



S.O.S. Brasil Melhor

**O.S. BRASIL MELHOR
PROJETO NOSSO FUTURO**

FUNDADA EM 02/01/200

RESPEITO – CIDADANIA – VALOR HUMANO

RELATÓRIO CIRCUNSTANCIADO	
Entidade Executora: O.S Brasil Melhor – Projeto Nosso Futuro	
Termo: 12/2023	Termo de Parceria: SCFV
Serviço: Proteção Social Básica	Mês de Referência: outubro/2024
Número de Atendidos: 150	Público Alvo: Idosos com 60 anos ou mais

GRUPO DE CONVIVÊNCIA E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS / RODA DE CONVERSA

Datas: 01 de outubro de 2024

Tema: Semana do Idoso - Dia Internacional da Pessoa Idosa e Nacional do Idoso

Nesta atividade, contamos com a participação de 34 idosos e abordamos a origem da comemoração do Dia Internacional do Idoso. Explicamos que, em 14 de dezembro de 1990, a Assembleia Geral das Nações Unidas designou o dia 1º de outubro como o Dia Internacional da Pessoa Idosa e Nacional do Idoso.

Após essa explicação, discutimos as conquistas alcançadas ao longo dos anos, com destaque para a criação do Estatuto do Idoso e sua importância na garantia de direitos. Ressaltamos a necessidade de continuar lutando para que esses direitos sejam plenamente respeitados e aplicados, garantindo qualidade de vida e dignidade à população idosa. A atividade foi enriquecedora, promovendo reflexão e conscientização sobre a valorização da pessoa idosa.

Data: 02 de outubro de 2024

Tema: Semana do Idoso - Dia da Beleza; Limpeza de Pele

Em comemoração à Semana do Idoso, a instituição organizou um evento especial para promover o bem-estar e a autoestima dos nossos queridos idosos. Durante o “Dia da Beleza”, uma esteticista profissional esteve presente para proporcionar a limpeza de pele a todos os idosos que participaram da atividade, oferecendo momentos de cuidado e relaxamento. A limpeza de pele é um tratamento essencial para manter a saúde da pele, especialmente em idosos, que podem enfrentar mudanças na textura e elasticidade da pele ao longo dos anos. Com o toque delicado da esteticista, cada idoso recebeu atenção individualizada, sentindo-se renovado e revigorado.

O evento foi uma verdadeira celebração do cuidado com a saúde física e mental dos idosos, reforçando a importância de atividades que incentivam o autocuidado e o carinho com o corpo. Além da experiência relaxante, a atividade proporcionou um ambiente de socialização, onde os idosos puderam se sentir valorizados e especiais.

Data: 03 de outubro de 2024

Tema: Dinâmicas de Autoconhecimento

Nesta atividade, realizamos dinâmicas de grupo com o objetivo de melhorar o relacionamento entre os idosos. Por meio dessas atividades, os participantes ganharam motivação e a oportunidade de se conscientizar da importância do desenvolvimento de competências essenciais para o seu bem-estar. As dinâmicas também ajudaram a reduzir barreiras, promovendo a interação e o fortalecimento dos laços entre os idosos, criando um ambiente mais acolhedor e colaborativo. Além disso, essas atividades incentivam a criatividade e estimulam a comunicação, permitindo que os idosos se sintam mais integrados e ativos, contribuindo para um ambiente de socialização e aprendizado contínuo.

Data: 08 de outubro de 2024



S.O.S. Brasil Melhor

**O.S. BRASIL MELHOR
PROJETO NOSSO FUTURO**

FUNDADA EM 02/01/200

RESPEITO – CIDADANIA – VALOR HUMANO

Tema: Outubro Rosa

Na data de hoje, abordamos o Outubro Rosa, uma campanha internacional que visa conscientizar a sociedade sobre a importância da prevenção do câncer de mama. Iniciada na década de 1980 nos Estados Unidos, a campanha ganhou força à medida que crescia a compreensão sobre a necessidade de prevenção dessa doença. No Brasil, o Outubro Rosa foi oficialmente iniciado em 2002, mas foi a partir de 2008 que realmente ganhou destaque. Em 2018, a campanha foi oficialmente reconhecida pela Lei 13.733/2018, promovendo ações de conscientização e disseminação de informações à população.

Durante o evento, tivemos o privilégio de ouvir o depoimento emocionante de uma idosa que está passando por tratamento de câncer de mama. Ela compartilhou sua experiência de superação, desde a cirurgia até a quimioterapia e radioterapia, e contou que, apesar de ter detectado novos nódulos, segue com otimismo e força no processo de recuperação. Todos os presentes desejaram a ela uma recuperação plena e a cura, reforçando a importância do apoio mútuo e da esperança nesse caminho.

