



**ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO  
DE ASSIS**

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

**PLANO DE TRABALHO**

**1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE**

Nome da OSC: Associação Lar São Francisco de Assis			
CNPJ: 03.506.504/0001-76		Endereço: Rua Emilio Marcondes Ribas, nº 150	
Complemento:		Bairro/Cidade: Perequê-Mirim - Caraguatatuba	CEP: 11.668-130
Telefone: (12) 98804-6698		Telefone: (12) 99741-4989	
E-mail: <a href="mailto:franciscodeassislar@yahoo.com.br">franciscodeassislar@yahoo.com.br</a>			Site/Redes Sociais: <a href="http://associacaolarsaofrancisco.com.br">associacaolarsaofrancisco.com.br</a>
Responsável da OSC (Dirigente): Maria Carolina da Ressurreição			
CPF: 055.361.608-00	RG/Órgão Expedidor: 16.841.982-8 SSP/SP	Telefone do Dirigente: (12) 99179-2705	
Endereço do Dirigente: Rua Santa Barbara, nº 13 Bº Perequê-Mirim, Caraguatatuba/SP.			CEP: 11.668-305

**1.1 ACOMPANHAMENTO DA PARCERIA**

Responsável pelo acompanhamento da parceria: Celia Alves dos Santos Guimarães	
Função na parceria: Gestora de Projetos	
RG/Órgão Expedidor: 20.207.506-0 SSP/SP	CPF: 124.738.2258-16
Telefone Fixo: ---	Telefone Celular: (12) 99741-4989
E-mail do Responsável: <a href="mailto:celiaguima2010@hotmail.com">celiaguima2010@hotmail.com</a>	

**1.2 HISTÓRICO DO PROPONENTE**

A Associação Lar São Francisco de Assis é uma entidade sem fins lucrativos que presta assistência a idosos carentes do Município de Caraguatatuba.

O Projeto Lar São Francisco de Assis iniciou seu trabalho no dia 23/09/1999 prestando atendimento a comunidade idosa no Bairro do Perequê Mirim, auxiliando as famílias na compra de remédios, fraldas, alimentos e prestando auxílio em banho no domicílio com participação de um grupo de pessoas voluntárias. No dia 09/10/2000 foi declarado de utilidade pública municipal e com o aumento da demanda de idosos necessitando de ajuda, houve a necessidade de abertura de uma Sede em junho/2013 na av. Yoshiso Shibata nº10/14, Pegorelly para atendimento, sendo oferecido café da tarde, atividades como o artesanato, bate papo, interação social e outras. Todas as despesas geradas para

MCR



# ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO DE ASSIS

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

manter a Sede e o Projeto do Centro de Convivência eram pagas com vendas de roupas usadas em bazar e com ajuda de alguns doadores voluntários.

## 2. DESCRIÇÃO DO PROJETO

Nome do Projeto: Centro de Convivência Lar São Francisco

Local de realização: Rua Emilio Marcondes Ribas, nº 150 , Bº Perequê-Mirim- Cararguatatuba/SP

### Objeto da Parceria:

O Centro de Convivência Lar São Francisco, tem por objeto o atendimento a 75 pessoas idosas, sendo que 45 participam das aulas de alongamento/relaxamento com Educador Físico e 30 participam da interação social, jogos e artesanatos com um Monitor de Oficinas voluntário e Cuidadores. As atividades buscam promover o convívio social, melhora da auto-estima, coordenação motora e entretenimentos que visam à melhoria da qualidade de vida da pessoa idosa. As atividades são oferecidas de segunda a sextas-feiras, das 8h as 11h e das 13h as 17h e após cada atividade é oferecido um lanche (café, suco, bolos, biscoitos e outros) aos usuários participantes.

Os usuários que não possuem veículo próprio e tem dificuldade de deambular, são transportados com veículo da Associação, da sua residência até o Centro de Convivência.

### 2.1 JUSTIFICATIVA DO PROJETO

A Organização Mundial de Saúde recomenda a melhoria da condição de vida do idoso e salienta que o envelhecimento deve ser visto como um processo dinâmico, natural, gradual e inevitável. Para isso faz-se necessário uma maior atenção à sua saúde física e psíquica, assim como o estímulo ao auto cuidado, uma vez que suas defesas estão diminuídas, ocorrendo maior exposição às doenças. Entretanto, é essencial que existam políticas públicas que promovam uma melhor qualidade de vida para as pessoas idosas.

