



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

CÓPIA

RELATÓRIO DE EXECUÇÃO DO OBJETO
Número do Termo Fomento: 16/2023 – “AÇÃO E INTERAÇÃO NA TERCEIRA IDADE”
Período de Vigência do Termo: novembro de 2023 a novembro de 2024.
Período da Execução: JANEIRO/2024

1 – IDENTIFICAÇÃO
Nome da OSC: CLUBE DA TERCEIRA IDADE RENASCER
CNPJ: 02.793.827/0001-25
Logradouro: Padre Nicolau Scorachio O-261
Bairro: Vila Schiavon
Cidade: Pederneiras/SP
CEP: 17.280-134
E-mail: cluberenascer@hotmail.com
Site: http://www.cluberenascerpederneiras.com.br
Telefones: (14) 3283-4006 e (14) 99786-1281
Representante legal: João Afonso Rampazo
Telefones: (14) 99610-9755
E-mail: joaoafonso1146@gmail.com
Técnico responsável: Sandra aparecida Valentin – CRESS 30.625
Telefones: (14) 98121-1561
E-mail: sandravalentin66208@gmail.com
Tipo do serviço: Proteção social Básica
Abrangência: Municipal
Objetivos: Geral: <ul style="list-style-type: none">• Conquistar recursos financeiros para a aquisição de profissionais, uniformes e academia para firmar parcerias oferecendo atividades que visam melhorar a qualidade de vida. Específicos: <ul style="list-style-type: none">• Melhorar a qualidade de vida das pessoas idosas;• Oferecer ambiente de lazer e esporte;• Incentivar a prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras e cognitivas;• Trabalhar a integração social
Público Alvo: Pessoas Idosas acima de 60 (sessenta) anos de ambos os sexos
Meta de Atendimento: 25 vagas por atividade



Handwritten signature



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

2 - DESCRIÇÃO DO SERVIÇO/PROJETO

De acordo com a Tipificação Nacional de Serviços Socioassistenciais, o Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculos para Idosos, tem por foco o desenvolvimento de atividades que contribuam no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia e de sociabilidades, no fortalecimento dos vínculos familiares e do convívio comunitário e na prevenção de situações de risco social. A intervenção social deve estar pautada nas características, interesses e demandas dessa faixa etária e considerar que a vivência em grupo, as experimentações artísticas, culturais, esportivas e de lazer e a valorização das experiências vividas constituem formas privilegiadas de expressão, interação e proteção social. Devem incluir vivências que valorizam suas experiências e que estimulem e potencializem a condição de escolher e decidir.

O Clube da Terceira Idade Renascer assim como a Secretaria Municipal de Desenvolvimento e Assistência Social uniram forças para ampliar seus serviços e capacidade de atendimentos, proporcionando atividades esportivas e de lazer voltadas às pessoas idosas do município de Pederneiras, através do Projeto “Ação e Interação na Terceira Idade”, com apoio do Conselho Municipal dos Direitos da Pessoa Idosa e recursos financeiros do Fundo Municipal dos Direitos da Pessoa Idosa.

3- CRONOGRAMA DE ATIVIDADES DO PROJETO

ATIVIDADE	GRADE HORÁRIA
ATIVIDADES FÍSICAS	(15h mensais) Local: Ginásio de esportes Semanal: 2ª feira das 9h às 10h30 e 4ª feira das 9h às 10h30 Local: CRAS Cidade Nova Mensal: 6ª feira das 9h às 10h30 Local: CRAS Antônio de Conti Mensal: 6ª feira das 9h às 10h30
HIDROGINÁSTICA	(16h mensais) Local: Academia Aquática Semanal (duas Turmas): 3ª e 5ª das 8h às 9h e das 16h às 17h
DANÇA	(6h mensais) Local: CRAS Cidade Nova Mensal: 6ª feira: 9h às 10h Local: CRAS Antônio de Conti Mensal: 6ª feira: 9h às 10h



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

	Local: Clube da Terceira Idade Renascer Semanal: 3ª feira: 19h às 20h
	(3h mensais)
MÚSICA (CANTO)	Local: CRAS Cidade Nova Mensal: 6ª feira: 9h às 10h
	Local: CRAS Antônio de Conti Mensal: 6ª feira: 9h às 10h
	Local: Clube da Terceira Idade Renascer Semanal: 6ª feira: 19h às 20h

4- MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

Indicadores	Instrumentais
- Comprometimento;	- Controle de frequência;
- Participação;	- Relatório de atividades;
- Relacionamento interpessoal;	- Registros fotográficos;

