

RELATÓRIO DE PROJETO

“QUALIDADE DE VIDA PARA TODOS”

2023

1 – TÍTULO

Qualidade de Vida para Todos

2 – DESCRIÇÃO

Este projeto foi implementado em colaboração com o programa “Bolsa Incentivo”. Nele, foram oferecidas à comunidade aulas em grupo de yoga, acro yoga, ginástica, pilates, ritmos, zumba, step, treinamento funcional, funcional kids, corrida indoor, caminhada orientada, hidroginástica e ginástica laboral.

As pessoas participantes de cada atividade também tiveram a opção de realizar avaliações físicas. Estas avaliações foram essenciais para acompanhar os resultados dos alunos em cada atividade, bem como obter dados para orientar a mudança de hábitos de forma individual e direcionar nossas ações futuras.

Além dos espaços próprios onde essas atividades foram realizadas, como o “Oscar Pereira de Portas Abertas” e a “Arena de Portas Abertas”, eventualmente elas também foram oferecidas nos demais projetos da Secretaria Municipal de Esportes (SMESP). Por exemplo, aulas de ritmos serão realizadas nos “Parques e Praças”, e avaliações físicas serão conduzidas na “Avenida Central”, “Esporte de Base” e “Prata da Casa”.

3 – ENTIDADES ENVOLVIDAS

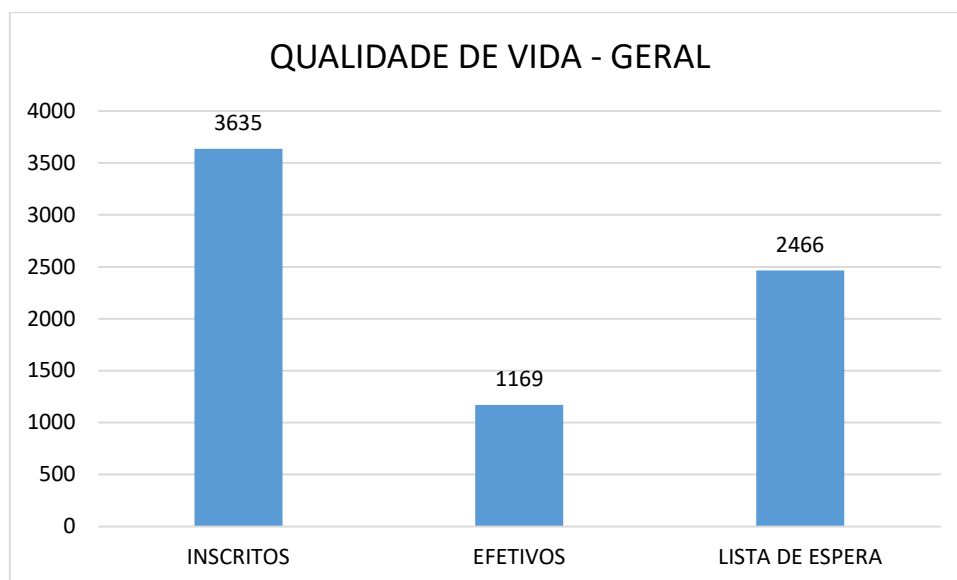
- Secretarias e Fundações Municipais (ginástica laboral, eventos e SIPAT)
- Associações de Moradores (modalidades)
- Empresas privadas (SIPAT):
 - Supermercado Super Pão
 - Madero
 - L'Acqua Lavanderia

4 – METAS ATINGIDAS

4.1 Modalidades relacionadas à Qualidade de Vida:

Encerramos o ano de 2023 com 22 professores atuando em 13 modalidades de Qualidade de Vida, com 77 turmas. O gráfico a seguir representa o número de alunos inscritos nos likes de todas as modalidades de Qualidade de Vida, incluindo dança e hidroginástica. Apresentamos o comparativo do número de inscritos; o

número de alunos que estão frequentando as aulas (efetivos), o que representa a nossa capacidade de atendimento considerando nossos recursos físicos e materiais; e o número de alunos que ainda aguardam uma vaga para serem atendidos (lista de espera).



É fundamental ressaltar que encerramos o ano de 2023 atendendo a 32,15% da demanda de inscritos. Este período marcou um momento significativo de reorganização da equipe de coordenadores de Qualidade de Vida, incluindo a formalização do projeto por meio do seu registro documental.

Diante desse cenário, estabelecemos como principal meta para o próximo ano a descentralização das nossas ações para os bairros. Pretendemos ampliar o número de turmas, visando assim a redução das listas de espera e proporcionando aos munícipes a oportunidade de participarem do projeto de forma mais acessível, minimizando as dificuldades de deslocamento.

A seguir, serão fornecidos os horários das aulas, modalidades e respectivos professores para cada local onde as atividades de Qualidade de Vida são oferecidas:

- Oscar Pereira

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00	Yoga (Mônica) Sala Ritmos (Celine) Quadra	Corrida e Caminhada Indoor (Michele) Passarela	Yoga (Mônica) Sala Ritmos (Celine) Quadra	Corrida e Caminhada Indoor (Michele) Passarela	
9:00 - 10:00	Yoga (Mônica) Sala	Yoga (Mônica) Sala	Yoga (Mônica) Sala	Yoga (Mônica) Sala	Pilates Solo (Adriana) Sala
9:30 - 10:30	Ritmos (Celine) Quadra Caminhada Orientada (Tais) Passarela	Caminhada Orientada (Tais) Passarela	Ritmos (Celine) Quadra Caminhada Orientada (Tais) Passarela	Caminhada Orientada (Tais) Passarela	Caminhada Orientada (Tais) Passarela
10:00 - 11:00		Yoga (Mônica) Sala		Yoga (Mônica) Sala	Pilates Solo (Adriana) Sala
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00	Funcional (Alex) Passarela	Pilates Solo (Alex) Quadra Yoga (Mônica) Sala Funcional (Alex) Quadra	Funcional (Alex) Passarela	Pilates Solo (Alex) Quadra Yoga (Mônica) Sala Funcional (Alex) Quadra	Funcional (Alex) Quadra
15:00 - 16:00	Pilates Solo (Alex) Sala	Yoga (Mônica) Sala Ritmos (Celine) Passarela	Pilates Solo (Alex) Sala	Yoga (Mônica) Sala Ritmos (Celine) Quadra	Pilates Solo (Alex) Quadra
16:00 - 17:00		Caminhada Orientada (Tainá) Passarela	Caminhada Orientada (Tainá) Passarela	Caminhada Orientada (Tainá) Passarela	Caminhada Orientada (Tainá) Passarela
16:30 - 17:30					
17:00 - 18:00		Ritmos (Celine) Passarela		Ritmos (Celine) Passarela	
18:00 - 19:00					