O município de Caraguatatuba possui diversas ações voltadas ao envelhecimento saudável e melhoria na qualidade de vida da pessoa idosa, porém essas ações estão mais voltadas à região central, desfavorecendo aqueles que residem nas regiões periféricas longe do centro urbano.

A região onde o Projeto Centro de Convivência Lar São Francisco está inserido, é denominada periférica e desprovida de atividades voltadas à saúde física e mental da pessoa idosa, e com uma grande demanda de pessoas em busca de projetos sociais que ofereçam atividades que visam à melhoria na sua qualidade de vida.

O Centro de Convivência Lar São Francisco tem por objetivo valorizar a pessoa idosa, oferecendo um

MCR



# ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO DE ASSIS

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

espaço com diversas atividades que contribuam no processo de envelhecimento saudável, no desenvolvimento da autonomia e de sociabilidade, no convívio comunitário, além da prevenção de situações de risco social. Oferecer também a pessoa idosa e suas familiares informações e orientações quanto aos assuntos relacionados ao envelhecimento saudável.

## 2.2 OBJETIVOS GERAIS E ESPECÍFICOS DO PROJETO

- Atendimento a 75 pessoas idosas;
- Oferecer atividades físicas e culturais;
- Resgatar a autoestima;
- Valorizar o convívio social,
- Melhorar a coordenação motora;
- Promover a autonomia, inclusão social e melhoria na qualidade de vida;
- Fortalecer os vínculos familiares e comunitários;
- Orientações e informações a cerca dos assuntos relacionados ao autocuidado e violação de direitos e envelhecimento saudável.

## 2.3 METAS (QUANTITATIVAS E QUALITATIVAS) / INDICADORES DE MONITORAMENTO

Metas (Qualitativas)	Custo/meta	Indicador	Parâmetro(s) para aferição de cumprimento das Metas
Melhorar o desempenho da instituição em relação ao serviço prestado.  Aumentar o número de atendimento/dia.	75 usuários	<b>Indicador:</b> índice de <u>satisfação dos usuários nas atividades</u> . <b>Relevância:</b> Ajudará a medir o nível de satisfação dos usuários sobre o serviço ofertado. <b>Método de Calculo:</b> Pesquisa de satisfação, caixa de sugestões ou feedback	Análise mensal das pesquisas de satisfação e das caixas de sugestões para melhorar a qualidade do serviço prestado.  Índice de satisfação de no mínimo 80% dos usuários.

MGR



**ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO  
DE ASSIS**

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

		<i>através de roda de conversa..</i>	
<i>Contratação de 3 funcionários.</i>  <i>Aquisição de material de consumo para atender o projeto</i>	<i>Custo total/ mês</i>  <b>R\$ 8.333,33</b>	<b>Indicador:</b> <i>Custo de RH e Material de Consumo.</i>  <b>Relevância:</b> <i>Saber o gasto despendido com a execução do Projeto.</i>  <b>Método de Calculo:</b> <i>Calculo do valor baseado no custo mensal do RH + despesas de material consumo em concordância com a necessidade atual.</i>	<i>Reuniões mensais com os Cuidadores, visando melhoria no atendimento ao usuário.</i>  <i>Pesquisa de mercado dos materiais de consumo para análise do melhor custo/benefício.</i>
<b>Metas (Quantitativas)</b>	<b>Custo/meta</b>	<b>Indicador</b>	<b>Parâmetro(s) para aferição de cumprimento</b>
<i>Até 300 atendimentos/mês</i>	<i>Valor Unitário por Atendimento</i>  <b>R\$ 27,77</b>	<b>Indicador:</b> <i>Custo por atendimento.</i>  <b>Relevância:</b> <i>Saber o gasto despendido com a execução do Projeto.</i>  <b>Método de Calculo:</b> <i>Calculo do valor baseado no custo mensal do RH + despesas de material consumo.</i>	<i>Relatórios mensais, Demonstrativos mensais, quadrimestrais e anuais.</i>

#### 2.4 PÚBLICO ALVO E ABRANGÊNCIA DE PÚBLICO

- Pessoas de ambos os sexos com idade igual ou superior a 60 anos;
- Municípios de Caraguatatuba;
- Necessitar das atividades que visam melhoria da saúde física e mental;
- Ter interesse em participar das atividades ofertadas pelo projeto;
- Renda inferior a dois salários mínimos.