5 - DESCRIÇÃO DAS AÇÕES EXECUTADAS

Atividade: Hidroginástica - período da manhã
Executores: Academia Aquática Profª Jéssica Grassi – CREF: 147887-G/SP
Período de execução: Semanal – 3ª e 5ª feira.
Horário de início: 8h
Horário final: 9h
Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV
Objetivo da Atividade: Realizar exercícios leves a moderado, voltados à melhora do condicionamento físico e cardiorrespiratório dos participantes.
Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, através da prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras, cognitivas e interação social.
Meta de atendimento: 25
Número de participantes: 28
Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos
Avaliação: A meta foi alcançada acima dos 100% de vagas preenchidas. Através de relatos positivos da equipe envolvida bem como dos usuários, os objetivos propostos foram alcançados.
Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Hidroginástica** - período da tarde

Executores: Academia Aquática

Profª Amanda Evelyn Monteiro de Lemes CREF: 143440-G/SP

Período de execução: Semanal – 3ª e 5ª feira.

Horário de início: 16h

Horário final: 17h

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: Realizar exercícios leves a moderado, voltados à melhora do condicionamento físico e cardiorrespiratório dos participantes.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, através da prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 27

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos

Avaliação: A meta foi alcançada acima dos 100% de vagas. Através de relatos positivos da equipe envolvida bem como dos usuários, os objetivos propostos foram alcançados.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Atividades físicas** – Ginásio de Esportes

Executor: Orazil Oliveira – CREF: 141484-G/SP

Período de execução: semanal – 2ª e 4ª feira.

Horário de início: 8h

Horário final: 9h30

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: oferecer exercícios leves a moderado, de forma adaptada a idade para a melhora de capacidades físicas e cognitivas.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, através da prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 07

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Muito abaixo da meta.

Imagens ilustrativas:

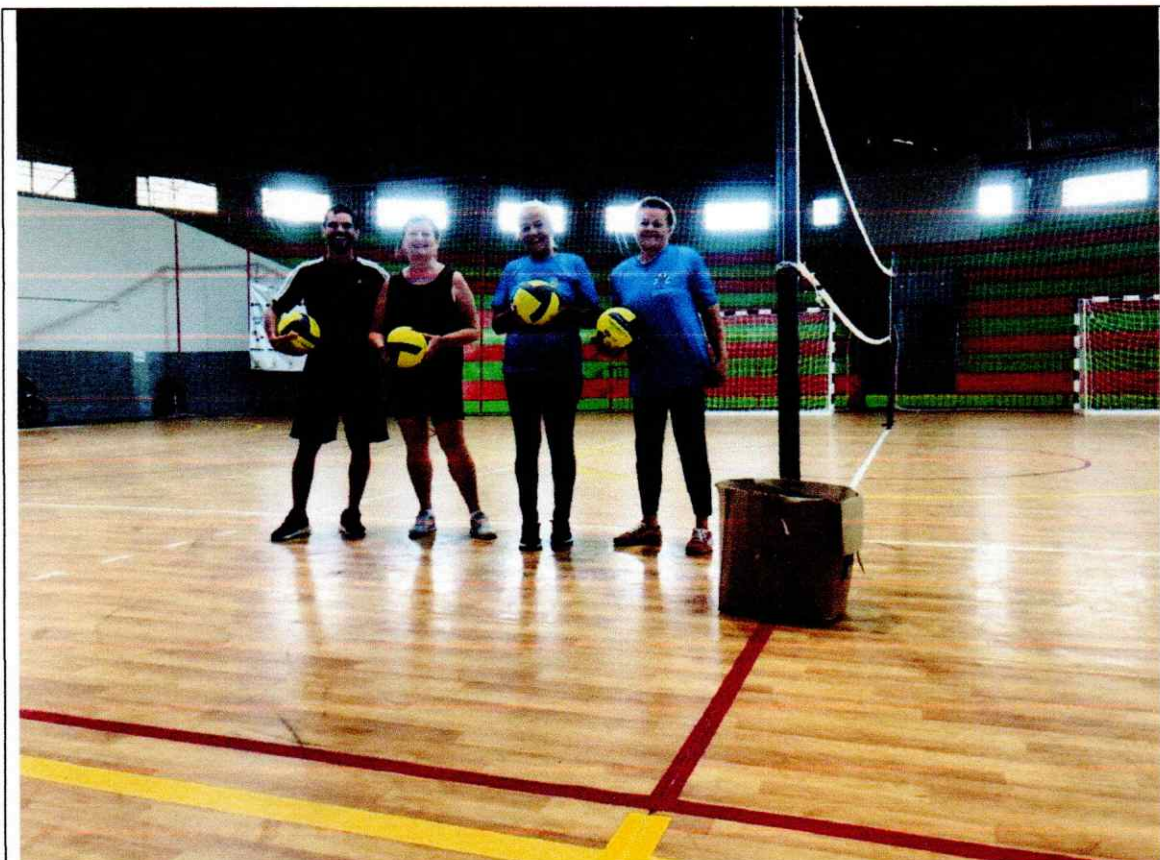


Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Atividades físicas – CRAS Cidade Nova**

Executor: Orazil Oliveira – CREF: 141484-G/SP

Período de execução: semanal - 6ª feira.

Horário de início: 9h

Horário final: 10h30

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: Realizar exercícios leves a moderado, voltados à melhora do condicionamento físico e cardiorrespiratório dos participantes.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, através da prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 24

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Pouco abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Atividades físicas – CRAS Antônio de Conti**

Executor: Orazil Oliveira – CREF: 141484-G/SP

Período de execução: 6ª feira

Horário de início: 9h

Horário final: 10h30

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: Realizar exercícios leves a moderado, voltados à melhora do condicionamento físico e cardiorrespiratório dos participantes.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, através da prática esportiva e a recuperação de habilidades físicas, motoras, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 08

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos

Avaliação: Abaixo da meta

Imagem ilustrativa:

[Handwritten signature]



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Música – CRAS Cidade Nova**

Executor: Prof^o Rafael Frascareli

Período de execução: 6^a feira (uma vez ao mês)

Horário de início: 9h

Horário final: 10h30

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: auxiliar na redução dos níveis de ansiedade, desenvolvimento de talentos ocultos, estímulo à memória e à socialização.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 24

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Pouco abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:

[Handwritten signature]



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Música – CRAS Antônio de Conti**

Executor: Prof^o Rafael Frascareli

Período de execução: 6^a feira (uma vez ao mês)

Horário de início: 9h

Horário final: 10h30

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: auxiliar na redução dos níveis de ansiedade, desenvolvimento de talentos ocultos, estímulo à memória e à socialização.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 08

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Muito abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: Música – Clube Renascer
Executor: Profº Rafael Frascareli
Período de execução: 6ª feira (uma vez ao mês)
Horário de início: 19h
Horário final: 20h
Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV
Objetivo da Atividade: auxiliar na redução dos níveis de ansiedade, desenvolvimento de talentos ocultos, estímulo à memória e à socialização.
Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.
Meta de atendimento: 25
Número de participantes: 14
Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.
Avaliação: Muito abaixo da meta.
Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Dança – CRAS Cidade Nova**

Executor: Prof^ª. Jéssika Rodrigues Albêncio

Período de execução: 6^a feira (uma vez ao mês)

Horário de início: 14h

Horário final: 15h

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: melhorar o estado de humor, capacidades físicas e cognitivas e o convívio social.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 19

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Pouco abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Dança – CRAS Antônio de Conti**

Executor: Prof^a. Jéssika Rodrigues Albêncio

Período de execução: 3^a feira (uma vez ao mês)

Horário de início: 14h

Horário final: 15h

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: melhorar o estado de humor, capacidades físicas e cognitivas e o convívio social.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 08

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Muito abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



Atividade: **Dança – Clube Renascer**

Executor: Prof^a. Jéssika Rodrigues Albêncio

Período de execução: 6^a feira (uma vez ao mês)

Horário de início: 19h

Horário final: 20h

Público Alvo: Pessoas idosas do SCFV

Objetivo da Atividade: melhorar o estado de humor, capacidades físicas e cognitivas e o convívio social.

Resultados esperados (impactos): Melhora na qualidade de vida, cognitivas e interação social.

Meta de atendimento: 25

Número de participantes: 19

Grau de satisfação do público alvo: Participantes verbalizam estarem muito satisfeitos.

Avaliação: Pouco abaixo da meta.