- Arena Multiuso - Geral

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00	Yoga (Diego) Step (Maria Isabel)		Yoga (Diego) Step (Maria Isabel)		Step (Maria Isabel)
9:00 - 10:00	Yoga (Diego) Funcional (Maria Isabel)	Ritmos (Celine)	Yoga (Diego) Funcional (Maria Isabel)	Ritmos (Celine)	Funcional (Maria Isabel)
10:00 - 11:00		Pilates Solo (Alex) Ritmos (Celine)	Pilates Solo (Alex)	Pilates Solo (Alex) Ritmos (Celine)	Pilates Solo (Alex)
11:00 - 12:00		Pilates Solo (Alex)	Pilates Solo (Alex)	Pilates Solo (Alex)	Pilates Solo (Alex)
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00	Pilates Solo - Iniciante (Lorena) Acro Yoga - Adultos (Carla)	Pilates Solo - Iniciante (Lorena)	Pilates Solo - Iniciante (Lorena) Acro Yoga - Adultos (Carla)		Pilates Solo - Iniciante (Lorena)
15:00 - 16:00	Pilates Solo - Iniciante (Lorena) Acro Yoga 16+ (Carla)	Pilates Solo - Iniciante (Lorena)	Pilates Solo - Iniciante (Lorena) Acro Yoga 16+ (Carla)		Pilates Solo - Iniciante (Lorena)
16:00 - 17:00		Yoga (Diego)		Yoga (Diego)	
17:00 - 18:00					
17:30 - 18:30	Ginástica Aeróbica (Patrícia)		Ginástica Aeróbica (Patrícia)		
18:30 - 19:30	Ginástica Aeróbica (Patrícia)		Ginástica Aeróbica (Patrícia)		

- Arena Multiuso - Hidroginástica

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SAB
8:00 - 9:00						
9:00 - 10:00						
10:00 - 11:00						Cirlene e Aline
11:00 - 12:00	Maria Isabel	Cirlene e Paula	Cirlene e Paula	Cirlene e Paula	Cirlene e Paula	Cirlene e Aline
13:00 - 14:00						
14:00 - 15:00		Cirlene e Paula		Cirlene e Paula		
15:00 - 16:00						
16:00 - 17:00						
17:00 - 18:00						
18:00 - 19:00	Rosa e Fernanda	Cristiane e Fernanda	Rosa e Fernanda	Cristiane e Fernanda	Rosa e Fernanda	

- JAMAL – modalidade direcionada a população geral

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					
9:00 - 10:00					
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					
17:30 - 18:30					
18:30 - 19:30					Yoga (Carla)
19:00 - 20:00					

- Parque Monteiro Lobato

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					
9:30 - 10:30		Yoga ao ar livre (Diego)		Yoga ao ar livre (Diego)	
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					

- Parque Ambiental

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
8:00 - 9:00						
9:00 - 10:00						Yoga ao ar livre (Carla)
10:00 - 11:00						
11:00 - 12:00						
13:00 - 14:00						
14:00 - 15:00						
15:00 - 16:00						
16:00 - 17:00						
17:00 - 18:00						

- Associação de Moradores Castanheira

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					
9:00 - 10:00	Zumba (Kelly) Associação		Zumba (Kelly) Associação		
10:30 - 11:30					
11:30 - 12:30	Pilates (Jessica) Associação		Pilates (Jessica) Associação		
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00	Zumba (Kelly) Associação		Zumba (Kelly) Associação		
15:00 - 16:00	Ritmos (Jessica) Associação		Ritmos (Jessica) Associação		Funcional KIDS 7 a 12 anos (Michele) Society
16:00 - 17:00					Funcional KIDS 7 a 12 anos (Michele) Society
17:00 - 18:00					
17:30 - 18:30					
18:00 - 19:00					
19:00 - 20:00					

- Ginásio Nossa Senhora das Graças

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					
9:00 - 10:00		Ginástica (Patrícia)		Ginástica (Patrícia)	
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					

- Associação Moradores Jardim Paraíso

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					Funcional (Rodrigo)
9:00 - 10:00					
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					

- Associação Moradores Jardim Maracanã

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX	SÁB
10:00 - 11:00						
11:00 - 12:00						
13:00 - 14:00						
14:00 - 15:00						
15:00 - 16:00						
16:00 - 17:00						
17:00 - 18:00						
17:30 - 18:30						
18:00 - 19:00						
19:30 - 20:30		Ritmos (Juliene)		Ritmos (Juliene)		
20:30 - 21:30		Ritmos (Juliene)		Ritmos (Juliene)		

- CEU

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00		Ginástica (Cliciane)	Zumba (Cliciane)	Ginástica (Cliciane)	
9:00 - 10:00		Alongamento (Cliciane)		Alongamento (Cliciane)	
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					
17:30 - 18:30					
18:30 - 19:30					

- Ginásio Parque do Café

	SEG	TER	QUA	QUI	SEX
8:00 - 9:00					
9:00 - 10:00					
10:00 - 11:00					
11:00 - 12:00					
13:00 - 14:00					
14:00 - 15:00					
15:00 - 16:00					
16:00 - 17:00					
17:00 - 18:00					
17:30 - 18:30					
18:00 - 19:00	Ritmos (Celine)		Ritmos (Celine)		
19:00 - 20:00	Ritmos (Celine)		Ritmos (Celine)		

4.2 Ginástica Laboral (GL):

Retomamos o projeto da GL para os servidores municipais em julho de 2023. Iniciamos com o Paço Municipal e ampliamos para as sedes das Secretarias externas. Atualmente estamos com 3 professoras atuando neste projeto, contabilizando 18 horas de trabalho pagas através do Bolsa Incentivo, 63 turmas de GL e aproximadamente 300 atendimentos semanais.

- **Logística de trabalho das professoras:**

PROF. ANNANDA AGOTANI (total de 9 horas/semana)

SEGUNDA - 4h

13:00 às 17:00 - PREFEITURA

TERÇA - 1h30min

14:30 às 16:00 - PREFEITURA

QUINTA - 1h30min

14:30 às 16:00 - PREFEITURA

SEXTA - 2h

9:00 às 11:00 – PREFEITURA

PROF. NATALLY MULLER DA SILVA (total de 4h/semana)

TERÇA – 3h

13:00 - ESTAR (turno tarde)

13:30 - SECRETARIA DA FAMÍLIA E DESENVOLVIMENTO SOCIAL

14:00 - SECRETARIA DE CULTURA

14:30 - SECRETARIA DE TURISMO

15:00 às 16:00 - FASPG

SEXTA – 1h

10:00 às 11:00 - SECRETARIA DE MEIO AMBIENTE E AGÊNCIA DO TRABALHADOR

PROF. SORAIA DI CARLA STOTERAU DA SILVA (total de 5 horas/semana)

TERÇA – 1h

7:30 - SECRETARIA DE SERVIÇOS PÚBLICOS (UTFPR)

8:15 às 8:30 - SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

QUARTA – 3h

7:30 - 8:30 - SECRETARIA DE SERVIÇOS PÚBLICOS (Oficinas)

