

INDICAÇÃO Nº 114 /2025

Senhor Presidente,

A vereadora que esta subscreve, requer que, após cumpridas as formalidades regimentais, seja enviado ao Gabinete da Prefeita Municipal a seguinte indicação:

INDICAÇÃO

Indica à Secretaria Municipal de Saúde a inclusão, na programação da Semana da Saúde, do projeto de minha autoria, voltado à promoção da saúde e bem-estar da população tapirense.

Plenário Vereador Pedro Rodrigues da Silva, 24 de março de 2025.


Ana Paula de Souza Ferreira Melo
Vereadora - PSD

mebsunção

Justificativa

A Semana da Saúde é um importante momento para ampliar o acesso à informação, fortalecer ações preventivas e incentivar hábitos saudáveis. Nesse contexto, apresento projeto de minha autoria que visa contribuir de forma prática e educativa para o fortalecimento da saúde pública no município, por meio de atividades abertas à comunidade.

O projeto conta com ações como palestras, atendimentos, orientações, atividades físicas e dinâmicas de saúde mental, e pode ser implementado em parceria com profissionais da área, instituições locais e demais setores da administração pública.

Diante disso, solicito o apoio e acolhimento da Secretaria de Saúde para que este projeto seja integrado à programação oficial da Semana da Saúde, promovendo um impacto positivo na vida da população.

Projeto Semana da Saúde - Tapira Futuro

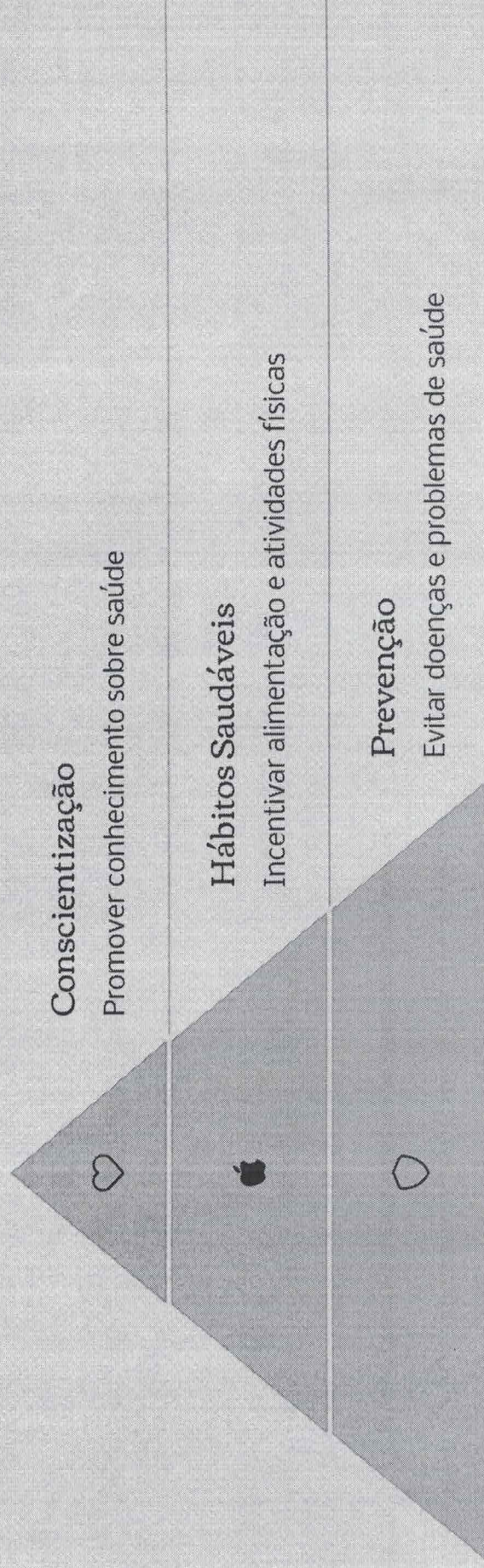
Bem-vindos ao Projeto Semana da Saúde - Tapira Futuro, uma iniciativa dedicada à promoção da saúde e bem-estar para toda nossa comunidade. Durante seis dias, de 2 a 7 de abril de 2025, realizaremos diversas atividades educativas, interativas e assistenciais voltadas para crianças, jovens e idosos.

