



OFÍCIO Nº 005/2020

Contagem, 25 de maio de 2020.

À

Secretária Municipal de Desenvolvimento Social - SMDS

Prezada Senhora Luzia Maria Ferreira

Assunto: comprovação de meta - palestras - TF nº 011/2019.

Associação Comunitária Ágape Fontes de Vida – ÁGAPE, inscrita no CNPJ: 30.667.589/0001-28 estabelecida a Rua do Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro, Contagem/MG, CEP: 32.050-690, por sua Presidente Kethlen Karolinne Ferreira Guedes, vem respeitosamente perante V. Sa., apresentar os relatórios referente as palestras e debates realizados.

Inicialmente, é necessário ressaltar que conforme é sabido, o prazo de encerramento do projeto “Ágape Fontes de Vida” estava previsto para o dia 18 de abril de 2020, todavia as atividades foram abruptamente encerradas no dia 16 de março de 2020 pelo Decreto nº 1.510.

Assim, considerando o encerramento do projeto com mais de **30 dias de antecedência**, a comprovação do cumprimento da meta prevista para a execução de palestras e debates ficou prejudicada.

Nesse sentido, procedeu a OSC com a execução das mesmas no período de 10 a 13 de maio, em observância aos cuidados necessários ao enfrentamento da pandemia, através de plataformas eletrônicas que comprovem o envolvimento do usuário no projeto.

Atingindo o objetivo visado e transformando a vida de todos daqueles que tiveram a rotina social modificada pela crise. Preservando assim, a convivência e o fortalecimento de vínculos.

Registra-se que para atender essa rúbrica foram executadas 4 palestras atingindo um número de 48 usuários.

Diante do exposto, certos de contar com vossa compreensão, nos colocamos disposição para esclarecer eventuais dúvidas e aproveitamos o ensejo para renovar protestos de elevada estima e consideração.

Atenciosamente,

Kethlen Karolinne F. Guedes

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA ÁGAPE FONTES DE VIDA

Kethlen Karolinne Ferreira Guedes

Presidente



006

OFÍCIO Nº 005/2020

Contagem, 25 de maio de 2020.

À

Secretária Municipal de Desenvolvimento Social - SMDS

Prezada Senhora Luzia Maria Ferreira

CÓPIA

Assunto: comprovação de meta - palestras - TF nº 011/2019.

Associação Comunitária Ágape Fontes de Vida – ÁGAPE, inscrita no CNPJ: 30.667.589/0001-28 estabelecida a Rua do Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro, Contagem/MG, CEP: 32.050-690, por sua Presidente Kethlen Karolinne Ferreira Guedes, vem respeitosamente perante V. Sa., apresentar os relatórios referente as palestras e debates realizados.

Inicialmente, é necessário ressaltar que conforme é sabido, o prazo de encerramento do projeto “Ágape Fontes de Vida” estava previsto para o dia 18 de abril de 2020, todavia as atividades foram abruptamente encerradas no dia 16 de março de 2020 pelo Decreto nº 1.510.

Assim, considerando o encerramento do projeto com mais de **30 dias de antecedência**, a comprovação do cumprimento da meta prevista para a execução de palestras e debates ficou prejudicada.

Nesse sentido, procedeu a OSC com a execução das mesmas no período de 10 a 13 de maio, em observância aos cuidados necessários ao enfrentamento da pandemia, através de plataformas eletrônicas que comprovem o envolvimento do usuário no projeto.

Atingindo o objetivo visado e transformando a vida de todos daqueles que tiveram a rotina social modificada pela crise. Preservando assim, a convivência e o fortalecimento de vínculos.

Registra-se que para atender essa rúbrica foram executadas 4 palestras atingindo um número de 48 usuários.

Diante do exposto, certos de contar com vossa compreensão, nos colocamos disposição para esclarecer eventuais dúvidas e aproveitamos o ensejo para renovar protestos de elevada estima e consideração.

Atenciosamente,

Kethlen Karolinne F. Guedes

ASSOCIAÇÃO COMUNITÁRIA ÁGAPE FONTES DE VIDA

Kethlen Karolinne Ferreira Guedes

Presidente



Fotos Palestra Saúde Familiar em tempos de Pandemia data:10/05/2020 horario de 20:00 as 21:00

Tema: Saúde Familiar Em tempos de Pandemia

Data 10/05/2020

Horário: 20:00 as 21:00

Palestrante: Miriam Lucia de Paiva:

Endereço eletrônico: <https://meet.google.com/bao-qhti-gwi>

Foi realizado um contexto histórico, do inicio da pandemia de coronavirus. Onde a falta de informação Sobre novo vírus, trouxe a disseminação em todos os continentes. A falta de conhecimento sobre tal doença impossibilita a ação e criação de uma vacina com mais rapidez. Atualmente a taxa de mortalidade no Brasil está só aumentado e em contra partida a falta de UTI.

Como ainda não tem vacina, a OMS(organização Mundial de Saúde) orienta as medidas de isolamento social, pois atualmente é a única forma de se conter o avanço dessa pandemia. Qual é o impacto desse isolamento em nossas famílias e como fica sua saúde e a tratativa de suas comorbidades?

Esse questionamento foi efeito aos participantes dessa apresentação online, onde foi relatada a experiência familiar de cada um, como está sua saúde mental e física. Segundo Sarah Santos na sua casa seus pais que são idosos demorou a entender que era necessário ficar em casa e não ter contato com outras, como tem outras doenças como hipertensão arterial, tem necessidade de ir ao posto de saúde do bairro, ai a orientação foi dada para utilizar máscara de proteção e realizar higiene das mão e também lava roupa que foi utilizada, visito que segundo a organização mundial de saúde a contaminação é comunitária quer diz , não sabe quem tem está doente.