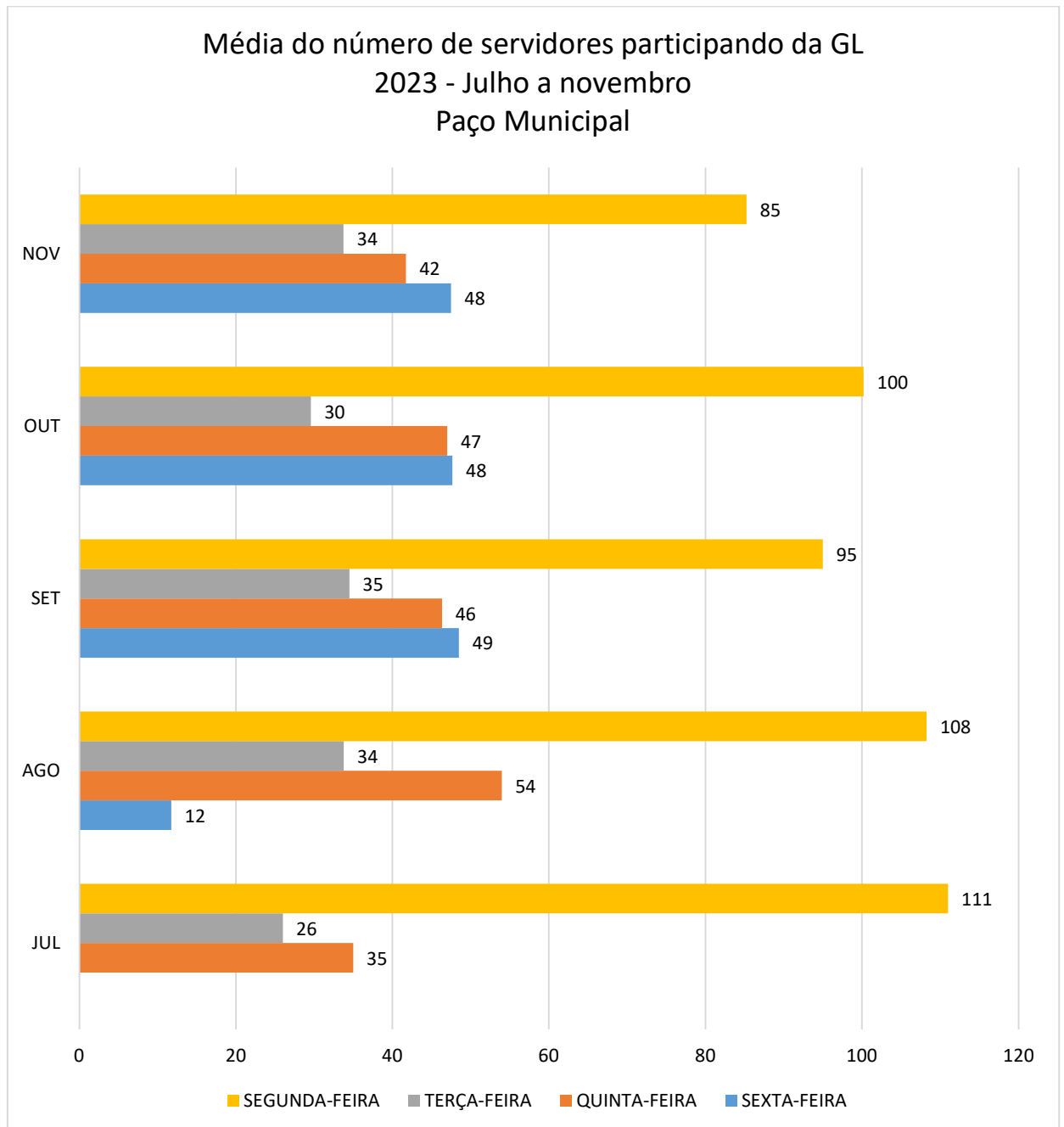
8:40 - 10:30 - SECRETARIA DE SEGURANÇA PÚBLICA (antigo Clube Guaíra)

QUINTA - 1h

8:15 - 9:15 - FASPG

Importante destacar que os gráficos estão atualizados até novembro, mas o atendimento em 2023 continuou até 21/12, data posterior a entrega deste relatório.

- **Atendimento no Paço Municipal:**



- **Departamentos atendidos no Paço Municipal:**

SEGUNDA-FEIRA

Planejamento
Acessoria Especial
Vigilância Sanitária
ISS Execução
1ª Vara Execução Fiscal
Secretaria Mun. Administração
Depart. Dívida Ativa
Grupo de Cadastro
Depart. Administrativo e Protocolo
Acessoria Trabalhista
Procuradoria Trabalhista
Procuradoria Licit. e Contratos
Procuradoria Legislativa
Procuradoria Civil
Procuradoria Adm. Tributária
Gabinete Procurador Geral
Depart. De Cálculo
Secretaria Indústria, Comércio e Qualif.
DECON
Patrimônio
Agricultura, Pecuária e Abastecimento
Alvará
Receita
Atendimento Servidor
COAP
SMARH - Praça de Atendimento

QUINTA-FEIRA

RH
Saúde Ocupacional
Imprensa e Divisão Postagem
Ouvidoria Geral
ISS
Depart. Contabilidade
Depart. Orçamento