Nosso objetivo é conscientizar sobre a importância de hábitos saudáveis, prevenção de doenças e qualidade de vida, criando um impacto positivo duradouro na saúde de Tapira. Junte-se a nós nesta jornada de transformação e aprendizado para construirmos juntos um futuro mais saudável.

AM por Ana Paula Souza Ferreira Melo



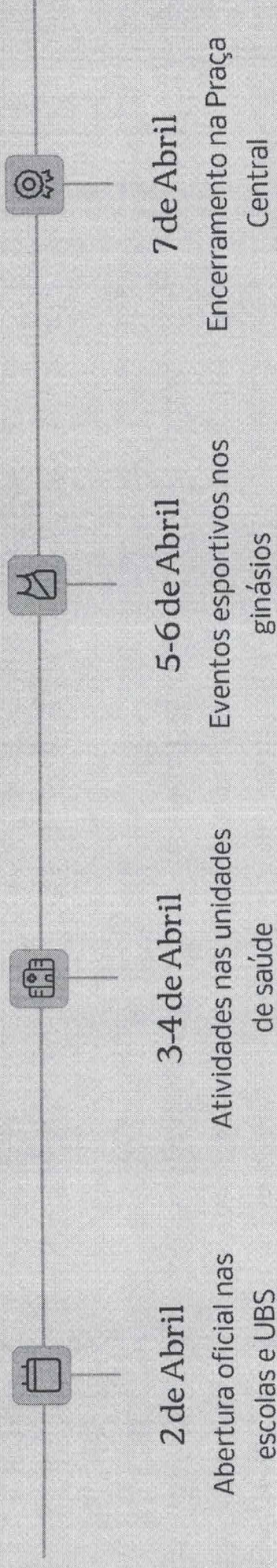
Objetivo e Público-Alvo



O Projeto Semana da Saúde tem como objetivo principal promover a conscientização sobre saúde e bem-estar entre diferentes faixas etárias da nossa comunidade. Buscamos incentivar hábitos saudáveis e prevenir doenças através de atividades educativas e interativas.

Nosso público-alvo abrange crianças de 3 a 12 anos, jovens de 13 a 25 anos e idosos acima de 60 anos, garantindo que todos os membros da comunidade de Tapira tenham acesso a informações e serviços de saúde adequados às suas necessidades específicas.

Período e Locais de Realização



A Semana da Saúde acontecerá de 2 a 7 de abril de 2025, estrategicamente alinhada ao Dia Mundial da Saúde, celebrado em 7 de abril. As atividades serão distribuídas por toda a cidade de Tapira, facilitando o acesso da população.

Utilizaremos diversos espaços como escolas municipais e estaduais para atividades com crianças e jovens, Unidades Básicas de Saúde para palestras e atendimentos, Praça Central e Ginásios Municipais para atividades físicas, além do Centro de Convivência do Idoso e CRAS para encontros da terceira idade.



Atividades para Crianças



Saúde Bucal Divertida

Palestras lúdicas com
dentistas e
distribuição de kits
de higiene bucal



Alimentação Saudável

Oficinas interativas
de preparo de
lanches nutritivos
com nutricionistas



Brincar é Saúde Gincanas esportivas

estimulando
atividade física de
forma divertida



Vacinação

Mutirão para
atualização da
carteira de vacinação
infantil

Para as crianças de 3 a 12 anos, preparamos atividades educativas e lúdicas em parceria com escolas e creches locais. Nossa abordagem busca ensinar conceitos de saúde de forma divertida e memorável.

Além das atividades listadas, apresentaremos a peça teatral "Heróis da Saúde", que aborda hábitos saudáveis através de personagens cativantes. Todas as atividades foram planejadas para criar bases sólidas de conhecimento sobre saúde desde cedo.

Saúde Bucal para Crianças

Palestra Interativa

Dentistas voluntários apresentarão conceitos básicos de higiene bucal usando linguagem adequada para crianças e recursos visuais atrativos.

Demonstração Prática

Com modelos ampliados de dentes e bocas, as crianças aprenderão a técnica correta de escovação e uso do fio dental de forma lúdica.