Data: 15 de outubro de 2024

Tema: Outubro Rosa - Câncer de Mama em Homens

Na atividade de hoje, abordamos o câncer de mama em homens, um tema pouco conhecido, mas importante. Apresentamos vídeos de uma especialista que explicou os sintomas, diagnóstico e tratamento dessa condição. Embora raro, o câncer de mama pode afetar os homens, com sintomas como nódulos nas mamas. A mamografia é crucial para o diagnóstico precoce. Homens com mutações nos genes BRCA1 e BRCA2 têm maior risco. O tratamento geralmente envolve mastectomia total e, em alguns casos, cirurgia axilar. Muitos dos participantes ficaram surpresos ao saber dessa possibilidade e, assim, reforçamos a importância da Campanha Outubro Rosa para aumentar a conscientização sobre o câncer de mama.

Data: 22 de outubro de 2024

Tema: A importância de uma Alimentação Saudável para o Idoso

Na atividade de hoje, discutimos a importância de uma alimentação saudável para idosos, em homenagem ao Dia Mundial da Alimentação, celebrado em 16 de outubro. Uma dieta balanceada é essencial para manter a saúde, controlar o peso, fornecer energia e reduzir o risco de doenças crônicas, como cardiopatias e diabetes. Com o envelhecimento, mudanças no apetite e na absorção de nutrientes podem levar à perda de peso, o que aumenta o risco de desnutrição e desidratação. Por isso, é fundamental priorizar a alimentação dos idosos. Uma boa alimentação fortalece o sistema imunológico, reduz riscos de doenças e, quando combinada com exercícios físicos, contribui para a manutenção da destreza e da independência na terceira idade.

Data: 29 de outubro de 2024

Tema: Roda de Conversa – Música "A Estrada" (Cidade Negra)

Na atividade de hoje, realizamos uma roda de conversa inspirada pela música "A Estrada (Cidade Negra)", que fala sobre superações e perseverança diante das dificuldades da vida. Após ouvirem a música, os participantes compartilharam suas histórias. O Sr. Nelson contou sua trajetória de sair do interior da Bahia aos 18 anos em busca de uma vida melhor, superando desafios e construindo uma família e uma casa própria. O Sr. Sebastião falou sobre seu trabalho árduo e dificuldades financeiras, mas destacou sua gratidão pela vida, apesar das adversidades. A Sra. Maria Alves compartilhou suas dificuldades, incluindo a falta de afeto materno e desafios no casamento, mas destacou o amor que deu aos filhos do coração.

Ao final, todos expressaram gratidão pelos relatos compartilhados, reconhecendo a importância dessas histórias para o crescimento e reflexão de todos.

Data: 31 de outubro de 2024

Tema: Especial outubro Rosa (Palestra) e Aula de Condicionamento Físico para Idosos e Mães Atípicas

Nesta atividade, realizamos uma integração com as mães PCD Atípicas, abordando o tema do Outubro Rosa e a importância dos cuidados e prevenção contra o câncer de mama. Apresentamos slides informativos sobre como se cuidar, destacando o autoexame de mama e a relevância de realizá-lo mensalmente. Também enfatizamos a importância dos exames regulares, especialmente para mulheres acima de 40 anos. Após a palestra, a atividade continuou com uma sessão de condicionamento físico conduzida pelo Prof. Marcos.

Datas: 04/10; 11/10; 18/10; 25/10

Tema: Aulas de Hidroginástica para os Idosos

A aula de hidroginástica para idosos é um espaço dedicado ao bem-estar e à saúde, proporcionando atividades aquáticas que favorecem o fortalecimento muscular, a mobilidade e a flexibilidade, sem sobrecarregar as articulações. Com exercícios adaptados, essa prática oferece muitos benefícios, como o alívio de dores e o aumento da resistência física, além de ser uma excelente forma de socialização e diversão, promovendo qualidade de vida e bem-estar para os idosos.

Datas: 07/10; 10/10; 14/10; 17/10; 21/10; 24/10; 28/10

Tema: Aulas de Condicionamento Físico para os Idosos

Os idosos participaram de uma série de atividades de condicionamento físico sob a orientação do professor Marcos, focadas no fortalecimento muscular, flexibilidade e equilíbrio. Aulas dinâmicas e adaptadas às necessidades de cada um garantiram que todos se envolvessem de forma segura e prazerosa. Com exercícios de alongamento, caminhada e movimentos leves, os participantes não apenas melhoraram sua saúde física, mas também se divertiram, socializando e fortalecendo vínculos.





