



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

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

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



PLANO DE TRABALHO

1. DADOS DA ATIVIDADE

Serviço/Oferta Inscrita no CMAS: Serviço de Convivência e Fortalecimento de Vínculo – SCFV.

Objeto da Parceria:

Realizar ações de assistência social para adultos e familiares 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 serviço de convivência e fortalecimento de vínculo, por meio do Projeto “Viver Bem”, conforme Termo de Referência de Proteção Social Básica nº 01/2021/SMPS.

2. DADOS CADASTRAIS

Organização da Sociedade Civil (Razão Social):

Movimento Social São José Pró Tuberculosos

CNPJ:

23.954.266/0001-79

Data de abertura do CNPJ:

29/03/1973

Endereço (Rua, Av. Pça, nº):

Praça Vereador José Custódio Ferreira, 47

Bairro:

Bairro Santo Antônio

Cidade/UF:

Pouso Alegre/MG

CEP:

37551-131

Telefone:

(35) 99804-9741

E-mail:

m.s.saojose@outlook.com

Nome do Representante Legal:

Thiago Donizeti Rosa Pedroso

Função:

Presidente

CPF:

060. -92

RG

11. -

Telefone:

(35) 99126- -

Endereço (Rua, Av. Pça, nº):

Rua -

Bairro:

Santa Rosa

Cidade/UF:

Pouso Alegre

CEP:

37550- -

Responsável pela elaboração do Plano de Trabalho:

Aline Aparecida Martins

Contato do responsável (e-mail e telefone):

-@gmail.com / (35) 99143- -

Período de Mandato da Diretoria:

De 02/01/2024 a 31/12/2026

3. DESCRIÇÃO DA REALIDADE E JUSTIFICATIVA DA PARCERIA

O Movimento Social São José Pró-Tuberculosos entende a necessidade de realizar ações que possam 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”.

A finalidade do Projeto “Viver Bem” é 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



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

CNPJ – 23.954.266/0001-7 9 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



de serviço de convivência e fortalecimento de vínculos, com ações como acompanhamentos com a assistente social e encaminhamento à rede socioassistencial do município, quando necessário, priorizando ações preventivas que desenvolvam a autonomia e dignidade dos usuários. Além de atividades como oficinas de MAFE e Atividades corporais, e palestras informativas com temas levantados através de demanda identificada nas rodas de conversas e a relação instituição/usuários.

A instituição vem crescendo cada vez mais e aumentando os números de pessoas atendidas em suas atividades e este projeto garantirá excelência nas oficinas através de uma instrutora qualificada, o atendimento social com a presença da assistente social, além de materiais para manter o ambiente limpo e seguro. Será necessário também a realizar a compra de ventiladores para ventilar o ambiente administrativo, garantindo um ambiente agradável para a equipe realizar o trabalho de forma digna.

No mundo em que vivemos hoje, cada dia corrido e mais conectado, com um aumento significativo da depressão, ansiedade, entre outros, nunca estivemos tão necessitados de ações de bem estar físico e mental que para garantir o bem-estar do indivíduo, por este motivo procuramos oferecer a possibilidade de um ambiente seguro e de acolhida social e mental o projeto “viver bem” se faz tão importante e necessário para a sociedade atual. Nossa prioridade do projeto é favorecer cada vez mais os usuários assistidos através da acolhida e da possibilidade de inserção na comunidade com apoio e suporte social através do SCFV.

4. PÚBLICO ALVO

Homens e mulheres adultos em situação de vulnerabilidade social, residentes do município de Pouso Alegre/MG que estejam cadastrados no projeto “Viver Bem” ou encaminhados pela rede socioassistencial do município.