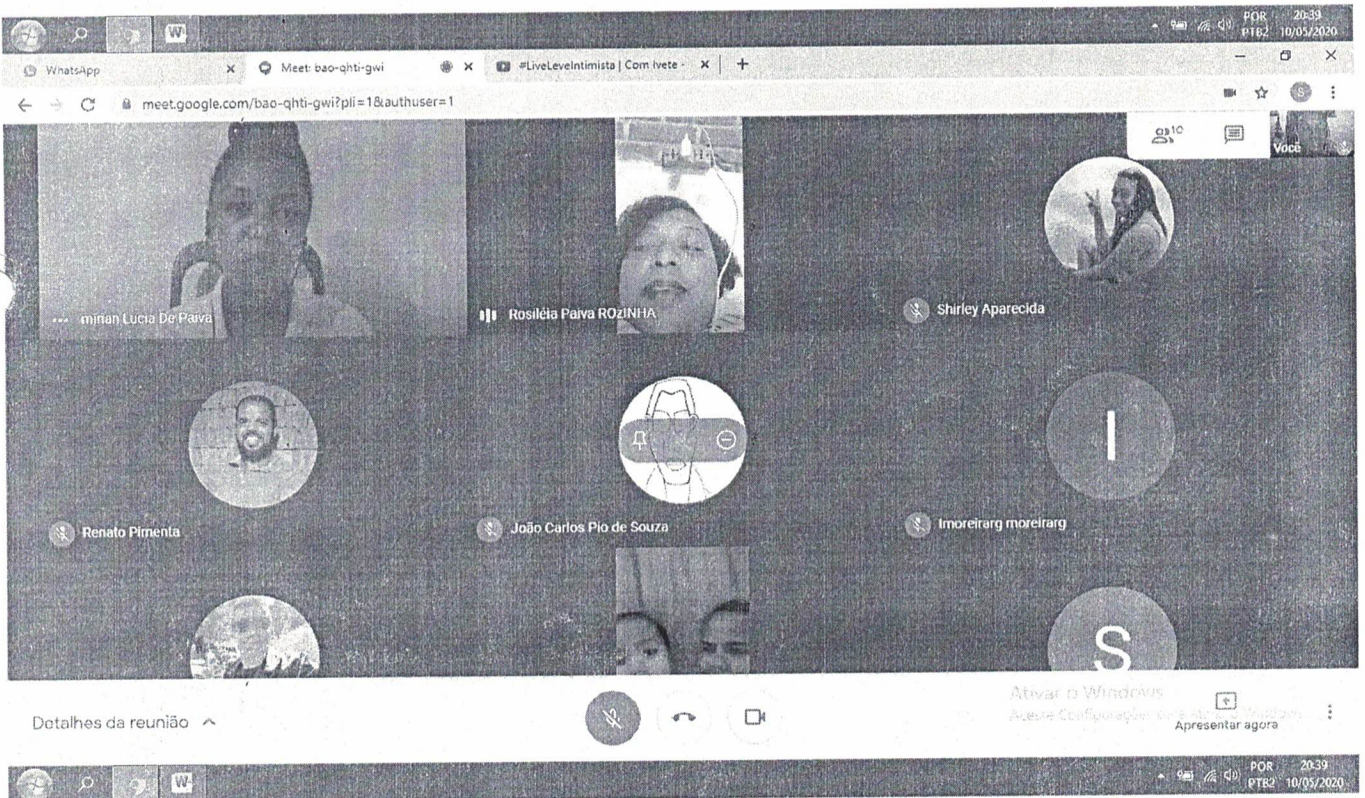
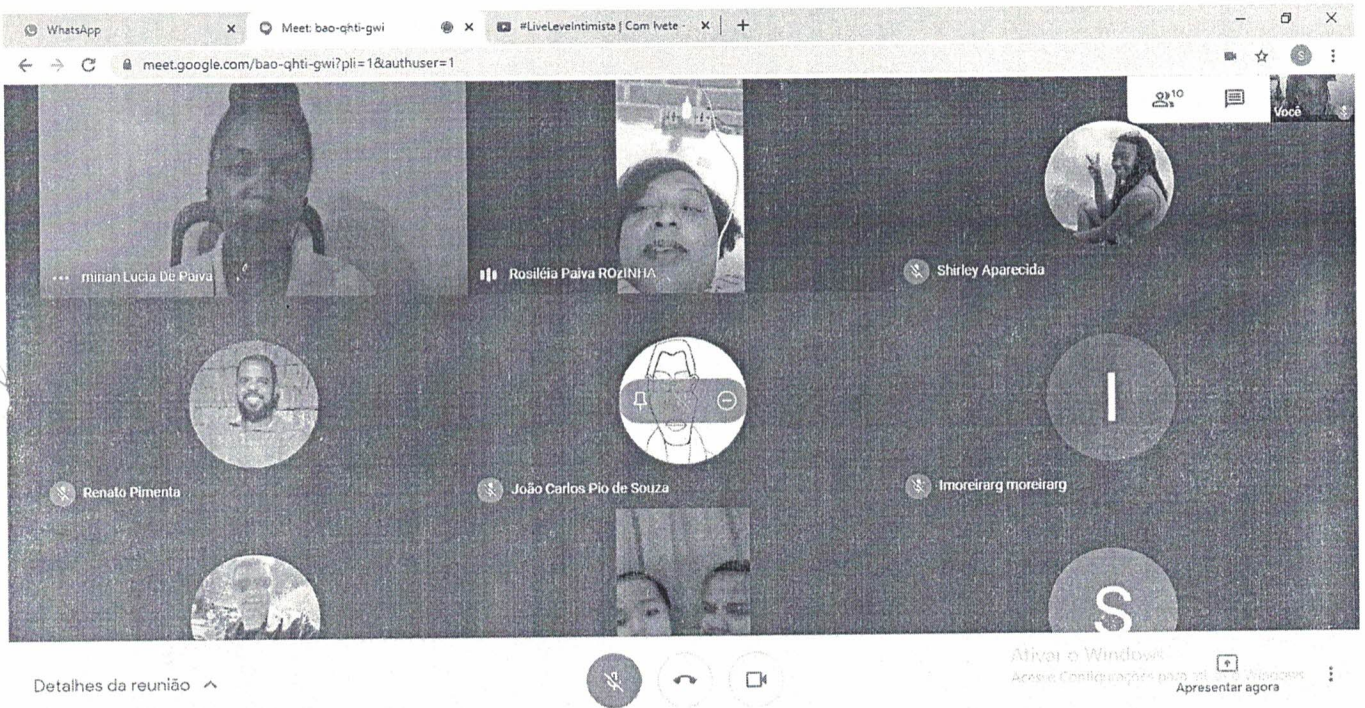
De modo geral as pessoas estão tentando seguir as orientações, sair somente quando necessário, evitar aglomerações. Mas o estresse familiar está presente em vários lares, assim como medo e muitas incertezas apos coronavirus.

Finalizado dentro do horário estipulado.

Assinatura:



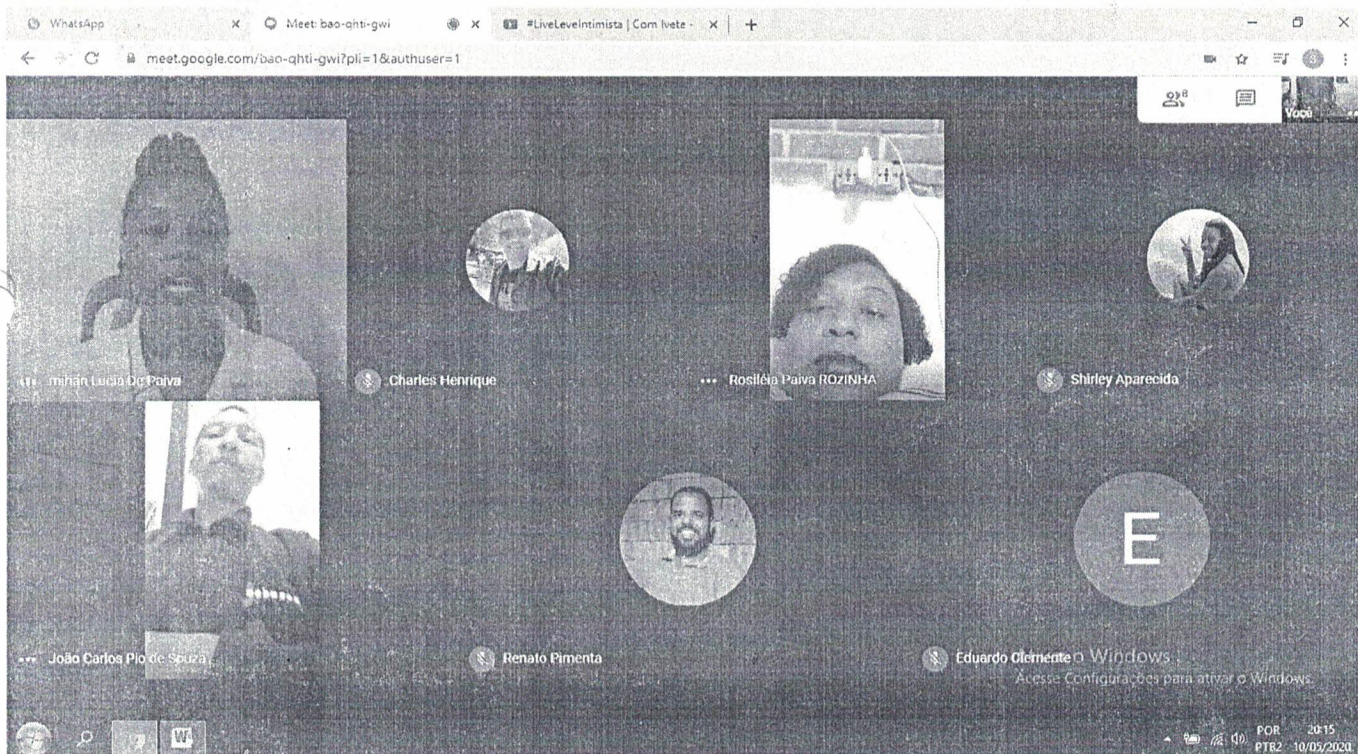
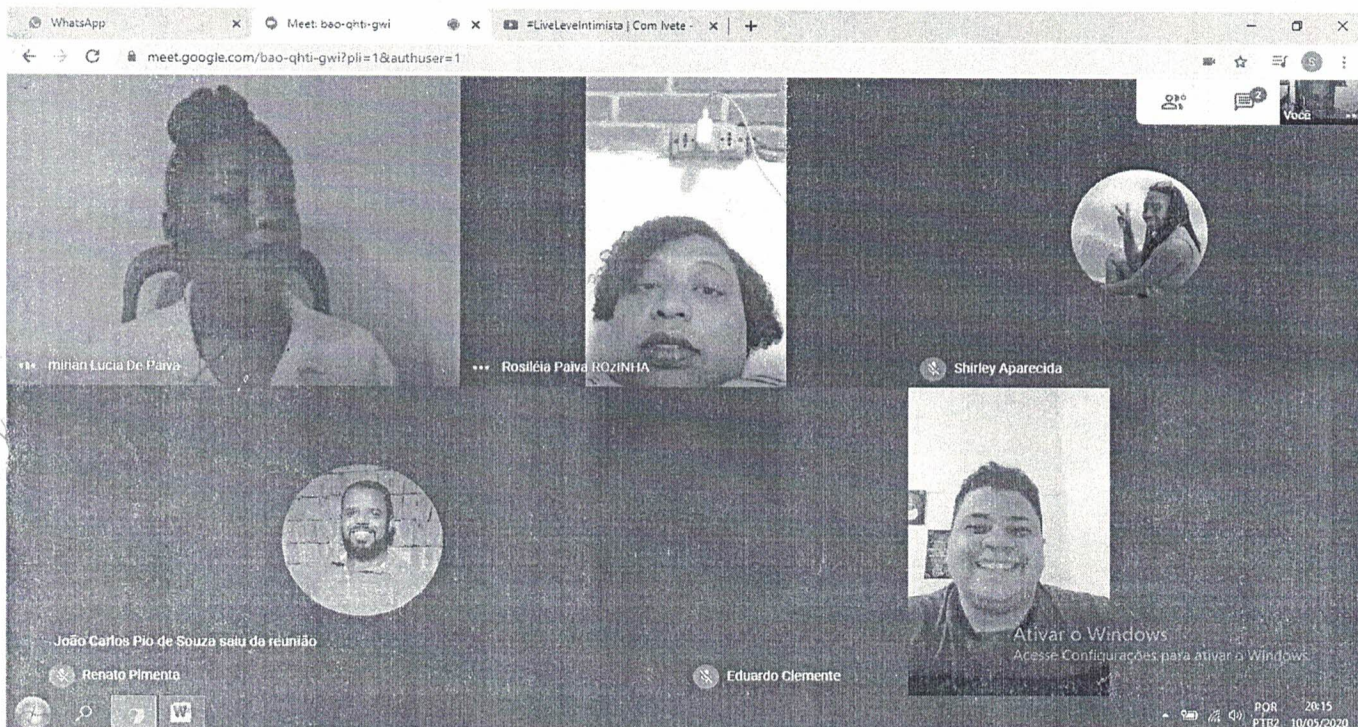
Fotos Palestra Saúde Familiar em tempos de Pandemia data:10/05/2020 horario de 20:00 as21:00



Miriam Lucia de Paiva



Fotos Palestra Saúde Familiar em tempos de Pandemia data:10/05/2020 horario de 20:00 as21:00



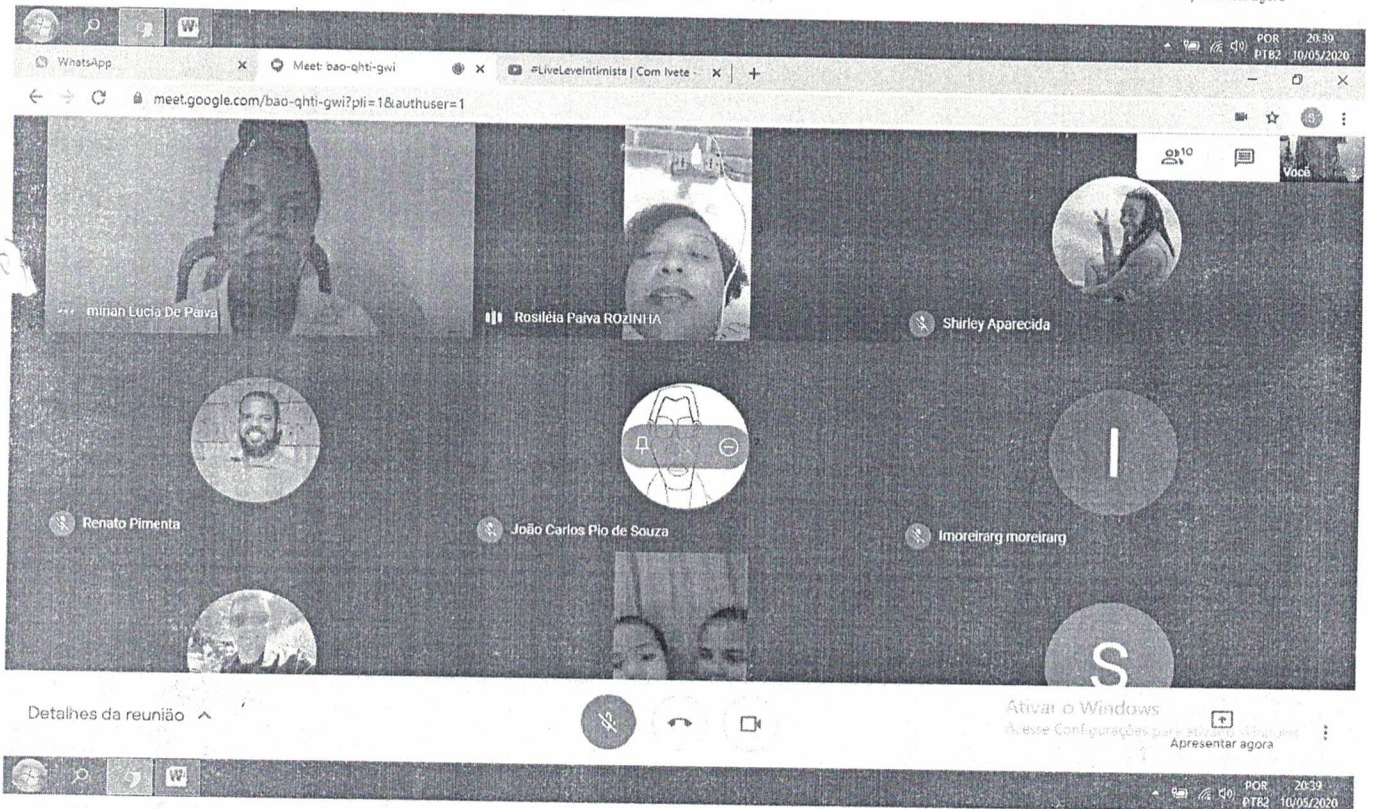
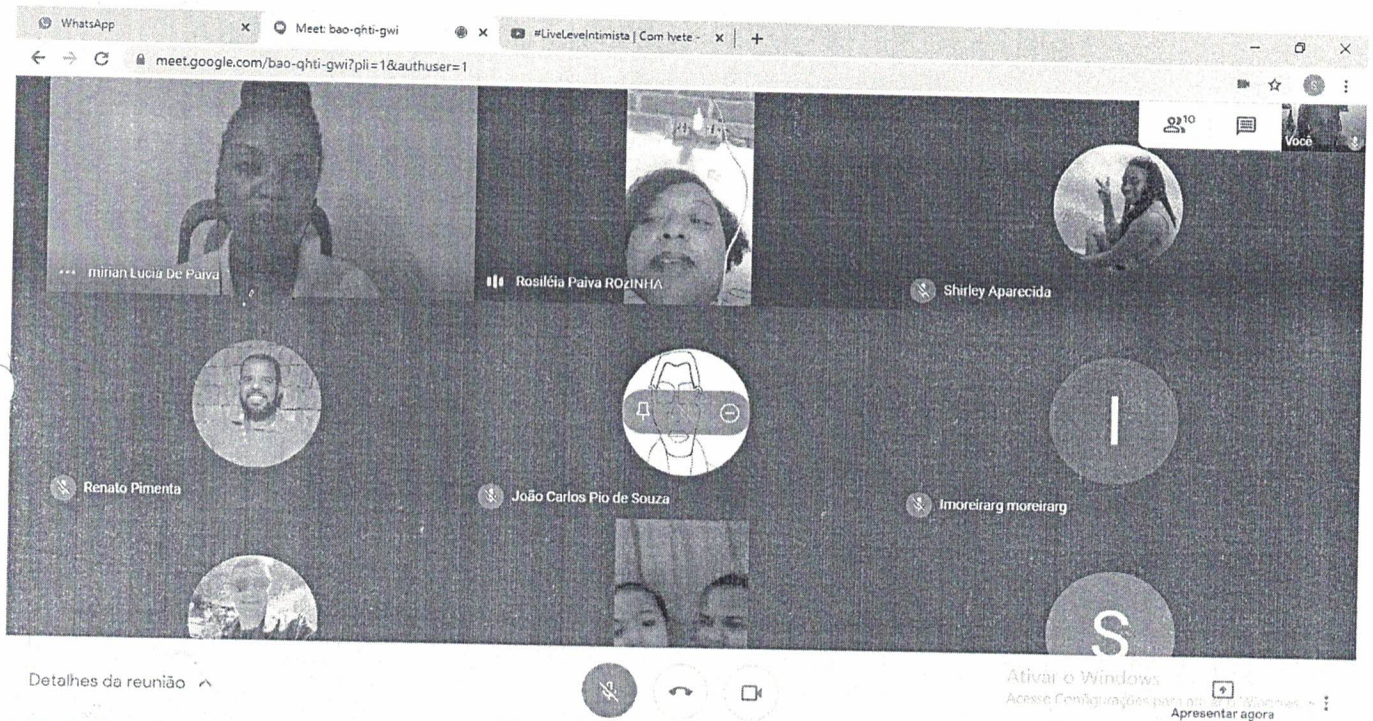
Mariane Lucia de Paiva