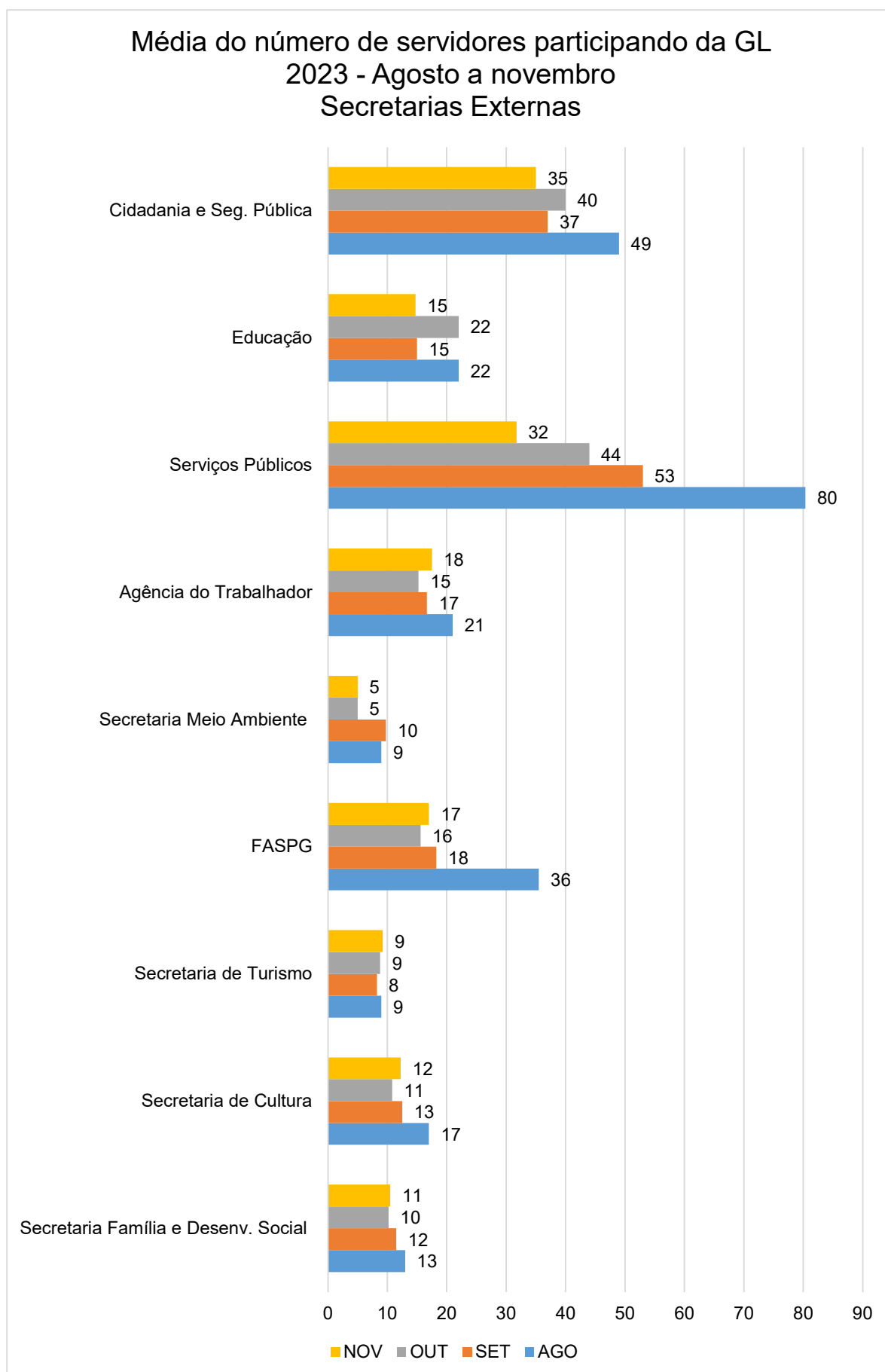
SEXTA-FEIRA

Secretaria Fazenda
Sala do Empreendedor
RH Saúde
SESMT FMS
S.A.D.
Gerência Controle e Avaliação
Medicina do Trabalho I
Ouvidoria da Saúde
ADM Saúde

TERÇA-FEIRA

Medicina do trabalho
Informática
Epidemiologia
Atenção Primária
Gerência e Coord. de Engenharia
Farmácia e Saúde Mental
Controladoria Geral do Município
Gerência Gestão Estrat. Saúde

- **Atendimento nas Secretarias Externas:**



- **Secretarias atendidas:**

Secretaria Família e Desenvolvimento Social

Secretaria de Cultura

Secretaria de Turismo

Secretaria de Meio Ambiente

Agência do Trabalhador

Educação

FASPG

Administrativo

Motoristas

Secretaria Serviços Públicos

Secretaria Serviços Públicos – UTFPR

Secretaria Serviços Públicos – OFICINAS

Secretaria Serviços Públicos – ADM

Cidadania e Segurança Pública

Estar - turno tarde

Estar - turno manhã

Cidadania e Seg. Pública (1º andar)

Cidadania e Seg. Pública (2º andar)

PROCON

4.3 Avaliações físicas:

Para realizar as avaliações físicas, iniciamos com a aquisição da assinatura do programa AVAEsporte 2.0 patrocinado pela empresa SS Energia. Iniciamos com as turmas de Qualidade de Vida do Oscar Pereira, com materiais emprestados por alguns servidores da SMESP.

Seguindo o programa AVAEsporte, as avaliações compreenderam anamnese com o questionário PAR-Q, para estratificação de risco relacionado às doenças cardiovasculares; avaliação postural; avaliação antropométrica completa; dobras cutâneas; teste de flexibilidade e força abdominal. Após a coleta de dados o programa fornece um relatório completo sobre a composição corporal e somatotipo do avaliado.

Criamos links do GoogleForms® para que os alunos interessados nas avaliações pudessem fazer as inscrições. Posteriormente nossa equipe entrou em contato para agendar o dia e horário da avaliação física. Fomos liberando os links gradativamente para as turmas de cada modalidade. O período de avaliações físicas foi de 06/09/2023 a 15/12/2023.

Com uma demanda muito grande, dedicamos as últimas semanas do projeto para levar as avaliações até os bairros mais distantes e para a Arena Multiuso. Para que isto fosse possível, emprestamos equipamentos de avaliação física da UEPG.

Ao todo foram realizadas 471 avaliações físicas dos alunos de Qualidade de Vida, este número corresponde a mais de 40% dos nossos alunos que estão frequentando as aulas. Todos os avaliados receberam um relatório com os resultados da avaliação em PDF ou impresso para os alunos que apresentavam alguma dificuldade com o uso do Whatsapp®.

Para otimizar as avaliações realizadas nos bairros e na Arena Multiuso, fizemos a coleta de dados em uma planilha para posteriormente gerar o relatório. Nestes casos o relatório foi enviado para o avaliado no dia seguinte da avaliação junto com um áudio explicando o documento. Nossas professoras ficaram à disposição para esclarecer as dúvidas dos avaliados.

Para o início de 2024 nossa meta sobre as avaliações físicas será:

1. Finalizar a primeira avaliação dos alunos inscritos que não conseguiram agenda para 2023;
2. Avaliar os atletas selecionados para o Prata da Casa;
3. Avaliar os alunos do Esporte de Base (protocolo PROESP).
4. Estabelecer um cronograma para reavaliar todos os alunos e atletas a cada 6 meses.

4.4 Eventos:

- Avenida Central:

Participamos do Projeto Avenida Central com avaliações físicas: Índice de Massa Corporal (IMC) e Relação Cintura Quadril (RCQ). Também foram realizadas algumas modalidades: alongamento, ritmos e zumba para divulgação dos projetos da SMESP.

- Parques e Praças – Lago de Olarias

No Lago de Olarias, junto do Projeto Parques e Praças, realizamos modalidades de ritmos para a população.

- 21/08 – SIPAT Super Pão Supermercados

Atividades: Ginástica Laboral

Público: funcionários do supermercado

Número de participantes: 30

- 24/08 – Atendimento CAPS-AD no Oscar Pereira

Atividades: Caminhada orientada e alongamento

Público: pacientes do CAPS-AD

Número de participantes: 30

- 29 e 30/08 – SIPAT Prefeitura

Atividades: Aplicação do Pentáculo do Bem-estar e aula de Zumba

Público: servidores municipais

Número de participantes: 200

- 19/09 – Setembro Amarelo CAPS Saúde Mental

Público: pacientes e familiares do CAPS de Saúde Mental

Atividades: yoga, xadrez gigante, xadrez de mesa.

Número de participantes: 50

- 02/10 – SIPAT Madero

Público: Funcionários da fábrica da Madero em Ponta Grossa

Atividades: aplicação do Pentáculo do Bem-estar e atividades esportivas (vôlei, basquete, futebol, tênis de mesa, xadrez)

Número de participantes: 100

- 06/10 – Outubro Rosa Prefeitura

Público: Servidoras municipais

Atividades: zumba

Número de participantes: 300

- 19 e 20/10 – Encontro de Profissionais de Educação Física

Público: Sistema FIEP, SESC, FASPG, FMS, profissionais de Educação Física, estudantes e demais interessados na temática.

Atividades: mesa de discussão para apresentação do projeto “Qualidade de Vida para Todos” e estabelecimento de possíveis parcerias entre as entidades convidadas.

Número de participantes: aproximadamente 50 participantes da referida mesa.