Jogo Educativo

Através de um quiz com perguntas sobre saúde bucal, as crianças fixarão o conhecimento adquirido e receberão pequenos prêmios.

Entrega de Kits

Cada criança receberá um kit contendo escova, pasta de dente, fio dental e material educativo para levar para casa.

A atividade "Saúde Bucal Divertida" visa ensinar as crianças sobre a importância da higiene bucal de forma prazerosa e envolvente. Sabemos que hábitos formados na infância tendem a permanecer na vida adulta, por isso investimos em uma abordagem educativa que incentive a prevenção desde cedo.

Atividades para Jovens

Saúde Mental e Bem-Estar

Rodas de conversa com psicólogos sobre temas relevantes como ansiedade, depressão e técnicas de autocuidado. Um espaço seguro para jovens compartilharem experiências e aprenderem estratégias de enfrentamento.

Esporte e Movimento

Torneios esportivos variados, aulas de dança, zumba e treino funcional para estimular a atividade física regular. Atividades dinâmicas que mostram como o exercício pode ser prazeroso e social.

Prevenção de DSTs

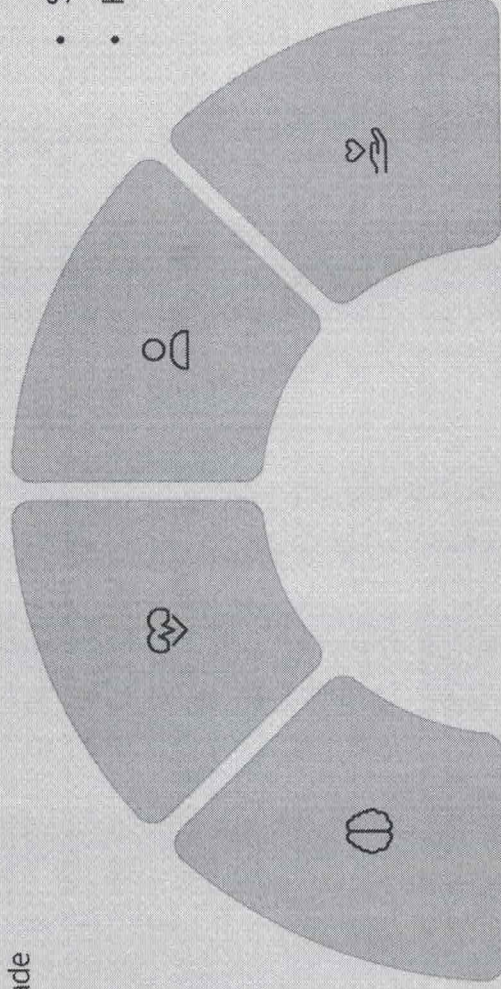
Palestras informativas sobre doenças sexualmente transmissíveis, métodos contraceptivos e distribuição gratuita de preservativos. Informações claras e sem tabus para promover a saúde sexual responsável.

Para os jovens entre 13 e 25 anos, desenvolvemos uma programação que aborda questões específicas desta fase da vida. Em parceria com escolas, universidades e empresas locais, ofereceremos atividades que combinam informação com interação social.

Completando nossa programação para este público, realizaremos ainda workshops sobre empreendedorismo na área da saúde e alimentação inteligente, preparando os jovens para fazer escolhas saudáveis e conscientes em suas vidas.

Saúde Mental para Jovens

Gestão Emocional		Relações Saudáveis	
Estratégias para lidar com estresse e ansiedade		Construindo conexões positivas	
Autoconhecimento	• Técnicas para identificar emoções e comportamentos	• Técnicas de respiração	• Comunicação assertiva
	• Práticas de meditação	• Limites pessoais	
	• Testes de personalidade		
	• Exercícios de mindfulness		
			Busca de Ajuda
			Quando e onde procurar apoio profissional
			• Sinais de alerta
			• Recursos disponíveis



A atividade "Saúde Mental e Bem-Estar" foi especialmente desenvolvida para abordar os desafios emocionais enfrentados pelos jovens na atualidade. Em um ambiente acolhedor e confidencial, facilitamos conversas importantes sobre temas muitas vezes negligenciados.