ASSOCIAÇÃO
COMUNITÁRIA



Lei de Utilidade Pública Municipal Nº 4.977
de 13 de Novembro de 2018. 210
CNPJ – 30.677.589/0001-28
Termo de Fomento nº 012/2019

Fotos Palestra Saúde Familiar em tempos de Pandemia data:10/05/2020 horario de 20:00 as21:00



Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

Miriam Lucia de Paiva



Fotos Palestra Saúde Familiar em tempos de Pandemia data:10/05/2020 horario de 20:00 as21:00

Lista de Presença:

- 1 Miriam Lucia de Paiva mirinhapaiva2@yahoo.com.br
- 2 Rogério Andrade - rogerioandradenc81@gmail.com
- 3 João Carlos Pio de Souza- joao.pio@hotmail.com
- 4 Sarah Santos – sarahsantos0986@gmail.com
- 5 Charles Henrique laboratoriodeengenharia@gmail.com
- 6 Rosiléia Paiva drarosileiavet@yahoo.com.br
- 7 Eduardo Clemente - emclemente@outlook.com.br
- 8 Imoreirarg moreirarg iurimoreirarg@hotmail.com
- 9 Renato Pimenta – natomontfort@gmail.com
- 10 Shirley Santos – shirleyap1982@gmail.com
- 11 Sávio Luiz - savioluiz0986@gmail.com
- 12 Elienai Schuengué _ naischuengue@gmail.com
- 13 Viviane Gomes viviscg@gmail.com



2/2

Tema: O aumento de droga licita na quarentena

Horário: 20:00 as 21:00

Data: 11 de maio de 2020

Palestrante: Miriam Lucia de Paiva:

Endereço eletrônico: <https://meet.google.com/bao-qhti-gwi>

A exposição do tema foi realizado apresentação de Power point sobre a droga mais utilizada do mundo, que o álcool foi apresentado dados referente seu consumo e como teve aumento significativo neste período de isolamento social. Esse vício traz vários conseqüências, sobretudo no convívio familiar. O estudo que estará em anexo, mostra o aumento da violência doméstica no nos lares de Belo horizonte e grande Bh.

A participação no tema foi grande relevância , onde muitos abordaram a dinâmica do comercio neste momento de isolamento social e também, que as pessoas não entenderam o que é quarentena, como deve se comportar diante desta pandemia. Clara expôs sua situação em Betim em relação a dinâmica adotada nesta pandemia.


Segundo os relatos dos participantes , não se tem um agente fiscalizador eficaz neste quadro de pandemia .Foi sugerido a política de boa vizinhança, para ter um combate contra violência doméstica, que na sua grande maioria é contra a mulher.

O tema foi debatido e participativo sem nenhuma complicação.

Finalizado dentro do horário estipulado.

Assinatura:

Miriam Lucia de Paiva



O aumento de Droga licita e suas consequências no período de quarentena

Palestrante: Miriam lúcia de Paiva

Graduada em fisioterapia faculdade metodista Isabela Hendrix, pós graduada em Fisioterapia Respiratória pela faculdade Ciências medicas.

11de Maio de 2020

Introdução

- O álcool é considerado a droga mais utilizada do mundo, independente do uso for de forma (uso social) ou frequente.
- Segundo a OMS cerca de mais de 2 bilhões consome bebidas alcoólicas.
- Uso inadequado da droga constitui um dos principais fatores Associados à redução da saúde mundial

OMS maio, 2020

Introdução

- O alcoolismo tem se tornado um grande problema social e de saúde pública e é definido pela OMS.
- **Fator associado ao alcoolismo:**
Biológico quando há uma predisposição genética e o metabolismo alterado do álcool ocasiona uma resposta fisiológica inadequada.

OMS maio, 2020

Introdução

- O alcoolismo constitui uma patologia que pode ser considerada uma das mais graves para a humanidade, visto que afeta não apenas o usuário mas todos os que convivem direta ou indiretamente com ele.

OMS maio, 2020

x Miriam Lúcia de Paiva

214

Impactos Negativos

- Acidentes de trânsitos
- Violência domestica
- Desorganização das relações interpessoais

OMS maio, 2020

Sistema Imunológico

- As células de defesa chamadas de linfócitos são as principais vítimas quando consumimos de forma exagerada as bebidas alcoólicas.
- "Os linfócitos T e B, que são aqueles com a responsabilidade de reconhecer e destruir os agentes infecciosos que entram no organismo, como as bactérias e vírus."

NIAAA, maio 2020

Organização Mundial de Saúde(OMS)

- Recentemente recomendou que os governos limitassem a venda de bebidas alcoólicas durante o período de isolamento social.
- Além do consumo excessivo de álcool ser responsável por prejudicar a imunidade do indivíduo, ele também pode ocasionar brigas dentro de casa, segundo a OMS

Isolamento social

- Segundo uma pesquisa realizada pela UFMG isolamento social amplia violência domestica .
- Foram observado 35,8% dos 2,531 entrevistados em todo brasil.
- Enquanto em BH e região metropolitana essa percepção chega a 39,7%.
- Na região da grande BH , 6,5% disseram que vivenciaram pela primeira vez uma situação de violência em suas casas.