- 25, 26 e 27/10 – Outubro Rosa na Cadeia Pública

Público: detentas

Atividades: yoga, ritmos e zumba

Número de participantes: 70

- 25/10 – Outubro Rosa da FMS

Público: servidoras municipais da FMS

Atividades: aula de zumba

Número de participantes: 100

- 27/10 – SIPAT da Secretaria de Serviços Públicos

Público: servidores municipais da Secretaria de Serviços Públicos

Atividades: ginástica laboral

Número de participantes: 200

- 14/11 – SIPAT Lacqua Lavanderia Ponta Grossa

Público: Funcionários da Lacqua Lavanderia de Ponta Grossa

Atividades: aplicação do Pentáculo do Bem-estar e ginástica laboral

Número de participantes: 100

- 24/11 – SIPAT UBS OTTONIEL PIMENTEL SANTOS

Público: servidores municipais da UBS

Atividades: palestra sobre qualidade de vida, aplicação do Pentáculo do Bem-estar e ginástica laboral

Número de participantes: 35

5 – JUSTIFICATIVA

O projeto "Qualidade de Vida para Todos" da SMESP desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar e da saúde, não apenas para os servidores municipais, mas também para toda a comunidade em geral. A adoção de uma rotina regular de exercícios físicos, a incorporação de hábitos saudáveis e o acesso a serviços de excelência tem um impacto direto e positivo na melhoria da qualidade de vida de todos os envolvidos.

Destaca-se que a prática de esportes e atividades físicas desempenha um papel essencial na promoção da saúde tanto física quanto mental. Através deste projeto, a

SMESP tem a oportunidade de criar programas e ações que incentivem a participação ativa da comunidade em atividades esportivas e físicas. Objetivando não apenas combater o sedentarismo, mas também encorajando a adoção de um estilo de vida mais ativo.

Ademais, a prevenção de doenças é uma estratégia fundamental para assegurar a qualidade de vida da população. Através do projeto "Qualidade de Vida para Todos", a SMESP pode implementar programas de prevenção, como palestras educativas, avaliações e orientações sobre hábitos saudáveis.

Este projeto também oferece à SMESP a oportunidade de estabelecer parcerias significativas com outras instituições, tais como universidades, hospitais, centros de pesquisa e organizações não governamentais. Essas colaborações têm o potencial de viabilizar estudos e pesquisas científicas, promover a partilha de conhecimentos e recursos, e facilitar a implementação de programas e ações conjuntas, tudo em prol da qualidade de vida da comunidade.

6 – COMISSÃO ORGANIZADORA

Função	Nome
Diretor de Esportes	Prof. Fernando Pereira Pinto
Coordenadora Técnica	Prof. Thaiane Moleta Vargas
Gerente de Área 1	Prof. Taina Kudrik de Oliveira
Gerente de Área 2	Prof. Tais Rigoni Soares
Instrutor de prática	Professores selecionados no Programa “Bolsa Incentivo”
Auxiliares	Estagiários de Bacharelado em Educação Física

7 – RECURSOS

7.1. – Físicos

Oscar Pereira

Sala 16 – coordenação

Sala 21 – avaliação física

Vestiário 10 – yoga, pilates e almoxarifado

Arena Multiuso

Mini ginásios

Associação de Moradores

7.2. – **Materials**

A partir de julho, a coordenação de Qualidade de Vida passou a administrar os seguintes recursos materiais de posse da SMESP:

OSCAR PEREIRA	
MATERIAL	QUANTIDADE
Colchonete	50
Step	12
Powerbag 10kg	1
Powerbag 20kg	1
Roda para abdominal	3
Medicineball 1kg	2
Medicineball 2kg	2
Medicineball 3kg	1
Medicineball 4kg	1
Medicineball 6kg	1
Medicineball 8kg	1
Halter 3kg	4
Halter 4kg	4
Halter 5kg	4
Halter 6kg	4
Halter 7kg	4
Halter 8kg	4
Halter 10kg	4
Cones com barreira	30
Bastões (cabos de vassoura)	20
Arcos	7
Bolinhas de tênis	30
Massageadores	11 (6 carrinhos, 5 dorsais)
Placas de tatame	40
Tornozeleira 2Kg	22
Tornozeleira 3Kg	24
Tornozeleira 4Kg	4
Tornozeleira 5Kg	4
Tornozeleira 6Kg	4
Tornozeleira 9Kg	8
Tornozeleira 10Kg	8

ARENA MULTIUSO – Prof. Maria Isabel	
MATERIAL	QUANTIDADE
Step	12
Powerbag 10kg	1
Powerbag 20kg	1
Roda para abdominal	3
Medicineball 6kg	1
Medicineball 8kg	1
Halter 3kg	2
Halter 2kg	6
Cones com barreira	30

CEU – Prof. Cliciane	
MATERIAL	QUANTIDADE
Step	12
Colchonete	6
Medicineball 2kg	1
Halter 3kg	2
Halter 2kg	8

JARDIM PARAÍSO - Prof. Rodrigo	
MATERIAL	QUANTIDADE
Medicineball 2kg	1
Medicineball 4kg	1

Ressaltamos que os materiais do CEU e do Jardim Paraíso foram devolvidos no Oscar Pereira no dia 15/12/2023 para que seja possível redistribuir estes materiais após as adequações das modalidades em 2024.

7.3. – Humanos

Função	Profissional	Quantidade
Diretor de Esportes	Sevidor SMESP	1
Coordenadora Técnica	Sevidor SMESP	1
Gerente de Área 1	Sevidor SMESP	1
Gerente de Área 2	Sevidor SMESP	1
Instrutor de prática Modalidades	Bolsa Incentivo	22
Instrutor de prática Ginástica Laboral	Bolsa Incentivo	3
Instrutor de prática Avaliações	Bolsa Incentivo	1
Auxiliares	Estagiários	3
TOTAL=		33

7.4. – Financeiros

O recurso utilizado para pagamento dos profissionais “instrutores de prática” estará no relatório referente ao Programa Bolsa Incentivo. Outros recursos públicos direcionados para o projeto se referem a compra de materiais de avaliação física e materiais para serem utilizados pelas modalidades em 2024, possibilitando a descentralização das nossas ações.

O processo licitatório dos materiais para avaliação física já está em fase de análise das amostras e soma R\$18.057,54. Enquanto que, o processo referente aos materiais para 2024 estão na fase inicial e soma R\$90.753,59. Importante ressaltar que nossas metas para 2024 dependem da compra destes materiais.