Atividades para Idosos

1

Prevenção e Qualidade de Vida

Palestras informativas sobre hipertensão, diabetes e osteoporose com médicos especialistas, ajudando na compreensão e manejo dessas condições comuns.



Movimente-se!

Aulas de alongamento, hidroginástica e caminhada monitorada, adaptadas para diferentes níveis de mobilidade e condicionamento físico.



Medidas Preventivas

Serviços gratuitos de aferição de pressão arterial, glicemia e exames básicos, com orientação individual sobre os resultados.



Encontro da Melhor Idade

Rodas de conversa sobre envelhecimento saudável e atividades de socialização que combatem o isolamento e promovem o bem-estar mental.

Para o público idoso, acima de 60 anos, desenvolvemos atividades em parceria com UBS, CRAS e grupos da terceira idade. Nossa programação contempla tanto aspectos físicos quanto emocionais da saúde, reconhecendo as necessidades específicas desta fase da vida.

Atividades Físicas para Idosos

Hidroginástica

Exercícios realizados na piscina do Centro Esportivo Municipal, duas vezes por semana, com duração de 45 minutos. A água proporciona resistência natural e reduz o impacto nas articulações, tornando o exercício seguro e eficaz para idosos.

Benefícios:

- Fortalecimento muscular
- Melhora da capacidade cardiorrespiratória
- Alívio de dores articulares

Alongamento

Sessões diárias de 30 minutos no Centro de Convivência do Idoso, com foco em mobilidade e flexibilidade. Os exercícios são adaptados para permitir a participação mesmo daqueles com limitações físicas, podendo ser realizados sentados ou em pé.

Benefícios:

- Maior amplitude de movimento
- Prevenção de lesões
- Melhora da postura

Caminhada Monitorada

Percursos de 2 km pela Praça Central e arredores, com acompanhamento de profissionais de educação física e saúde. Os grupos são divididos por ritmo e condicionamento, garantindo que cada participante caminhe de acordo com suas possibilidades.

Benefícios:

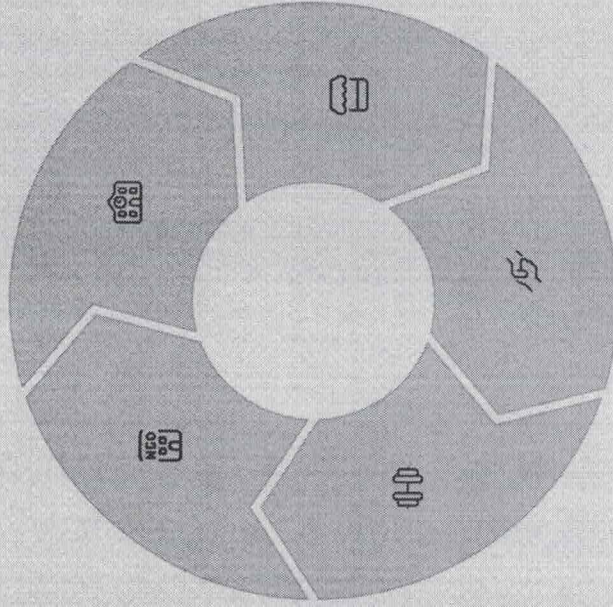
- Controle do peso
- Regulação da pressão arterial
- Socialização ao ar livre

A atividade física regular é fundamental para manter a saúde e independência na terceira idade. Nosso programa "Movimente-se!" oferece opções variadas para atender diferentes preferências e necessidades, sempre com supervisão adequada para garantir a segurança dos participantes.

Parcerias e Apoio

Prefeitura e Secretarias
Apoio estrutural, logístico e profissionais de saúde

Academias e Clubes
Espaços e atividades esportivas



Instituições Educacionais
Escolas, universidades e voluntários

Empresas Locais
Patrocínio, doações e apoio material

ONGs e Associações
Mobilização comunitária e divulgação

O sucesso do Projeto Semana da Saúde depende da colaboração de diversos parceiros da comunidade de Tapira. A Prefeitura Municipal, através das Secretarias de Saúde e Educação, fornece o apoio institucional fundamental, disponibilizando estrutura, profissionais e materiais.