Crisp, maio 2020

X. Mouram Lucas de Paula



mirian Lucia De Paiva está apresentando

Charles Henrique e mais 3

Você

A EQUAÇÃO DA VIOLÊNCIA

Qualquer situação caracteriza-se como violência doméstica

+ Práticas em estabelecimento social para evitar o COVID-19	+ Discriminação da vida doméstica	+ Condição econômica que inclui de 400 euros
+ Discriminação dos povos e mulheres	+ Perda de emprego	
+ Dificuldade para encontrar o novo trabalho	+ Exatidão da saúde com o fechamento de vários setores	

RESULTADOS PERCEBIDOS

1 Ausência de proteção social	2 Pressão econômica por causa da crise	3 Aumento de violência doméstica (casos de homicídio)
4 Atraso salarial (ou de outro pagamento)	5 Fome	6 Desemprego
7 Exatidão	8 Aumento da violência doméstica	9 Aumento de casos de violência

VIOLÊNCIA DOMÉSTICA

T

*** Telma Serra

*** mirian Lucia De Paiva

Abstar microphone (Ctrl + M)

Ativar o Windows

Assista Conferências com mirian Lucia De Paiva está apresentando

mirian Lucia De Paiva

Associação Agape

Telma Serra

Charles Henrique

Nayara Suelen

Rosilene Torquato Rosi

clara geralda gomes baredelo

Assista Conferências com mirian Lucia De Paiva está apresentando

Miriam Lucia de Paiva



217

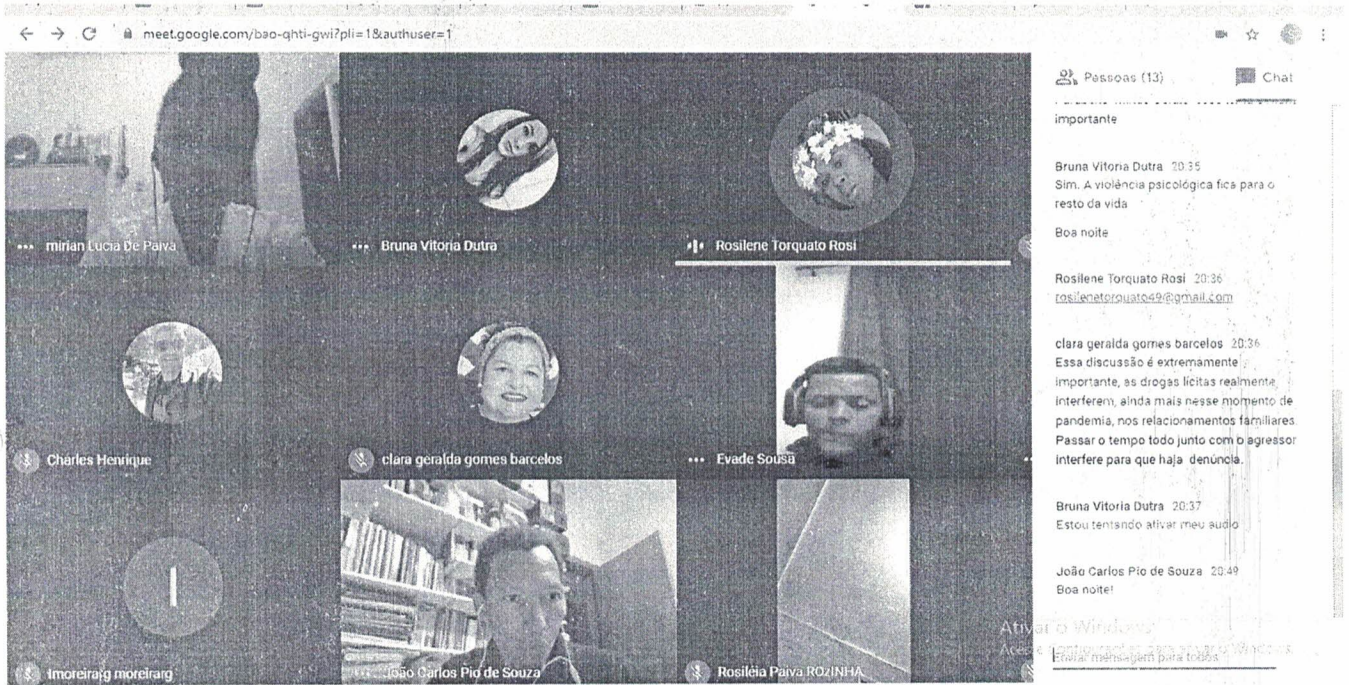


Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

Miriam Lucia de Paiva



218



Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

x *Miriam Lúcia de Paiva*



219

Lista de Presença: 11 de maio 2020

- 1 Charles Henrique laboratoriodeengenharia@gmail.com
- 2 Miriam Lucia de Paiva mirinhapaiva2@yahoo.com.br
- 3 Rogério Andrade - rogerioandradenc81@gmail.com
- 4 João Carlos Pio de Souza- joao.pio@hotmail.com
- 5 Sarah Santos – sarahsantos0986@gmail.com
- 6 Rosiléia Paiva drarosileiavet@yahoo.com.br
- 7 7 Iuri Moreira iurimoreirarg@hotmail.com
- 8 Elienai Schuengue _naischuengue@gmail.com
- 9 Rosilene Torquatorosilenetorquato49@gmail.com

- 10 Bruna Vitória Dutra Bvdutra31@gmail.com
- 11 Eder Sousa Rodrigues Eder.dluca26@gmail
- 12 Neusa Rodrigues /neusarodrigues858@gmail.com
- 13 Clara Geralda Gomes Barcelos clagegobarcc@gmail.com

x Miriam Lucia de Paiva



220

Tema: Educação em casa, Segurança Alimentar, Desafio Escola Particular x Escola Pública

Horário: 20:00 as 21:00

Data: 12 de maio de 2020

Palestrante: Miriam Lucia de Paiva:

Endereço eletrônico: <https://meet.google.com/bao-qhti-gwi>

Seguindo a exposição do tema através de slides, foi abordado a atual situação do ambiente escolar, nesta pandemia, quais medidas adotadas pelo governo e escolas municipais e particular. A questão da alimentação foi abordada, pois vale merenda de 65 e insuficiente para atender a demanda do aluno.

A situação do ano letivo este ano é mais complicada, mas segundo João em 5 meses tem como abordar vários conteúdos e assim desenvolver a aprendizagem dos estudantes.



O tema foi discutido e participativo com depoimentos de mães, em relação de passar conteúdos e não tem conhecimento para ensinar as crianças. Fora a sobrecarga de trabalho.

Foi finalizado dentro do horário proposto.

Assinatura:

Miriam Lucia de Paiva

221

EDUCAÇÃO EM CASA, SEGURANÇA ALIMENTAR: DESAFIO ESCOLA PARTICULAR X ESCOLA PUBLICA

Mediadora: Miriam Lucia de Paiva
 Graduada em Fisioterapia Centro Universitário Izabela Hendrix
 Pós graduada Fisioterapia respiratória na faculdade Ciências medicas

12 de maio 2020

INTRODUÇÃO

- A suspensão das aulas devido à pandemia de coronavírus, trouxe uma nova realidade para as famílias, onde tem que conciliar o trabalho formal e tarefas domésticas com as atividades escolares para que o aluno tenha uma rotina de estudos.

Agencia Brasil, Lúcia

INTRODUÇÃO

- Por conta da pandemia, o Ministério da Educação permitiu que as escolas não cumpram os 200 dias letivos previstos em lei, desde que mantenham as 800 horas de aula obrigatórias para a educação básica.

