da identificação e da assimilação do movimento no próprio corpo.• Domínio Corporal: Perceber o desenvolvimento do seu próprio equilíbrio e a suas habilidades motoras. <p>Aula de circuito e suas habilidades:</p> <ul style="list-style-type: none">• Resistência• Equilíbrio• Força Muscular• Flexibilidade• Melhora na coordenação fina e grossa• Melhora o controle da respiração	Profissional da Educação Física.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Santo Antônio – 37551-131 - Pouso Alegre, MG

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



8. METAS E RESULTADOS ESPERADOS			
Objetivo Específico	Meta (descrição)	Tempo de duração estimado	Resultados esperados
1	Realizar o atendimento e orientação de até 50 pessoas mensais.	Tempo de vigência da parceria.	Atender às necessidades básicas dos usuários e suas famílias, amenizando a situação de vulnerabilidade e risco social, garantindo os vínculos familiares e sociais.
	Realizar 1 palestra trimestralmente, totalizando 4 palestras no decorrer da parceria, através de parcerias com profissionais e parceiros da rede socioassistencial.	Tempo de vigência da parceria.	Oferecer aos usuários cadastrados no Projeto “Viver Bem” acesso às informações e aos profissionais que possam contribuir para sua conscientização, evolução, socialização e o convívio comunitário.
2	Ofertar oficina de yoga para até 25 usuários, realizadas 2 vezes na semana com duração de 1h para os usuários cadastrados, no 1º Semestre de 2023.	Tempo de vigência da parceria.	Promover <i>melhoria na qualidade de vida</i> dos usuários, proporcionando <i>bem-estar físico e mental, autoestima e autoconhecimento</i> para desenvolver suas habilidades em um ambiente que promova a inclusão social e fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários e proporcionar um ambiente seguro e acolhedor.
	Ofertar oficina de MAFE – Mobilidade, Flexibilidade e Estabilidade para até 20 usuários, realizadas 2 vezes na semana com duração de 1h para os usuários cadastrados, no 2º Semestre de 2023.	Tempo de vigência da parceria.	Promover <i>melhoria na qualidade de vida</i> dos usuários, proporcionando <i>bem-estar físico e mental, autoestima e autoconhecimento</i> para desenvolver suas habilidades em um ambiente que promova a inclusão social e fortalecimento dos vínculos familiares e comunitários e proporcionar um ambiente seguro e acolhedor.
	Ofertar oficina de atividades corporais (dança e circuito) para até 25 usuários, realizadas 3 vezes na semana para os usuários cadastrados.	Tempo de vigência da parceria.	Promover <i>melhoria na qualidade de vida</i> dos usuários, proporcionando <i>bem-estar físico e mental, auto estima e autoconhecimento</i> para desenvolver suas habilidades em um ambiente que promova a inclusão social e fortalecimento dos vínculos familiares e



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47 – Santo Antônio – 37551-131 - Pouso Alegre – MG

CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



comunitários e proporcionar um ambiente seguro e acolhedor.

8.1 AFERIÇÃO DO CUMPRIMENTO DAS METAS

Indicadores de Aferição	Meios de Verificação dos Indicadores
1- Acesso do usuário ao atendimento ofertado pela Instituição e à rede socioassistencial.	1- Fichas de atendimentos e acompanhamento dos usuários, relatório de encaminhamentos à rede socioassistencial.
2- Acesso às informações sobre defesa de direitos dos usuários.	2- Lista de presença, relatórios fotográficos, relatório do tema abordado e pesquisa de satisfação.
3- A melhora da qualidade de vida, autoestima, saúde mental e física dos usuários.	3- Lista de presença, relatório fotográfico, relatos dos participantes e pesquisa de satisfação, relatório da assistente social.
4- Bem estar físico e mental e interação social.	4- Lista de presença, relatório fotográfico, relatos dos participantes e pesquisa de satisfação, relatório da assistente social.

9. PREVISÃO DE RECEITAS

A previsão anual de receitas é de R\$ 30.000,00 (trinta mil reais) a serem repassadas conforme cronograma de desembolso via Lei Municipal nº 6.766, de 15 de dezembro de 2022.

10. DETALHAMENTO DA APLICAÇÃO DE RECURSOS FINANCEIROS

ESPECIFICAÇÃO					VALOR
Folha de pagamento	Profissional	Quantidade	Valor Mensal	Período de custeio (meses)	Valor Total
	Assistente Social	1	R\$ 2.975,00	08	R\$ 23.800,00
TOTAL DE DESPESAS COM FOLHA DE PAGAMENTO:					R\$ 23.800,00
Halter emborrachado 1kg, Ketbel emborrachado kg, Anilha emborrachado 2kg, Colchonete 1,20x0,60x0,04, Rolo de faixa elástica leve, Step Eva médio/baixo, Cone 23cm, Chapéu chinês, Corda silicone, rolo médio de liberação miofascial, bastão de liberação miofascial e tornozelira de 2 e 3 kg.					R\$ 6.200,00
VALOR TOTAL:					R\$30.000,00

11. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

1º Mês	2º Mês	3º Mês
Valor: 7.000,00	Valor: 3.000,00	Valor: 3.000,00
4º Mês	5º Mês	6º Mês
Valor: 3.000,00	Valor: 3.000,00	Valor: 3.500,00
7º Mês	8º Mês	9º Mês
Valor: 2.500,00	Valor: 2.500,00	Valor: 2.500,00

12. DATA E ASSINATURA

Pouso Alegre/MG, 02 de outubro de 2023

THIAGO DONIZETI ROSA PEDROSO

Presidente

23.954.266/0001-79
MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ
PRÓ-TUBERCULOSOS

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47
Santo Antônio, CEP 37.550-000
Pouso Alegre - MG