Empresas locais contribuem com patrocínios e brindes para os participantes, enquanto universidades e faculdades disponibilizam voluntários e palestrantes. Academias, clubes esportivos, ONGs e associações completam esta rede de apoio, demonstrando como a união de esforços pode transformar a saúde comunitária.

Estratégia de Divulgação



Redes Sociais e WhatsApp

Campanhas diárias com vídeos educativos e posts sobre saúde, calendário de eventos e depoimentos. Criação de grupo de transmissão para compartilhar informações atualizadas sobre as atividades.



Rádio e TV Local

Entrevistas com profissionais de saúde e organizadores do evento. Spots publicitários nos horários de maior audiência para atingir diversos públicos, especialmente idosos que utilizam mais estes meios.



Materiais Impressos

Distribuição de cartazes e banners em pontos estratégicos como postos de saúde, escolas, praças e comércio local. Folhetos informativos detalhando a programação completa da semana.

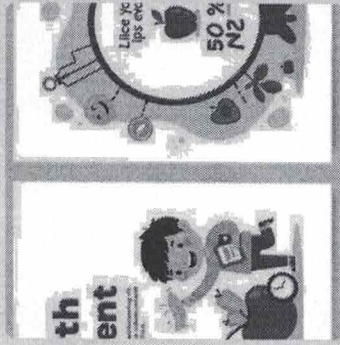


Mobilização Comunitária

Envolvimento de lideranças locais, associações de bairro e grupos religiosos para disseminar a informação através do contato direto com a comunidade e incentivar a participação.

Nossa estratégia de divulgação foi desenvolvida para alcançar todos os segmentos da população de Tapira, utilizando múltiplos canais de comunicação. Reconhecemos que diferentes faixas etárias consomem informação de maneiras distintas, por isso adotamos uma abordagem diversificada.