Imagem ilustrativa:



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25



6- RECURSOS HUMANOS: EQUIPE DE TRABALHO

NOME	CARGO	FORMA DE CONTRATAÇÃO	ATRIBUIÇÕES	CARGA HORÁRIA SEMANAL
Academia Aquática	-----	Prestação de Serviços	Aulas de Hidroginástica	4h
Orazil Oliveira	Professor	Prestação de Serviços	Aulas de Atividade Física	4h30
Rafael Frascareli	Professor	Prestação de Serviços	Aulas de Música	3h
Jéssika Rodrigues Albêncio	Professora	Prestação de Serviços	Aulas de Dança	3h

7- CRONOGRAMA DE ATIVIDADES DA EQUIPE

ATIVIDADE	DATA	LOCAL	PERÍODO	OBJETIVO
Reunião de equipe	17/01	Secretaria de Desenvolvimento e Assistência Social	10h às 11h20	- Apresentação do novo responsável técnico do Clube Renascer; - Informações sobre a nova fase do projeto 2024; - Informações relevantes sobre as atividades, informações a serem



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

				repassadas para a confecção do relatório de prestação de contas e lançamentos nos sistemas informatizados
Recebimento de Documentos: listas de presença das atividades	31/01	Instituição	Tarde	Controlar as frequências
Recebimento de fotos das atividades	31/01	Instituição	Tarde	Monitorar as atividades
Lançamento das informações das atividades no sistema GESUAS	Semanal	Instituição	Tarde	Criar indicadores, monitorar e avaliar as atividades
Busca ativa para encaminhamentos para fazer o cadastramento no Cadastro Único Federal	26/01 31/01	Instituição	Tarde	Regularizar o cadastramento dos usuários enquanto serviço ofertado pelo SUAS

8- FONTE DE RECUSOS:

Próprio	Municipal - FMDPI	Estadual	Federal
	R\$3.874,00		



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

9- AVALIAÇÃO GERAL DO SERVIÇO

Com base nas informações do relatório "Ação e Interação na Terceira Idade", podemos fazer a seguinte análise e avaliação das atividades, focando nos resultados, satisfação do público-alvo e sugestões de melhorias.

Análise dos Dados Qualitativos:

O projeto atingiu e, em alguns casos, superou a meta de atendimento nas atividades de hidroginástica, ambos os períodos (manhã e tarde), com um alto grau de satisfação dos participantes. Isso indica uma forte demanda por atividades físicas adaptadas para idosos e sugere que a hidroginástica, em particular, é altamente valorizada por seu impacto na qualidade de vida e no condicionamento físico e cardiorrespiratório.

Por outro lado, as atividades físicas no ginásio de esportes e nos CRAS (Cidade Nova e Antônio de Conti), bem como as sessões de música, ficaram abaixo da meta de atendimento. Isso pode indicar vários fatores, como possíveis barreiras de acesso, falta de interesse ou informação sobre essas atividades, ou a necessidade de adaptações para torná-las mais atrativas.

As atividades de dança mostraram um desempenho misto, com a participação quase alcançando a meta em uma localidade, mas significativamente abaixo em outras. Isso sugere que, enquanto há interesse, pode haver fatores limitantes que precisam ser abordados para aumentar a participação.

Avaliação dos Serviços Relacionados:

1. O projeto foi bem-sucedido em algumas áreas, superando as metas de atendimento, especialmente nas atividades de hidroginástica. No entanto, outras atividades mostraram uma necessidade de revisão estratégica para melhorar a participação.
2. Os participantes expressaram altos níveis de satisfação nas atividades em que participaram, o que é um forte indicativo da qualidade e relevância do serviço prestado.
3. O projeto oferece uma ampla gama de atividades, abordando diferentes aspectos da qualidade de vida dos idosos, o que é positivo. No entanto, a variação na participação sugere a necessidade de ajustes.

Sugestões de Melhorias:

- Melhorar a divulgação das atividades, especialmente aquelas com baixa adesão, através de canais acessíveis ao público-alvo, como reuniões comunitárias, carros de som e rádios locais.
- Realizar pesquisas de satisfação ou grupos focais para entender melhor as razões por



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

trás das baixas taxas de adesão em certas atividades e ajustar conforme necessário.

- Avaliar se os horários e locais das atividades estão acessíveis para o público-alvo, considerando questões de transporte e mobilidade.
- Buscar parcerias com outras instituições locais para ampliar a oferta de atividades e possivelmente alcançar um público maior.
- Considerar a adaptação das atividades que têm baixa adesão para torná-las mais atrativas ou acessíveis, possivelmente incorporando mais elementos lúdicos ou interativos.
- Fortalecer a integração com outros serviços oferecidos pelo SUAS, promovendo um atendimento mais holístico e coordenado.