MCR

#### 2.5 METODOLOGIA

O serviço propiciará aos usuários atividades em grupo de segunda a sextas feiras, com horário das 8h as 10h e das 13h



## ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO DE ASSIS

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

as 17h.

### Formas de acesso:

- Portas abertas a comunidade por busca espontânea;
- Idosos assistidos pelo projeto Bem Cuidar de atendimento domiciliar;
- Encaminhamentos da rede socioassistencial do município;
- Encaminhamentos da rede de saúde do município.

As atividades serão realizadas por profissionais habilitados, em grupos ou individuais de acordo com a necessidade e apreciação de cada usuário.

### Educador físico:

Desenvolverá suas ações em pequenos grupos e/ou individuais pautando suas ações na melhoria da qualidade de vida e do bem estar, buscando o fortalecimento muscular e estimulando a mobilidade por meio de exercícios direcionados ao público atendido.

Desenvolver ações planejadas com temática específicas e lúdicas levando em consideração os temas atuais como olimpíadas, carnaval, etc.

### Atribuições específicas:

- Orientar e acompanhar a prática de exercícios físicos para idosos;
- Identificar as melhores atividades para promover o condicionamento físico;
- Promover a saúde da pessoa idosa através das atividades físicas;
- Intervir na prevenção, promoção e reabilitação da saúde;
- Oferecer eventos lazer e esportes;
- Implantar, coordenar e executar projetos na área de educação física;
- Elaborar relatório mensal de todas as atividades executadas;

### Cuidador de Idosos:

O envelhecimento da população é um processo complexo que envolve dimensões biológicas, psicológicas e socioculturais que afetam o estilo de vida e a forma do envelhecer humano. Com o aumento da longevidade desta população é preciso estar atento às necessidades da Pessoa Idosa e/ou Pessoa com Deficiência que passarão a necessitar de maior cuidado, temporária ou permanente, para suas atividades de vida diária.

Para auxiliá-los nesta etapa da vida garantindo um melhor atendimento e qualidade de vida a estas pessoas, designamos prestadores qualificados para os cuidados devidos. Nossos cuidadores possuem aptidão nos cuidados com Pessoa Idosa, zelando pelo bem-estar, saúde, alimentação, higiene pessoal e entretenimento da pessoa atendida.

### Atribuições específicas:

- Ajudar na higiene pessoal e bucal, alimentação, locomoção etc;
- Auxílio no Transporte dos usuários que possuem dificuldades de locomoção;
- Auxiliar nas atividades físicas, culturais e recreativas;
- Facilitar e estimular a comunicação com a pessoa idosa, conversando e ouvindo-a; acompanhando-a em seus passeios e



# ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO DE ASSIS

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

incentivando-a a realizar exercícios físicos, sempre que autorizados pelo profissional responsável e a participar de atividades de lazer. Desta forma, ajudará na sua inclusão social e a melhorar sua saúde.

Atividades	Procedimento Metodológico	Responsável	Periodicidade	Meta Quantitativa
<b>1.1</b> Atividades Físicas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Alongamento</li> <li>• Relaxamento</li> <li>• Caminhadas</li> </ul>	<b>2.1</b> As atividades serão realizadas com acompanhamento de profissional habilitado, conforme a capacidade funcional de cada pessoa idosa respeitando o seu processo singular de envelhecimento.	<b>3.1</b> Educador Físico	<b>4.1</b> 2h por dia 2 vezes por semana	40 usuários  200 atendimentos/mês
<b>1.2</b> Atividades Recreativas <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jogos de tabuleiro</li> <li>• Roda de conversa</li> </ul>	<b>2.2</b> As atividades serão elaboradas pelo Educador físico e acompanhadas por Cuidadores	<b>3.2</b> Educador Físico/ Cuidadores	<b>4.2</b> 4h por dia 2 vezes por semana	5 usuários  20 atendimentos/mês
<b>1.3</b> Atividades Culturais	<b>2.3</b> Oficinas artísticas, Artesanatos, , roda de conversa, musicas, etc	<b>3.3</b> Cuidadores Monitor de Oficinas(voluntário)	<b>4.3</b> 4h por dia 5 vezes por semana	30 usuários  80 atendimentos/mês

### 3 PLANO DE DIVULGAÇÃO

O projeto Centro de Convivência Lar São Francisco tem portas abertas para a comunidade e também recebe encaminhamentos da rede de serviços, como, CREAS, CRAS, UBS, SEPEDI e os usuários do projeto Bem-Cuidar de atendimento domiciliar.