Ministério da Saúde, abril 2020

INTRODUÇÃO

- Questionamentos:
- Todas as aulas online durante a quarentena contarão como dia letivo?
- Como exigir o mesmo aprendizado de crianças que tenham diferentes condições (de tablets e acesso à internet a escrivinhas, por exemplo) dentro de casa?

x Miriam Lucia de Paiva

UNESCO(ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS
PARA EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E CULTURA)

· Fez um chamado para que instituições educacionais públicas e privadas de todo o mundo sigam uma lista de recomendações em meio à pandemia:

1. Preservar empregos e salários dos funcionários, "a crise não pode ser um pretexto para baixar os padrões e desmerecer direitos trabalhistas".
2. Priorizar a saúde e o bem-estar de professores e alunos, em meio ao estresse e à crescente exposição da população global ao coronavírus.

Unesco, março 2020

UNESCO(ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS
PARA EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E CULTURA)

3 Dar voz aos professores no processo de planejamento das respostas educacionais, além de oferecer-lhes treinamento adequado para lidar com as circunstâncias.

4 Colocar a igualdade em debate: "Educação à remota e virtual só são eficientes para professores, estudantes e famílias com eletricidade adequada, conexão à internet, computadores e tablets, e espaço físico para trabalhar."

· A pandemia do novo coronavírus chegou ao Brasil em um momento de estagnação econômica, desmonte dos sistemas de saúde e proteção social, paralisação de praticamente todos os programas de SAN(segurança alimentar e nutricional), aumento acelerado da pobreza e, especialmente, da extrema pobreza, e o aumento expressivo da população em situação de rua.

Fbssan, abril 2020

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO
ESCOLAR(PNAE)

- Beneficia hoje **cerca de 41 milhões de estudantes no Brasil**. Para muitos deles, é na escola que encontram a única refeição do dia.
- Das mais de 54 milhões de pessoas que vivem na extrema pobreza no Brasil hoje, 14 milhões têm menos de 14 anos, segundo.

8/02/2018

x *Marcelly Leica de Paiva*

ESTRATÉGIAS ADOTADAS

- Vale Merenda de 65 reais (prefeitura de contagem)
- Bolsa Merenda 50 reais (governo de Minas gerais)

Obrigada!

x *Priscilla Lúcia de Paiva*

ASSOCIAÇÃO
COMUNITÁRIA








Lei de Utilidade Pública Municipal Nº 4.977
de 13 de Novembro de 2018.
CNPJ – 30.677.589/0001-28 *224*
Termo de Fomento nº 012/2019

meet.google.com/bao-qhti-gwi?pli=1&authuser=1

mirian Lucia De Paiva está apresentando

Charles Henrique e mais 4



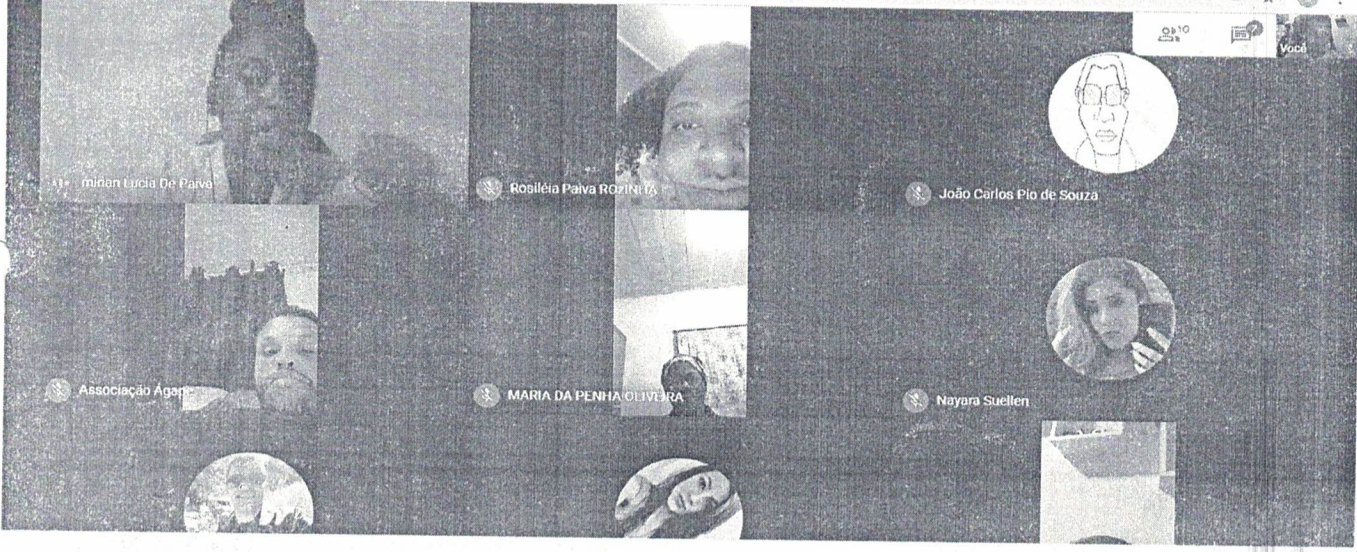
EDUCAÇÃO EM CASA, SEGURANÇA ALIMENTAR: DESAFIO ESCOLA PARTICULAR X ESCOLA PUBLICA

Mediadora: Miriam Lucia de Paiva
Graduada em Fisioterapia Centro Universitário Izabela Hendrix
Pos graduada Fisioterapia respiratória na faculdade Ciências médicas