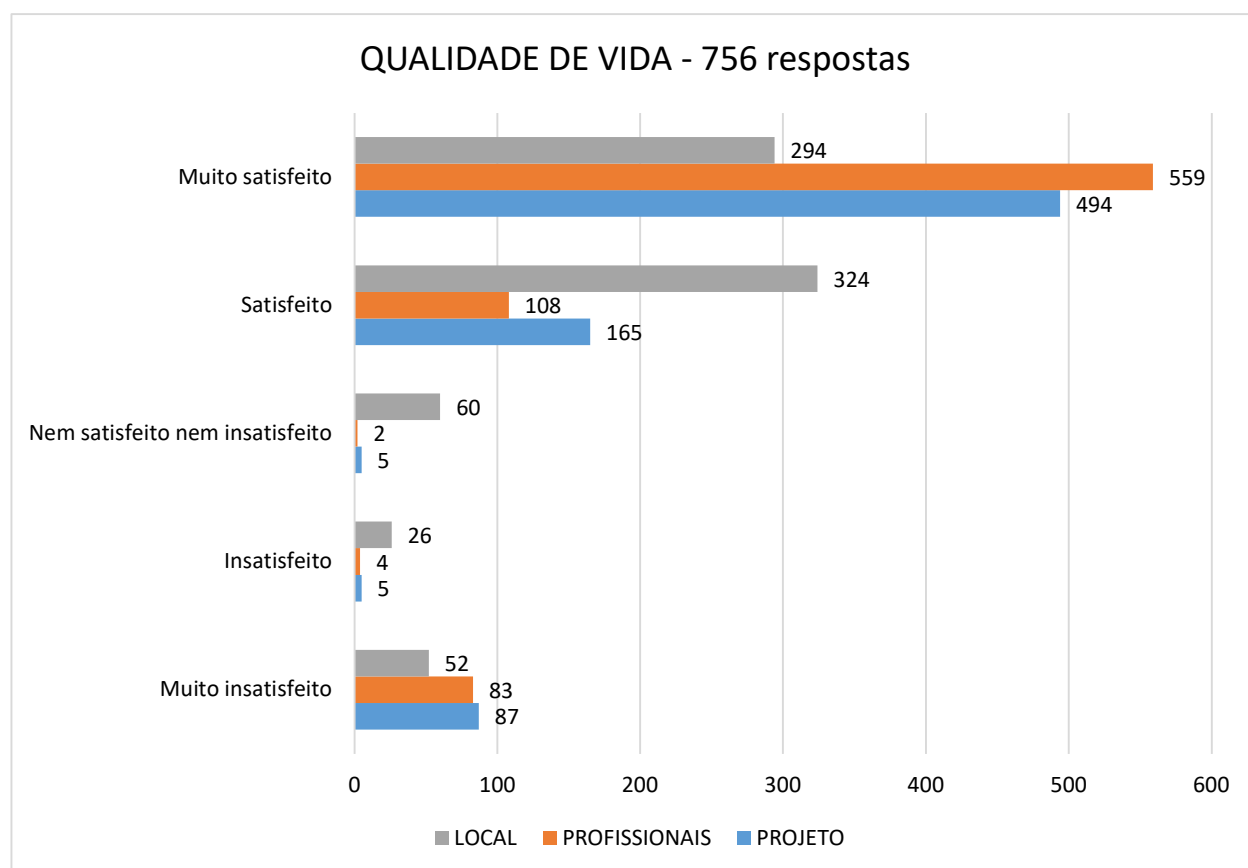
8 – PESQUISA DE SATISFAÇÃO

Considera-se imperativo realizar uma avaliação contínua e monitorar regularmente os resultados das ações voltadas para a qualidade de vida, a fim de identificar pontos fortes e áreas que requerem melhorias. Por este motivo, o presente projeto assume a responsabilidade de coletar dados, realizar pesquisas de satisfação, analisar indicadores de saúde e bem-estar, e elaborar relatórios que embasarão a tomada de decisões e o contínuo aprimoramento das atividades promovidas pela SMESP.

Em colaboração com o Bolsa Incentivo, conduzimos uma pesquisa de satisfação no período de 11 a 15 de dezembro. A pesquisa foi aplicada através de um formulário do Google Forms® com a divulgação de um link para os grupos de alunos. Também foi aplicado o questionário impresso para os alunos que não tinham acesso facilitado a internet, neste caso foi um dos fiscais do projeto que realizou a aplicação do formulário.

O objetivo da pesquisa foi avaliar a percepção dos usuários dos projetos da SMESP, incluindo, Esporte de Base, Paradesporto e o projeto de Qualidade de Vida. Durante o período de aplicação da pesquisa obtivemos 1.071 respostas. Aproximadamente 70% corresponderam aos alunos de Qualidade de Vida. Os 756 respondentes de Qualidade de Vida correspondem a 64,67% dos 1.169 alunos efetivos em nossas modalidades.

Percebe-se através do gráfico que a maioria dos usuários se encontra “satisfeito” ou “muito satisfeito” com relação as três esferas avaliadas (projeto, profissionais e local). Ao analisar as justificativas das respostas observou-se que a maioria dos alunos “muito insatisfeitos” elogiavam as esferas avaliadas, o que pode significar um engano ao responder o formulário. Todavia apresentaremos a seguir a análise das justificativas dos alunos.



8.1 Sobre o projeto:

Os projetos da SMESP são amplamente elogiados pela comunidade, especialmente devido à sua gratuidade, tornando as atividades acessíveis a todos. A qualidade dos professores é destacada, assim como a variedade de atividades oferecidas. Participantes relatam melhorias notáveis na saúde física e mental, atribuindo ao projeto impactos positivos em suas vidas. Há uma ênfase na importância social das atividades, promovendo interação e laços comunitários.

As sugestões para melhorias incluem aumento da frequência das aulas e maior diversidade de atividades. Observações específicas sobre instalações e locais indicam áreas que podem ser aprimoradas. Em geral, os participantes expressam gratidão pela iniciativa da SMESP, ressaltando o impacto positivo na qualidade de vida da comunidade.

8.2 Sobre os profissionais:

A análise de conteúdo das respostas da pesquisa de satisfação sobre os profissionais do projeto de Qualidade de Vida revela uma avaliação predominantemente positiva por parte dos alunos. Destacam-se o comprometimento e a dedicação dos profissionais, evidenciados por termos como "dedicados", "competentes" e "qualificados". A atenção e o atendimento recebem ampla aprovação, com elogios frequentes aos profissionais por serem "atenciosos", "cuidadosos" e "prestativos".

A qualidade das aulas é apontada como ponto forte, com ênfase na dinâmica, motivação e interação positiva. Algumas professoras recebem elogios específicos, embora críticas isoladas, como atrasos e faltas em aulas, também sejam mencionadas. O ambiente é percebido como agradável, contribuindo para uma experiência positiva.

Os profissionais são reconhecidos por estimular a participação e a melhoria pessoal dos alunos. No entanto, destaca-se uma única resposta negativa que menciona comportamento inadequado de uma professora, exigindo atenção e investigação específicas. Em resumo, a maioria dos comentários positivos indica uma experiência satisfatória, mas a necessidade de abordar preocupações específicas para garantir a satisfação contínua e aprimoramento do projeto é evidente.

8.3 Sobre os locais:

- Oscar Pereira

As análises sobre o local Oscar Pereira refletem uma gama de opiniões, destacando a satisfação de alguns participantes devido à proximidade, fácil acesso e infraestrutura ampla. Contudo, preocupações incluem problemas de ventilação,

desconforto em dias quentes, mudanças frequentes de local, interferência de outras atividades esportivas e a necessidade de melhorias em instalações como banheiros e vestiários.