5. OBJETIVOS, METAS, INDICADORES, MEIOS DE AFERIÇÃO E RESULTADOS ESPERADOS



Movimento Social
São José do Rio Preto



MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131
CNPJ – 23.954.266/0001-79 – telefone - 3425-0793
e-mail – m.s.saojose@outlook.com

OBJETIVOS	METAS	INDICADORES	MEIOS DE AFERIÇÃO	RESULTADOS ESPERADOS
1º) Garantir que o trabalho social do projeto “Viver Bem” forneça: Acolhida; estudo social; palestras; informação e comunicação sobre assuntos que envolver o objetivo do “Projeto Viver Bem”, além de defesa de direitos dos usuários.	1.1 - Atendimento da Assistente Social para inserção nas oficinas do “Projeto Viver Bem”, com capacidade de atender 50 usuários, atingindo no mínimo 70 %.	Número de atendimento.	Planilha de Atendimento.	Minimizar o impacto da vulnerabilidade social, trabalhando a conscientização e o fortalecimento dos vínculos comunitários.
2º) Proporcionar momentos de convivência e fortalecimento de vínculos comunitários e familiares.	2.1 - Ofertar semanalmente <i>oficinas de MAFE – Mobilidade, Flexibilidade e Estabilidade</i> para 25 usuários, atingindo no mínimo 70%, sendo que a uma vez no mês será realizado uma roda de conversa com a Assistente Social.	Frequência na palestra.	Lista de presença e relatório das atividades com foto.	Melhoria na qualidade de vida dos usuários, proporcionando bem-estar físico e mental, autoestima e autoconhecimento.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

CNPJ – 23.954.266/0001-7 9 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



7. METODOLOGIA

Meta 1.1: Atendimento da Assistente Social para inserção nas oficinas do “Projeto Viver Bem”, com capacidade de atender 50 usuários, atingindo no mínimo 70 %.

A Assistente Social realizará os atendimentos inserindo os usuários nas oficinas ofertadas pelo Projeto “Viver Bem”.

Após análise social, os usuários selecionados, além de participar das oficinas também receberão, quando necessário, orientações e encaminhamentos para a rede socioassistencial do município.

Os atendimentos serão realizados às quartas-feiras no período da manhã das 09:00 às 11:45 horas.

Para garantir um ambiente agradável e acolhedor será necessário comprar 3 ventiladores de coluna para as salas onde são realizados os atendimentos aos usuários.

Meta 1.2: Realizar 2 palestras no decorrer da parceria, para os participantes das oficinas, atingindo no mínimo 60 % de participação.

As palestras serão ministradas pelos profissionais: Psicólogo e/ou Assistente Social e destinadas aos participantes das oficinas ofertadas no SCFV e tem o objetivo de orientar, direcionar e informar os cidadãos sobre assuntos relevantes para sua realidade, por este motivo elas se tornam uma alternativa para discutir alguns temas importantes para a formação de qualquer ser humano.

Os temas abordados serão relacionados a assuntos relevantes para a realidade de quem participa do Projeto “Viver Bem” como qualidade de vida, bem estar e direitos sociais; e outros temas a serem definidos nas rodas de conversas, que serão realizadas uma vez no mês com os participantes da Oficina de MAFE.

As palestras serão realizadas na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre com duração de 1 hora cada.

Meta 2.1: Ofertar semanalmente oficinas de MAFE – Mobilidade, Flexibilidade e Estabilidade para 25 usuários, sendo que a cada 1 vez ao mês será realizada uma roda de conversa com a participação da assistente social.

MAFE – Mobilidade, Flexibilidade e Estabilidade - disponíveis para 25 usuários cadastrados no Projeto “Viver Bem”, atingindo no mínimo 70% dos participantes. As oficinas acontecerão semanalmente na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre, as terças-feiras, com duração de 1 hora e uma vez no mês será realizado uma roda de conversa, com temas identificados pela assistente social, pertinentes à realidade dos usuários atendidos.

A instrutora irá trabalhar os seguintes conceitos:

- **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 proposto a inspiração e expiração durante cada movimento.
- **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.

Meta 2.1: Ofertar semanalmente Oficinas de Atividades Corporais (dança e circuito) para 25 usuários.

Atividades Corporais (dança e circuito) - disponíveis para 25 usuários cadastrados no projeto “Viver Bem” atingindo no mínimo 70% dos participantes.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

CNPJ – 23.954.266/0001-7 9 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



As oficinas acontecerão na sede do Movimento Social São José Pró-Tuberculosos na cidade de Pouso Alegre, as quintas-feiras, com duração de 1 hora.