Detalhes da reunião

Ativar o Windows
Acesse Configurações em Mirian Lucia De Paiva

meet.google.com/bao-qhti-gwi?pli=1&authuser=1



Detalhes da reunião

Ativar o Windows
Acesse Configurações em Nayara Suelen
Apresentar agora

Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

x Miriam Lucia de Paiva

ASSOCIAÇÃO
COMUNITÁRIA

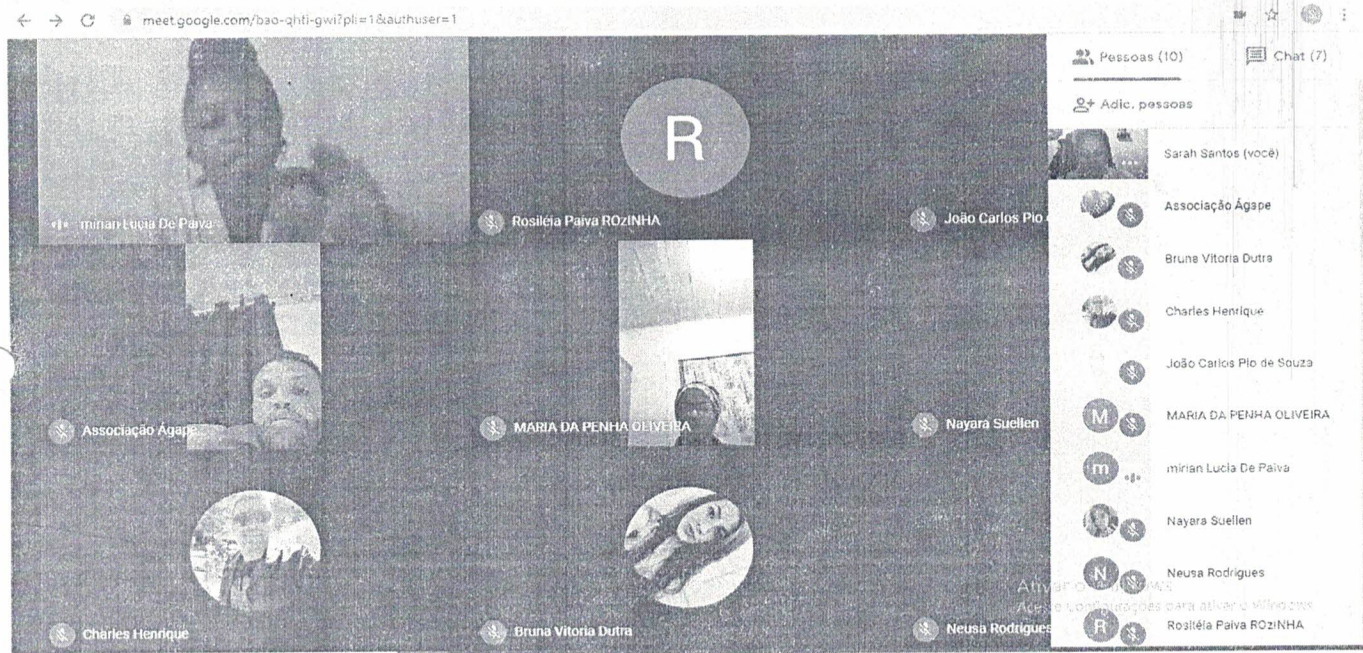
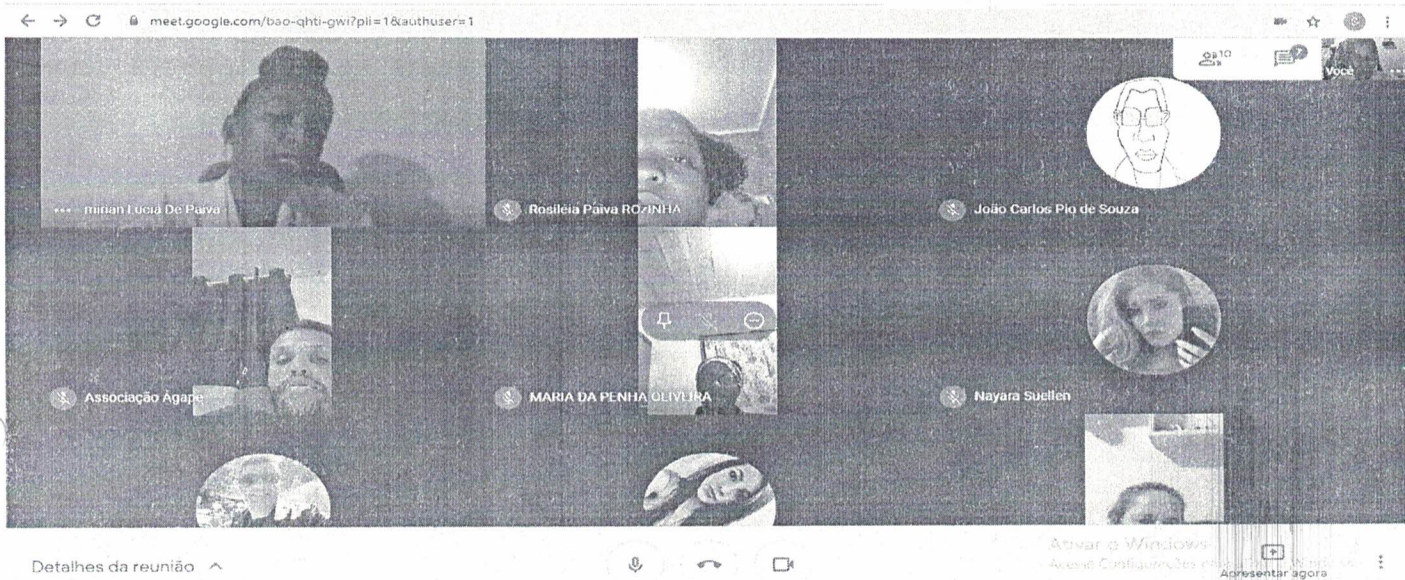


Lei de Utilidade Pública Municipal Nº 4.977
de 13 de Novembro de 2018.