Conclusão:


O projeto "Ação e Interação na Terceira Idade" demonstra um impacto positivo significativo na qualidade de vida dos idosos participantes, com especial sucesso nas atividades de hidroginástica. No entanto, para maximizar o alcance e a eficácia do projeto, recomenda-se uma avaliação e ajuste nas estratégias de promoção, comunicação e execução das atividades com menor adesão.

DECLARAÇÃO

Declaramos que as informações prestadas neste relatório são verídicas e que os documentos comprobatórios de cumprimento parcial ou total dos resultados desta parceria, encontram-se arquivados sob a guarda da OSC e permanecem a disposição da administração pública ou do Conselho Gestor para qualquer verificação futura que se fizer necessária, durante 10 (dez) anos após a finalização da parceria.

Declaramos ainda, que os dados registrados estão publicadas no site da OSC e correspondem com a realidade dos fatos e estamos cientes de que a publicação, bem como o envio irregular do relatório de execução do objeto e das prestações de contas poderá acarretar na aplicação de penalidades previstas no Art.68 da Lei nº13.019/2014 e no Termo de Colaboração firmado entre as partes.


David Gustavo Pompei
Responsável técnico


João Afonso Rampazo
Presidente

Pederneiras, 10 de fevereiro de 2024.



Clube da Terceira Idade Renascer de Pederneiras

Rua Padre Nicolau Scorachio, O-261, Vila Schiavon – Pederneiras/SP.

Telefone: (14) 3283 4006 / E-mail: cluberenascer@hotmail.com

CNPJ: 02.793.827/0001-25

ANEXOS

1. Lista de presença: atividade de hidroginástica
2. Lista de presença: atividade de dança
3. Lista de presença: atividade de música
4. Lista de presença: atividade física

CLUBE DA TERCEIRA IDADE RENASCER – PEDERNEIRAS

Lista de presença

Atividade: HIDROGINÁSTICA

Profissional: JESSICA GRASSI - CREF: 147887-G/SP

Horário: TERÇA E QUINTA DAS 08:10 ÀS 09:00

NIS/RG/CPF	NOME	02/01	04/01	09/01	11/01	16/01	18/01	23/01	25/01	30/01
	Antônio Ferreira Fracaroli	P	P	F	P	P	P	P	P	P
	Silva	P	P	F	F	F	F	F	F	F
	Crizelidea Faustino dos Santos	F	F	F	F	P	P	P	F	F
12119293262	Claudete Mendes Costa	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Cleuza Ferreira Tozato	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Denys Luquetti Francisco	F	P	P	P	P	P	P	P	P
20416638052	Deonilda Ap. Ferreira Soares	P	F	P	P	P	P	P	P	P
10118820610	Eliete Leonarda de Assis	F	F	F	F	P	P	P	F	P
	Elvira Svizero Frascarelli	F	P	P	F	P	P	F	P	P
	Fatima do Carmo Utrou Gomes	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Izildinha Aparecida Ferreira	P	F	P	P	F	F	F	F	F
	Jose Luiz Vanin	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	Lucia Maria Copede Nicolielo	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Luzia Bernardo da Silva	F	F	F	F	F	F	F	P	F
	Maria Benedita da Rosa	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	Maria Celia Brumati Guastala	P	P	P	P	P	P	F	P	P
	Maria Dalva Murari Bosso	F	P	P	F	F	F	F	P	F
	Maria de Lourdes Copede Mozela	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Maria Dejanir Frascarelli Dinato	F	F	F	F	F	F	F	F	F
10887479054	Maria Estela dos Santos	F	F	F	F	P	P	P	P	F
	Maria Leonice Pascuti Pizol	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	Nair Aparecida Reghini Scola	P	P	P	F	F	F	P	P	P
	Pilar Gonzales Carsi Burgo	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Silas Tarcio Salgado	F	P	P	F	F	F	F	F	P
	Sueli Aparecida Mendonça Gimenes	F	F	F	F	F	F	P	F	P
	Vera Angélica Pereira de Lima	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Virginia Maria Chaves Salgado	F	P	P	P	F	F	F	F	P
	Zilda de Fatima Matozo Ferreira	P	P	F	P	F	F	P	P	P