Participantes expressaram a importância da consistência no uso da quadra para otimizar as aulas. Sugestões foram feitas para instalação de ventiladores, melhorias na ventilação e possíveis parcerias com espaços próximos. Em resumo, apesar de aspectos positivos, as preocupações indicam oportunidades para aprimorar a experiência no Oscar Pereira, visando uma oferta mais consistente e melhorias específicas na infraestrutura.

- **Arena Multiuso**

As considerações sobre a Arena Multiuso destacam uma série de problemas que afetam a experiência dos usuários. Os banheiros e vestiários enfrentam sérias questões de higiene, manutenção e falta de suprimentos básicos. A ventilação inadequada e problemas de temperatura nas salas de atividades, assim como o estacionamento precário em condições climáticas adversas, comprometem o conforto dos participantes.

A qualidade da água na piscina é uma preocupação, refletindo em possíveis problemas de tratamento. Além disso, a falta de infraestrutura, incluindo a manutenção deficiente de equipamentos, contribui para uma experiência insatisfatória. Questões relacionadas à acessibilidade, entrada em dias chuvosos e necessidades básicas, como bebedouros, evidenciam a necessidade urgente de melhorias abrangentes no local.

- **Associação de Moradores Jardim Maracanã**

As análises das respostas sobre a Associação de Moradores do Jardim Maracanã revelam uma série de reclamações e sugestões dos participantes. A estrutura do local é descrita como precária e abandonada, com a necessidade urgente de reformas e melhorias.

A falta de ventilação é destacada como um problema recorrente, e há sugestões para inclusão de elementos básicos, como ventiladores, espelhos e bebedouros. Além disso, as respostas apontam para a necessidade de recursos financeiros, indicando a busca por apoio da prefeitura. Apesar dos problemas, a persistência nas atividades demonstra a importância do local para a comunidade, que destaca a proximidade e facilidade de acesso como pontos positivos.

- Associação de Moradores do Castanheira

As respostas sobre o local Castanheira destacam vários desafios, incluindo a falta de espaço para acomodar todas as participantes, condições precárias como falta de ventilação, banheiro externo e piso escorregadio, além da necessidade urgente de reformas e investimentos na infraestrutura.

A proximidade com o local é apontada como uma vantagem, enquanto a diversidade de atividades oferecidas é reconhecida positivamente. Algumas sugestões positivas ressaltam a dedicação na manutenção do local, mas, de maneira geral, as respostas indicam a importância de melhorias substanciais para garantir um ambiente adequado às atividades propostas.

9 – FOTOS E LINKS DE NOTÍCIAS (Redes Sociais oficiais)



<https://www.instagram.com/p/CzEjQ0Du4v2/?igshid=MTZsYTNoMGVja2E5bw==>



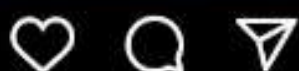
<https://www.instagram.com/p/CxBzRS1vNnk/?igshid=MWp6d2lxaGZld285eg==>



smespoficial
Arena Multiuso Ponta Grossa

...

1/9



Curtido por **celinesusani** e outras 35 pessoas

smespoficial Qualidade de Vida: Pilates Solo na Arena Multiuso 🧘

Aulas de pilates solo também são ofertadas no projeto Qualidade de Vida da Secretaria Municipal de Esportes de Ponta Grossa.

Visando a integração da comunidade e mais qualidade de vida dos participantes o projeto também acontece em associação de moradores e outros ginásios da cidade.

As aulas são gratuitas e contam com profissionais de educação física da secretaria de esportes. Inscrições, vagas, horários e locais podem ser consultados através do site:
smesp.pontagrossa.pr.gov.br.

9 de outubro · **Ver tradução**

<https://www.instagram.com/p/CyLzSC9uea7/?igshid=MW13d2R6aTJycGZubg==>



Curtido por [personal_tainakudrik](#) e outras 105 pessoas
smespooficial Qualidade de vida: Aulas de Zumba e Pilates nos bairros 🟢

O projeto Qualidade de Vida da Secretaria de Esportes está presente também nos bairros.

No Castanheira, por exemplo, várias pessoas se reúnem duas vezes por semana pra fazer bonito nas aulas de zumba com a professora Kelly e pilates com a professora Jessica.

Com apoio da associação de moradores junto ao presidente Fernando, o local tem sido um ponto de encontro e cuidado com a saúde através do projeto da SMESP.

Hoje, 25, o secretário, Ede Pimentel esteve no local visitando as turmas e acompanhando o projeto.

Confira alguns registros da aula desta quarta-feira!

[@edepimentel](#) [@prefiteaelizabeth](#) [@prefspg](#) [@eduardoverschoor](#)
[@henriqueesportes](#) [@pedrosocarloshenrique](#)

Ver todos os 2 comentários

<https://www.instagram.com/p/Cy11Qjcuu88/?igshid=MWlleHA4cDNxcGF6eQ==>



<https://www.instagram.com/p/CyOd7OYOfjb/?igshid=cmxwdzYwc mpldXI1>



smespoficial
Lago de Olarias



Curtido por **celinesusani** e outras **132 pessoas**
smespoficial Programa Parques e Praças 🍌

Todo domingo no Lago de Olarias a Secretaria de Esportes promove o Programa Parques e Praças.

O projeto integra a comunidade e incentiva a prática de atividades físicas e esportivas.

Neste domingo mais uma atração foi ofertada para a comunidade, aula de ritmos com a professora Celine da SMESP!

Além de muito esporte, o público presente pode dançar numa aula divertida e inclusiva!

Confira alguns registros do programa neste domingo (06).

@prefspg @edepimentel @prefiteaelizabeth @eduardoverschoor
@pedrosocarlosenrique

Ver 1 comentário

6 de agosto - Ver tradução

<https://www.instagram.com/p/Cvn6dUEuB8q/?igshid=Nmh4bjFmYXBIMDV4>



Curtido por **thaianemoleta** e outras 72 pessoas

smespoficial Setembro Amarelo 🧡

Na manhã desta terça-feira, 19, foi realizada uma ação alusiva ao Setembro Amarelo, campanha de conscientização e prevenção ao suicídio.

As atividades do projeto Qualidade de Vida da secretaria de esportes em parceria com a residência de saúde mental reuniram várias pessoas no ginásio Oscar Pereira durante toda a manhã.

Foram ofertadas yoga, xadrez terapêutico, aulas de xadrez e abordagens com apoio de psicólogas do ambulatório saúde mental.

Confira alguns registros da ação de hoje!

<https://www.instagram.com/p/CxYqpBKONsu/?igshid=MTEyNnExNXlscjN0MA==>



smespoficial
Ginásio De Esportes Oscar Pereira

...



40 curtidas

smespoficial Qualidade de Vida: Yoga 🧘

A prática de Yoga também está presente dentre as atividades ofertadas pelo projeto 'Qualidade de Vida' da Secretaria de Esportes.

Vários munícipes praticam o Yoga em vários pontos da cidade com aulas ministradas por profissionais da SMESP.

O projeto visa a integração da comunidade, desenvolvimento social e, claro, mais qualidade de vida aos participantes.

Inscrições, locais e horários para participação no projeto podem ser encontradas no site da secretaria: smesp.pontagrossa.pr.gov.br

Confira alguns registros da aula de yoga no Oscar Pereira!