As divulgações dos serviços e prestações de contas serão feitos através das redes sociais e site da Associação.

### 4 CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO (DETALHADO)

Ação	Descrição da Atividade	Aplicação/mês											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Atividades físicas	Alongamento / Relaxamento/ caminhadas	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Atividades	Jogos de tabuleiro / musicoterapia / Roda	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x

*MCR*





**ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO  
DE ASSIS**

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

**6 CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO**

Item da Despesa	Categoria (Rubrica)	Aplicação/mês											
		1º mês	2º mês	3º mês	4º mês	5º mês	6º mês	7º mês	8º mês	9º mês	10º mês	11º mês	12º mês
Pessoal e Impostos	Recursos Humanos (5)	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,15	7.568,16	7.568,16	7.568,16	7.568,16
Material de Oficina e Limpeza	Outros Materiais de Consumo	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18	265,18
Gasolina	Combustível	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00	500,00
<b>TOTAL</b>		<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,33</b>	<b>8.333,34</b>	<b>8.333,34</b>	<b>8.333,34</b>	<b>8.333,34</b>

**6.1 RECURSOS HUMANOS**

CARGO	FUNÇÃO NO PROJETO	Nº DE HORAS/MÊS	PERÍODO	VÍNCULO
Cuidador de idosos	Auxilio no transporte e embarque e desembarque dos idosos, auxilio na distribuição de materiais das oficinas, monitoramento das atividades das oficinas, distribuição e oferta de alimentos/lanche, troca de fraldas, acompanhamento ao banheiro e outros.	200	12 Meses	Contrato de Trabalho por prazo determinado. CLT
Cuidador de idosos	Auxilio no transporte e embarque e desembarque dos idosos, auxilio na distribuição de materiais das oficinas, monitoramento das atividades das oficinas, distribuição e oferta de alimentos/lanche, troca de fraldas, acompanhamento ao banheiro e outros.	100	12 Meses	Contrato de Trabalho por prazo determinado. CLT
Educador Físico	Aulas de Alongamento e Relaxamento físico.	30	12 Meses	Contrato de Trabalho por prazo determinado. CLT

*WCR*



**ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO  
DE ASSIS**

CNPJ 03 506 504 / 0001- 76

**6.2 MATERIAL DE CONSUMO**

ITEM	DESCRIÇÃO DO ITEM
Material de Oficina	(papel sulfite, lápis de cor, colas p/ artesanatos, EVAs, tintas p/ tecido, pinceis e outros
Material de Limpeza	Água Sanitária, desinfetante, detergente, papel higiênico, vassoura, outros.
Combustível	Gasolina/Álcool

**7 QUADRO COMPARATIVO DE PREÇOS**

item	Nomenclatura do cargo/atividade	Jornada Trabalho Semanal	Valor de mercado	Fonte	Custo médio
	Cuidador de idosos	40h	R\$ 1.968,79	SIMBEFIR	R\$ 1.968,79
	Cuidador de idosos	20h	R\$ 1.079,00	SIMBEFIR	R\$ 1.079,00
	Educador Físico	6h	R\$ 860,29	SIMBEFIR	R\$ 860,29

**8 PROCESSO DE MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO**

AÇÃO	JAN	FEV	MAR	ABR	MAI	JUN	JUL	AGO	SET	OUT	NOV	DEZ
Relatórios e avaliações mensais	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x
Relatórios e avaliações trimestrais				x				x				x
Relatórios e avaliações Anual												x

*WCR*



**ASSOCIAÇÃO LAR SÃO FRANCISCO  
DE ASSIS**

CNPJ 03 506 504 / 0001 - 76

**9 DECLARAÇÃO**

Na qualidade de representante legal do proponente, declaro, para fins de prova junto ao **Conselho Municipal de Defesa dos Direitos do Idoso-CMDDI**, para os efeitos e sob as penas, que inexistente na mora ou débito junto a qualquer órgão ou instituição da Administração Pública Federal, Estadual ou Municipal, direta ou indireta que impeça a transferência de recursos do **Fundo Municipal do Idoso**, na forma deste plano de trabalho.

Caraguatatuba, \_\_\_ de \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_.

Maria Carolina da Ressurreição  
Presidente