RELATÓRIO DA ATIVIDADE

02/01	Alongamento na barra / Aqueceu sem material / Exercício com halter / Alongamento final
04/01	Alongamento / Aquecimento com espaguete / Exercício com halter / Alongamento final na barra
09/01	Alongamento / Aquecimento e exercício principal com halter e espaguete / Alongamento
11/01	Alongamento / Aqueceu com bola / Principal sem material / Abdômen na barra e alongamento
16/01	Alongamento / Aquecimento e principal em grupo com halter e bola / Abdômen e alongamento
18/01	Alongamento na barra / aquecimento com espaguete / principal com halter / Relaxamento final
23/01	Alongamento / Aquecimeu caminhando / Principal em dupla com espaguete / Alongamento
25/01	Alongamento / Aqueceu com bola / Principal com halter / Abdômen / Relaxamento final
30/01	Alongamento em roda e aquecimento em roda / Principal com bola / Relamento final

Pederneiras, 30 de janeiro de 2024



 Jessica Grassi
 CREF: 147887-G/SP





CLUBE DA TERCEIRA IDADE RENASCER – PEDERNEIRAS

Lista de presença

Atividade: HIDOGINÁSTICA

Profissional: AMANDA EVELYN MONTEIRO DE LEMES

Horário: TERÇA E QUINTA DAS 16:00 ÀS 16:50

NIS/RG/CPF	NOME	02/01	04/01	09/01	11/01	16/01	18/01	23/01	25/01	30/01
	Adamair Rodrigues Godoi	P	P	P	P	F	P	F	F	P
	Angela Maria Maciel	P	P	P	P	P	P	P	P	P
	Aparecida Ernestina Dionisio	F	F	F	F	F	F	F	F	P
	Aparecida de Fátima Ambrósio	F	F	F	F	F	P	F	F	F
	Cleide Garnica	P	P	P	P	F	P	P	P	F
	Cleusa Aparecida Canato	F	F	P	P	F	P	P	P	P
	Cristina Helena Melosi	P	F	F	P	F	F	P	F	P
	Dileusa Pereira Santos	F	F	F	F	F	F	F	F	F
	Dinamar da Silva Garcia	F	F	P	F	P	F	F	P	F
	Edna de Fatima Marrego	F	P	F	F	F	F	F	F	F
	Ezequiel Wieck	F	F	F	F	F	F	F	F	P
	Gilza Maria Fabrice Guastala	F	F	F	F	P	P	P	P	F
	Isabel dos Passos Tamborim	P	P	P	F	F	P	P	F	F
	Ivone dos Santos Bigeli	P	F	P	P	P	P	F	F	P
	Lourdes Bernardina da Silva Maciel	F	P	P	P	P	P	P	P	P
	Lucia H. R. S. Stabile	P	F	F	P	P	P	F	P	P
	Maria Alves Ferreira	F	F	F	F	F	F	P	P	P
	Maria Laurentina P. Sanches	F	F	P	F	P	F	F	F	F
	Maria Ines M. Stabile	F	F	P	F	F	P	P	F	P
	Martha Haddad Magalhães	P	P	P	F	P	P	F	F	F
	Neide Aparecida Borges da Silva	F	P	P	P	P	P	P	P	P
	Paulo Roberto Maciel	F	F	F	F	P	P	P	P	P
	Sirlei dos Santos Gasparini	P	F	F	P	F	P	F	P	P
	Sonia M. A. Antico	F	F	P	P	F	P	P	F	F
	Sonia Maria Garnica Ambrósio	P	P	P	P	F	P	P	P	F
	Sueli Bueno Serrano	P	P	P	P	F	F	P	F	P
	Terezinha Bernardo da Silva Martinez	F	F	P	P	F	P	P	F	P

RELATÓRIO DA ATIVIDADE

02/01	Alongamento / Aquecimento com bola / Principal com halter / Abdômen / Alongamento final
04/01	Alongamento na barra / Aquecimento sem material / Exercício com bola / Alongamento
09/01	Alongamento / Aqueceu em dupla com espaguete / Principal com halter / Alongamento final
11/01	Alongamento / Aquecimento com halter / Parte principal sem material / Relaxamento final
16/01	Alongamento na barra / Aqueceu em círculo / Exercício com halter / Alongamento
18/01	Alongamento / Aquecimento com prancha / Exercícios com espaguete / Relaxamento final
23/01	Alongamento / Aqueceu com caminhada / Principal com espaguete / Relaxamento
25/01	Alongamento na barra / Exercícios com halter + bola / Abdômen na barra / Alongamento
30/01	Alongamento / Aqueceu sem material / Principal com espaguete / Relaxamento final

Pederneiras, 30 de janeiro de 2024

Amanda Evelyn Monteiro de Lemes
Amanda Evelyn Monteiro de Lemes
CREF: 143440-G/SP