A instrutora trabalhará os seguintes conceitos:

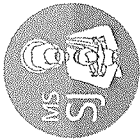
Aula de dança e suas habilidades:

- **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.

Aula de circuito e suas habilidades:

- **Resistência**
- **Equilíbrio**
- **Força Muscular**
- **Flexibilidade**
- **Melhora na coordenação fina e grossa**
- **Melhora o controle da respiração**

Para as oficinas será realizada a Contratação de serviços de uma instrutora para execução de atividades físicas do projeto – Pessoa Jurídica – MEI.



Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS
Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG - 37551-131
CNPJ - 23.954.266/0001-79 - telefone - 3425-0793
e-mail - m.s.saojose@outlook.com

8. 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 2025.

9. PREVISÃO DE RECEITAS

Origem	Valor
Repass	R\$38.000,00 (trinta e oito mil reais)
Contrapartida (se houver)	R\$ 20,10 (vinte reais e dez centavos)

10. PREVISÃO DE DESPESAS

Quadro de Recursos Humanos					
Cargo/Função	QTD	Período (meses)	Carga horária semanal	Valor mensal	
Assistente Social	1	10	20hs/semanais	R\$ 3.135,01	
				TOTAL	R\$ 31.350,10

Despesas Operacionais (material de consumo, serviços de terceiros, dentre outras indispensáveis para operacionalização do projeto)

Descrição	Quantidade	Valor Unitário	Valor Total
Instrutora de MAFE e Atividades Corporais (MEI)	10	R\$ 240,00	R\$ 2.400,00
Camisetas de uniforme para os usuários do projeto	80	R\$ 36,00	R\$ 2.880,00
Papel Higiénico	02	R\$ 75,00	R\$ 150,00
Saco de Lixo c/ 100un	04	R\$ 85,00	R\$ 340,00
		TOTAL	R\$ 5.770,00

Despesas com materiais permanentes

Descrição	Quantidade	Valor Unitário	Valor Total
Ventilador de coluna	3	R\$ 300,00	R\$ 900,00
		TOTAL	R\$ 900,00

QUADRO RESUMO DE DESPESAS

Natureza da despesa	Origem do recurso (Repass ou Contrapartida)	Valor anual estimado
Despesas com Recursos Humanos	Repass	R\$ 31.350,10
Despesas operacionais	Repass	R\$ 5.770,00
Despesas com materiais permanentes	Repass	R\$ 900,00

VALOR TOTAL ANUAL DE DESPESAS:

R\$ 38.020,10





Movimento Social
São José

MOVIMENTO SOCIAL SÃO JOSÉ PRÓ TUBERCULOSOS

Praça Ver. José Custódio Ferreira, 47, Sto. Antônio - Pouso Alegre, MG -37551-131

CNPJ – 23.954.266/0001-7 9 – telefone - 3425-0793

e-mail – m.s.saojose@outlook.com



11. CONTRAPARTIDA

Será necessário o valor complementar de R\$ 20,10 (vinte reais e dez centavos) como contrapartida.

12. CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

A terceira parcela somente será liberada para pagamento após a apresentação do Primeiro Relatório de Monitoramento e Avaliação da Parceria e documentos de comprovação parcial de execução do objeto e execução financeira.

Conforme §2º do Decreto Federal nº. 8.726/2016: “Os recursos serão aplicados em caderneta de poupança, fundo de aplicação financeira de curto prazo ou operação de mercado aberto lastreada em títulos da dívida pública, mediante avaliação do investimento mais vantajoso, enquanto não empregados na sua finalidade.”

1ª Parcela	2ª Parcela	3ª Parcela
Valor: R\$20.000,00	Valor: R\$9.000,00	Valor: R\$9.000,00
TOTAL DE REPASSE:		R\$38.000,00

13. DATA E ASSINATURA

Pouso Alegre/MG, 12 de fevereiro de 2025.

THIAGO DONIZETI ROSA PEDROSO
Presidente