26 de setembro • Ver tradução

<https://www.instagram.com/p/CxqcO04OIJ9/?igshid=cXE3bThxYmNtNnl2>



smespoficial

Ginásio De Esportes Oscar Pereira

...



1/9



Curtido por celinesusani e outras 127 pessoas

smespoficial Qualidade de vida: Treinamento Funcional 🏃‍♀️

A Secretaria de Esportes através do projeto 'Qualidade de Vida' oferece treinamento funcional para os munícipes da cidade.

Visando a integração da comunidade e desenvolvimento social, o projeto ocorre em três pontos da cidade: Ginásio Oscar Pereira, Associação de Moradores do Jardim Paraíso e Campo Society do Jardim Castanheira.

As atividades são ministradas diariamente pelos professores Alex, Rodrigo e Michele. Para inscrições e disponibilidades de vagas e horários basta acessar o site da secretaria de municipal de esportes.

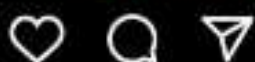
Ver todos os 7 comentários

8 de agosto · Ver tradução

<https://www.instagram.com/p/Cvsksaqu-T/?igshid=aTlzMnpndDd2MjN6>



<https://www.instagram.com/p/CwOH0bSOKSs/?igshid=MWNtMmd5Z2pwdG82ZA==>



Curtido por celinesusani e outras 68 pessoas
smespoficial SMESP oferta aulas gratuitas de Yoga

A Secretaria Municipal de Esportes de Ponta Grossa está ofertando aulas gratuitas de Yoga em locais públicos da cidade com o intuito de fomentar a prática de atividades físicas na comunidade através do projeto 'Qualidade de Vida'.

Atualmente cerca de 200 alunos participam das aulas divididas em três pontos da cidade: Parque Monteiro Lobato as terças, quintas, sábados e domingos às 9h30. Na Arena Multiuso as aulas acontecem nas segundas e quartas-feiras, em dois horários, às 8h00 e às 9h00. O Ginásio Oscar Pereira também é sede das atividades que ocorrem nas segundas e quartas-feiras, em dois horários, às 8h00 e às 9h00 e nas terças e quintas-feiras, também em dois horários, às 9h00 e às 10h00.

O projeto é coordenado pelo Professor Wanderley dos Santos e as aulas são ministradas pelos professores Diego Telles e Monica Tieko Yamada. As inscrições para o projeto podem ser feitas através do site da Secretaria Municipal de Esportes na guia 'Projeto Qualidade de Vida'. Os alunos que optarem por realizar as aulas em locais abertos, não precisam de inscrição, mas devem portar um tapete para a prática das atividades.

<https://www.instagram.com/p/CrjYgsmOP5v/?igshid=NGYyamF0dnZ5d2Jw>



<https://www.instagram.com/p/CxWKLROu5ww/?igshid=aWF2ZHQxYnF1dmMw>

Aula de ritmos são ofertadas gratuitamente no Lago de Olarias

3 meses atrás em 7 de agosto de 2023 às 16:10, possui 347 visualizações até o momento

Atividade integra o 'Programa Parques e Praças' da Secretaria de Esportes

O Programa Parques e Praças da Secretaria Municipal de Esportes de Ponta Grossa agora conta com aulas de ritmos, ministradas aos domingos, às 16h, no Lago de Olarias. As atividades integram o programa que também oferece atividades esportivas e de recreação para os munícipes que frequentam o local nos fins de semana.

A aula de ritmos é ministrada pela profissional de educação física, Celine Susani. A ação é viabilizada através do projeto 'Bolsa Incentivo' da Secretaria de Esportes, que disponibiliza profissionais da área para atividades do segmento em diversos pontos da cidade, como ginásios, parques e associações de moradores.

O Programa Parques e Praças acontece todos os domingos no Lago de Olarias das 14h às 18h.



pontagrossa.pr.gov.br

<https://www.pontagrossa.pr.gov.br/novo/2023/08/07/aula-de-ritmos-sao-ofertadas-gratuitamente-no-lago-de-olarias/>

Prefeitura oferta aulas gratuitas de Yoga em locais públicos de PG

6 meses atrás em 27 de abril de 2023 às 16:44, possui 214 visualizações até o momento

Projeto da Secretaria de Esportes visa a prática de atividades físicas e a qualidade de vida dos munícipes

A Secretaria Municipal de Esportes de Ponta Grossa está ofertando aulas gratuitas de Yoga em locais públicos da cidade com o intuito de fomentar a prática de atividades físicas na comunidade através do projeto 'Qualidade de Vida'.

Atualmente cerca de 200 alunos participam das aulas divididas em três pontos da cidade: Parque Monteiro Lobato às terças, quintas, sábados e domingos às 9h30. Na Arena Multiuso as aulas acontecem nas segundas e quartas-feiras, em dois horários, às 8h00 e às 9h00. O Ginásio Oscar Pereira também é sede das atividades que ocorrem nas segundas e quartas-feiras, em dois horários, às 8h00 e às 9h00 e nas terças e quintas-feiras, também em dois horários, às 9h00 e às 10h00.

O projeto é coordenado pelo Professor Wanderley dos Santos e as aulas são ministradas pelos professores Diego Telles e Monica Tieko Yamada. As inscrições para o projeto podem ser feitas através do site da Secretaria Municipal de Esportes na guia 'Projeto Qualidade de Vida'. Os alunos que optarem

📍 pontagrossa.pr.gov.br

<https://www.pontagrossa.pr.gov.br/novo/2023/04/27/prefeitura-oferta-aulas-gratuitas-de-yoga-em-locais-publicos-de-pg/>

Prefeitura integra mais de 10 mil pessoas em projetos gratuitos

3 meses atrás em 20 de julho de 2023 às 14:37, possui 179 visualizações até o momento



Atividades são coordenadas pela Secretaria Municipal de Esportes



A Prefeitura Municipal de Ponta Grossa, através da Secretaria de Esportes, possui atualmente 10.937 munícipes – distribuídos em 247 turmas – que

pontagrossa.pr.gov.br

<https://www.pontagrossa.pr.gov.br/novo/2023/07/20/prefeitura-integra-mais-de-10-mil-pessoas-em-projetos-gratuitos/>

Aulas gratuitas de ritmos movimentam ginásios de PG

4 meses atrás em 6 de julho de 2023 às 14:23, possui 499 visualizações até o momento

Atividade visa integração da comunidade e melhor qualidade de vida dos participantes

A Secretaria Municipal de Esportes oferta diariamente aulas de ritmos em quatro pontos da cidade: Ginásio Oscar Pereira, Arena Multiuso, Miniginásio do Parque do Café e Associação de Moradores do Castanheira.

As aulas são distribuídas de segunda a sexta-feira nos locais indicados. As atividades visam a integração da comunidade e melhor qualidade de vida dos participantes, sendo ministradas por profissionais da área de educação física, as professoras Celine e Jéssica.

Informações e inscrições são encontradas no site da secretaria de esportes: smesp.pontagrossa.pr.gov.br



pontagrossa.pr.gov.br

<https://www.pontagrossa.pr.gov.br/novo/2023/07/06/aulas-gratuitas-de-ritmos-movimentam-ginasios-de-pg/>