S.O.S. Brasil Melhor

**O.S. BRASIL MELHOR
PROJETO NOSSO FUTURO**

FUNDADA EM 02/01/200

RESPEITO – CIDADANIA – VALOR HUMANO



Erica Sales de Souza
Presidente

Erica Sales

Erica Sales Souza
Presidente Institucional

Domingas Maria Alves de Sousa
Assistente Social
CRESS/SP 66.407

Domingas

Domingas Maria Alves de Sousa
Técnico Responsável

JS BRASIL MELHOR - PROJETO NOSSO FUTURO

Rua Renascença 368 Santo Estevão

CNPJ 08.985.465/0001-50

Inscrição Municipal: 031.204-5

Rua Renascença, 368 – Jardim Santo Estevão – Carapicuíba – SP, Tel.: (11) 4188-4060 / (11) 99311-0260 - WhatsApp

CNPJ: 08.985.465/0001-50 U.P. Municipal – 1.802/2012 CEBAS: 71000.041538/2016-98

CMDCA: 055/10 CMAS: 029/2012 CMIC: 007/2016 CMPD: 005/2017

E-mail: administracao@sosbrasilmelhor.org.br

Termo de Colaboração 12/2023
Fonte de Recurso: *Indicador*
Prefeitura do Município de Carapicuíba

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO FÍSICO - FINANCEIRO

Conveniente: O.S. Brasil Melhor - Projeto Nosso Futuro

PROJETO CRESCER

TERMO: 12/2023

PERÍODO: OUTUBRO/2024

FÍSICO - FINANCEIRO

Meta	Etapa / Fase	Descrição	Período Outubro/2024		Período Setembro/2023 a Outubro/2024	
			Programado	Executado	Programado	Executado
2	2.7	Alimentação	R\$ 250,00	R\$ 91,13	R\$ 3.500,00	R\$ 3.244,23
3	3.1	Prestador de Serviços	R\$ 1.500,00	R\$ 2.300,00	R\$ 21.000,00	R\$ 6.900,00
3	3.2	Educador Social / Natação	R\$ 800,00	R\$ 800,00	R\$ 11.200,00	R\$ 1.200,00
3	3.3	Educador Social / Dança	R\$ 1.200,00	R\$ 1.200,00	R\$ 16.800,00	R\$ 14.400,00
TOTAL			R\$ 3.750,00	R\$ 4.391,13	R\$ 52.500,00	R\$ 25.744,23

Fernanda Fernandes de Oliveira Assis
Diretora

Fernanda Fernandes de Oliveira Assis
Diretora

Érica Sales
Coord. Administrativa

Érica Sales de Souza
Responsável pela Execução

OS BRASIL MELHOR - PROJETO NOSSO FUTURO
Rua Renascença 368 Santo Estevão
CNPJ 08.985.465/0001-50
Inscrição Municipal: 031.204.5

Carapicuíba, 08 de outubro de 2024.

RELAÇÃO DE PAGAMENTOS

O.S. BRASIL MELHOR - PROJETO NOSSO DO FUTURO

Termo de Colaboração 12/2023
Fonte de Recurso: Sedurol
Prefeitura do Município de Carapicuíba

PROJETO CRESCER	TERMO Nº 12/2023	IDOSO FEDERAL	OCTUBRO/2024
-----------------	------------------	---------------	--------------

Ítem	Material	Fornecedor	NAT. DA DESPESA	COMPROVANTES			DOCUMENTOS DE PAGAMENTO			VALOR (R\$)
				TIPO	NÚMERO	DATA	TIPO	NÚMERO	DATA	
1	2	2.7	WMS SUPERMERCADOS DO BRASIL	NF	15.520	31/10/24	PIX	103.101	31/10/24	R\$ 91,13
2	3	3.2	DAYANE ANDRADE DE OLIVEIRA	NF	2	31/10/24	PIX	103.102	31/10/24	R\$ 800,00
3	3	3.1	PATRICIA FREITAS BATISTA	NF	13	31/10/24	PIX	103.103	31/10/24	R\$ 2.300,00
4	3	3.3	MARCOS FLORES COSTA	NF	13	30/10/24	PIX	103.104	31/10/24	R\$ 1.200,00
TOTAL										R\$ 4.391,13


Diretora
Conveniente
FERNANDA FERNANDES DE OLIVEIRA ASSIS


Coord. Administrativa
Responsável pela execução
ERICA SALES DE SOUZA

OS BRASIL MELHOR - PROJETO NOSSO FUTURO
Rua Renascença, 368 Santo Estevão
CNPJ 08.985.465/0001-50
Inscrição Municipal 031.204-5