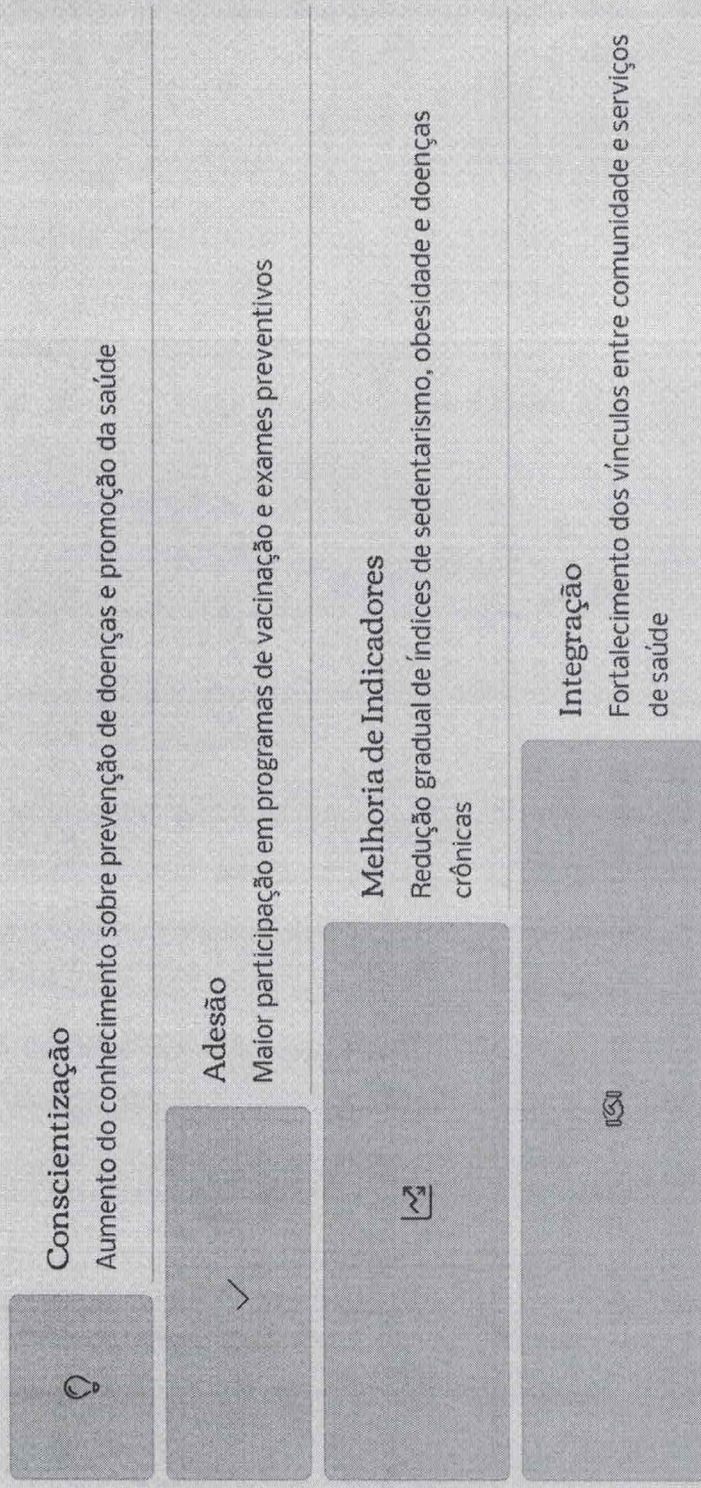
Materiais de Divulgação



Para garantir uma identidade visual forte e reconhecível, desenvolvemos uma série de materiais promocionais para o Projeto Semana da Saúde. Todos os itens seguem uma paleta de cores vibrante e utilizam uma linguagem acessível, adaptada a cada público-alvo específico.

Além dos materiais digitais e impressos tradicionais, também produziremos itens promocionais como camisetas, bonés e squeezees que serão distribuídos aos participantes, criando um senso de pertencimento e transformando cada pessoa em um divulgador da iniciativa em sua comunidade.

Resultados Esperados



O Projeto Semana da Saúde foi concebido para gerar impactos positivos mensuráveis na saúde da população de Tapira. No curto prazo, esperamos ver um aumento significativo na conscientização sobre temas de saúde e uma maior procura por serviços preventivos.

A médio e longo prazo, almejamos mudanças comportamentais duradouras que se reflitam na redução de indicadores negativos de saúde e na construção de uma cultura de prevenção e autocuidado em toda a comunidade, criando bases para uma Tapira mais saudável no futuro.

Monitoramento e Avaliação

Indicador	Método de Coleta	Frequência
Número de participantes	Lista de presença em cada atividade	Diária
Nível de satisfação	Questionários de feedback	Ao final de cada atividade
Aumento de conhecimento	Pré e pós-testes	Durante as palestras e oficinas
Adesão a serviços de saúde	Registros de UBS e hospitais	Mensal (6 meses após o evento)
Mudanças comportamentais	Pesquisa de acompanhamento	3 e 6 meses após o evento

Para garantir a efetividade do projeto e orientar futuras edições, implementaremos um sistema robusto de monitoramento e avaliação. Coletaremos dados quantitativos e qualitativos durante e após a Semana da Saúde, permitindo uma análise abrangente dos resultados alcançados.

Os indicadores foram selecionados para medir tanto o alcance das atividades quanto seu impacto na saúde da população. Relatórios periódicos serão compartilhados com parceiros e comunidade, mantendo a transparência e celebrando as conquistas obtidas através deste esforço coletivo.

Junte-se a Nós!

6

Dias de Atividades

Programação intensa de saúde e bem-estar

3

Públicos Atendidos

Crianças, jovens e idosos

15+

Atividades Diferentes

Opções para todos os interesses

100%

Gratuito

Acessível para toda a comunidade

O Projeto Semana da Saúde - Tapira Futuro convida toda a comunidade a participar ativamente desta iniciativa transformadora. Seja como participante nas atividades, voluntário na organização ou parceiro institucional, sua contribuição é fundamental para o sucesso deste projeto.

Juntos, podemos construir uma cultura de saúde preventiva e bem-estar em nossa cidade. Marque em seu calendário: de 2 a 7 de abril de 2025, Tapira se mobiliza pela saúde! Para mais informações ou para se voluntariar, entre em contato com a Secretaria Municipal de Saúde ou acompanhe nossas redes sociais. Sua saúde, nosso futuro!