CNPJ – 30.677.589/0001-28

Termo de Fomento nº 012/2019

225

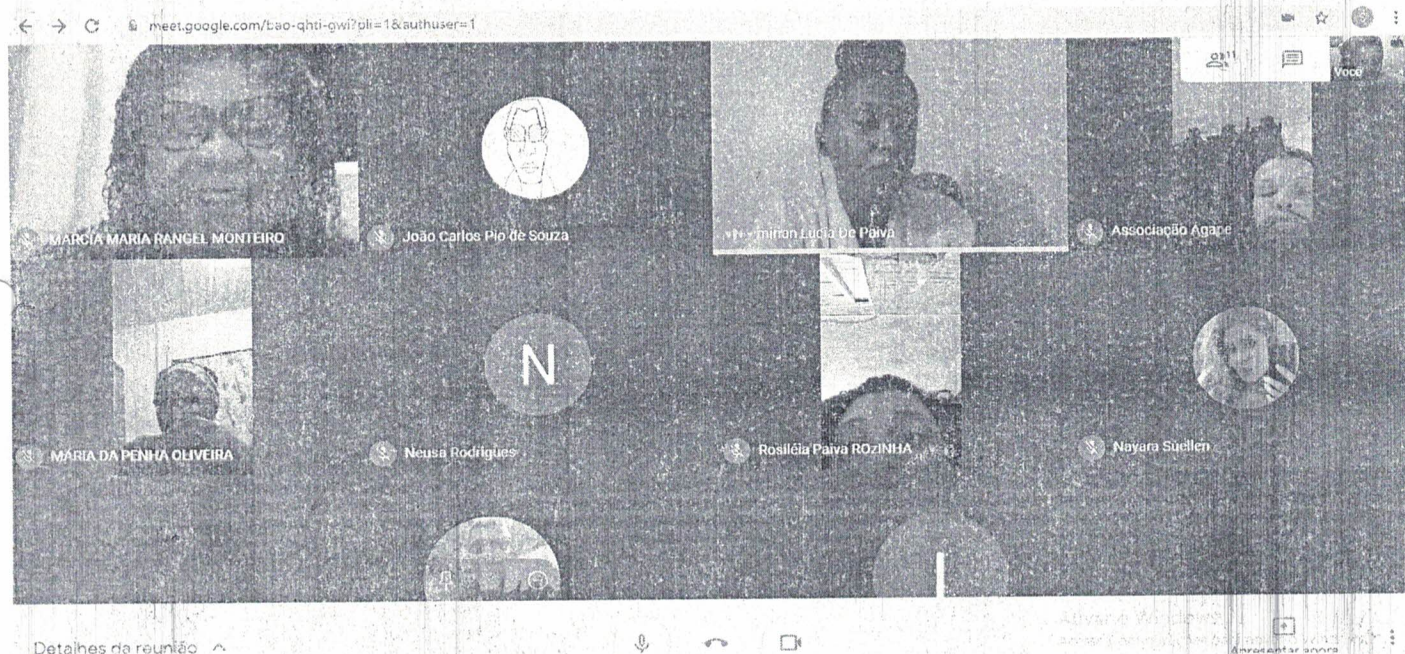


Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

+ Miriam Lucia de Paiva



226



Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

x Miriam Lucia de Paiva

ASSOCIAÇÃO
COMUNITÁRIA

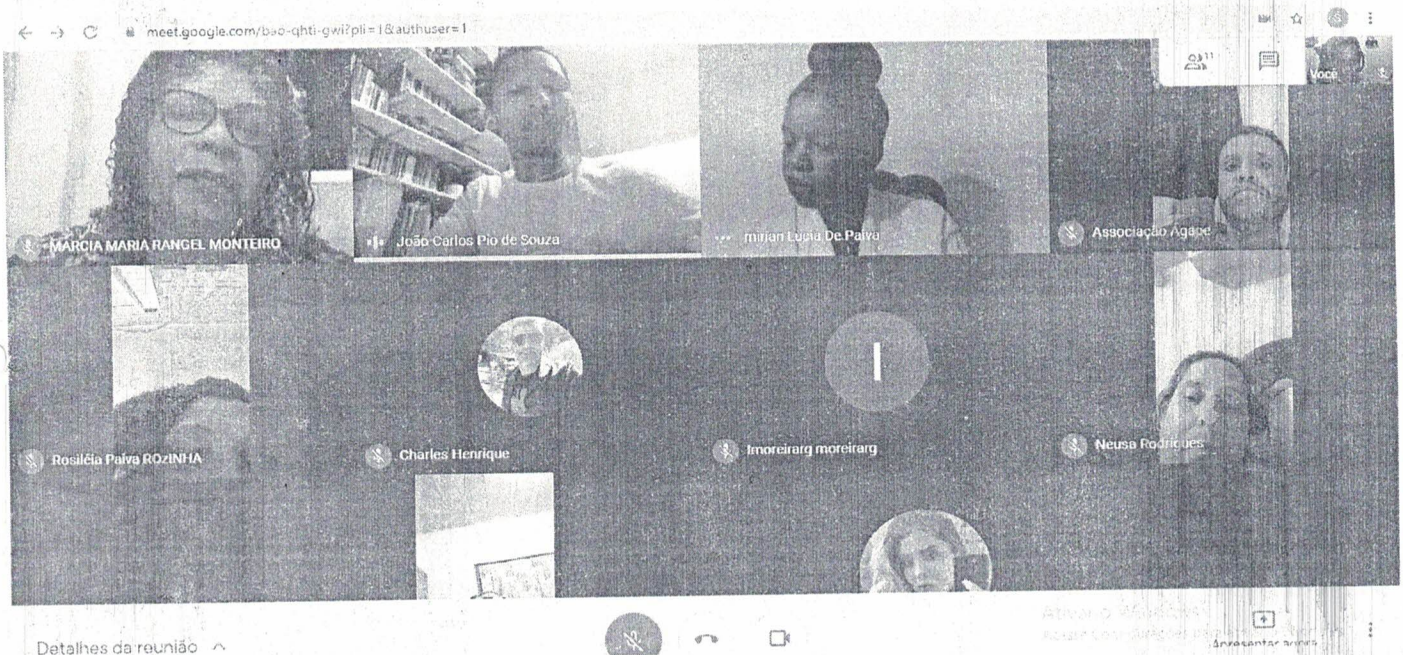


Lei de Utilidade Pública Municipal N° 4.977
de 13 de Novembro de 2018.

CNPJ – 30.677.589/0001-28

Termo de Fomento n° 012/2019

227



Rua Retiro do Triunfo, n° 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

+ Miriam Lygia de Paiva



228

Lista de Presença: 12 de maio 2020

1. Charles Henrique laboratoriodeengenharia@gmail.com
2. Miriam Lucia de Paiva mirinhapaiva2@yahoo.com.br
3. Rogério Andrade - rogerioandradenc81@gmail.com
4. João Carlos Pio de Souza- joao.pio@hotmail.com
5. Sarah Santos – sarahsantos0986@gmail.com
6. Rosiléia Paiva drarosileiavet@yahoo.com.br
7. 7 Iuri Moreira iurimoreirarg@hotmail.com
8. Bruna Vitória Dutra Bvdutra31@gmail.com
9. Neusa Rodrigues neusarodrigues858@gmail.com
10. Nayara Suellen Suellennayara50@gmail.com
11. MARIA DA PENHA OLIVEIRA Amariadapenhadeoliveira@yahoo.com.br



Tema: Trabalho Em Casa. Qual é a realidade? Como Fica a Saúde Física e Mental?

Horário: 20:00 as 21:00

Data: 13 de maio de 2020

Palestrante: Miriam Lucia de Paiva:

Endereço eletrônico: <https://meet.google.com/bao-qhti-gwi>

Foi introduzido a temática através de exposição de slides, onde foi abordado as medidas emergências relacionada com. Como o setor de trabalho, a dificuldade de se fazer um trabalho em casa, sem que haja estresse. A família não tem o costume de ter o trabalhador externo em casa. As orientações foram dadas de acordo com OMS, onde o cuidado com a saúde mental e física, é de grande relevância, Neste atual quadro de pandemia que vivemos. O debate foi bem satisfatório, onde foi encaminhado orientações e a importância, de ter o controle mental e físico nesta Atual situação que vive a sociedade.

A palestra terminou dentro do prazo estipulado.

Assinatura:

Miriam Lucia de Paiva

Trabalho Em casa. Qual é a realidade? Como Fica a saúde Física e Mental?

Palestrante: Miriam Lucia de Paiva

Graduada pelo Centro Universitário Metodista Isabela Hendrix, Pós graduada em Fisioterapia Respiratória pela faculdade Ciência Medica de Minas Gerais

13 de maio de 2020

Introdução

- ▶ artigo 75-B da CLT
- ▶ *"Considera-se tele trabalho a prestação de serviços preponderantemente fora das dependências do empregador, com a utilização de tecnologias de informação e de comunicação que, por sua natureza, não se constituam como trabalho externo"*

Ministério do trabalho, 2020

Introdução

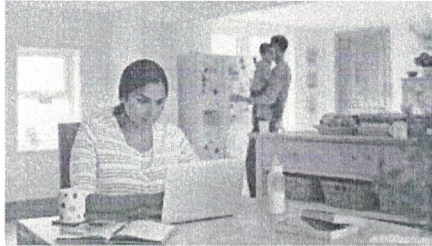
- ▶ A MP 927 prevê que se o empregado não possuir os equipamentos tecnológicos e a infraestrutura necessária e adequada à prestação do home office, o empregador poderá fornecer os equipamentos em regime de comodato e pagar por serviços de infraestrutura, mas isso não irá caracterizar verba de natureza salarial. Isso deverá ser previsto em aditivo contratual.

- ▶ Trabalho remoto trata-se de um jornada de trabalho normal, mas exercido fora do ambiente de trabalho.

Medida Provisória 927, março, 2020

x Miriam Lucia de Paiva

Você conseguiu demarcar um espaço físico para trabalhar?



Google Imagem, maio, 2020

Os outros membros da família conseguiram entender sua necessidade de limitar o convívio em alguns momentos para que você seja produtivo(a)?



Google imagens, maio, 2020

Você está se sentindo apto e competente na tarefa de equilibrar demandas pessoais e familiares?



Google imagens, maio, 2020

Para melhorar sua condição de trabalho na presença da sua família

- ▶ Estabeleça um local de trabalho
- ▶ Mantenha um bom relacionamento com as pessoas na casa.
- ▶ Estabeleça e negocie horários de trabalho nos quais você precisará ficar concentrado(a) e estabeleça horários de lazer.

x Mariana Lucia de Paiva

Qualidade de Vida e Bem Estar

▶ Deixe os horários de cada membro da família disponíveis em um local visível para que todos tenham acesso à mesma informação;

▶ Utilize as redes sociais com moderação;

▶ Pratique exercícios físicos;

Pratica de exercícios

▶ Os exercícios liberam endorfina, serotonina e catecolaminas, que são substâncias que geram sensação de bem-estar, melhoram o humor e a sensação de prazer, além de facilitar o raciocínio e a memória o que propicia uma melhor disposição para executar as atividades do dia-a-dia.

▶ Obrigada!

x Mariana Lucia de Paiva



333

meet.google.com/bao-qhti-gwi?pli=1&authuser=1

mirian Lucia De Paiva está apresentando

Para melhorar sua condição de trabalho na presença da sua família

- ▶ Estabeleça um local de trabalho
- ▶ Mantenha um bom relacionamento com as pessoas na casa.
- ▶ Estabeleça e negocie horários de trabalho nos quais você precisará ficar concentrado(a) e estabeleça horários de lazer.

Sávio Luiz saiu da reunião

Personas (7)

- Sarah Santos (você)
- Associação Ágape
- Bruna Vitoria Dutra
- Jacinta Maria Santos
- mirian Lucia De Paiva (apresen...
- mirian Lucia De Paiva
- Nai Schuengue

13/05/2020 20:24

meet.google.com/bao-qhti-gwi?pli=1&authuser=1

mirian Lucia De Paiva está apresentando

Pratica de exercícios

- ▶ Os exercícios liberam endorfina, serotonina e catecolaminas, que são substâncias que geram sensação de bem-estar, melhoram o humor e a sensação de prazer, além de facilitar o raciocínio e a memória o que propicia uma melhor disposição para executar as atividades do dia-a-dia.

Personas (10)

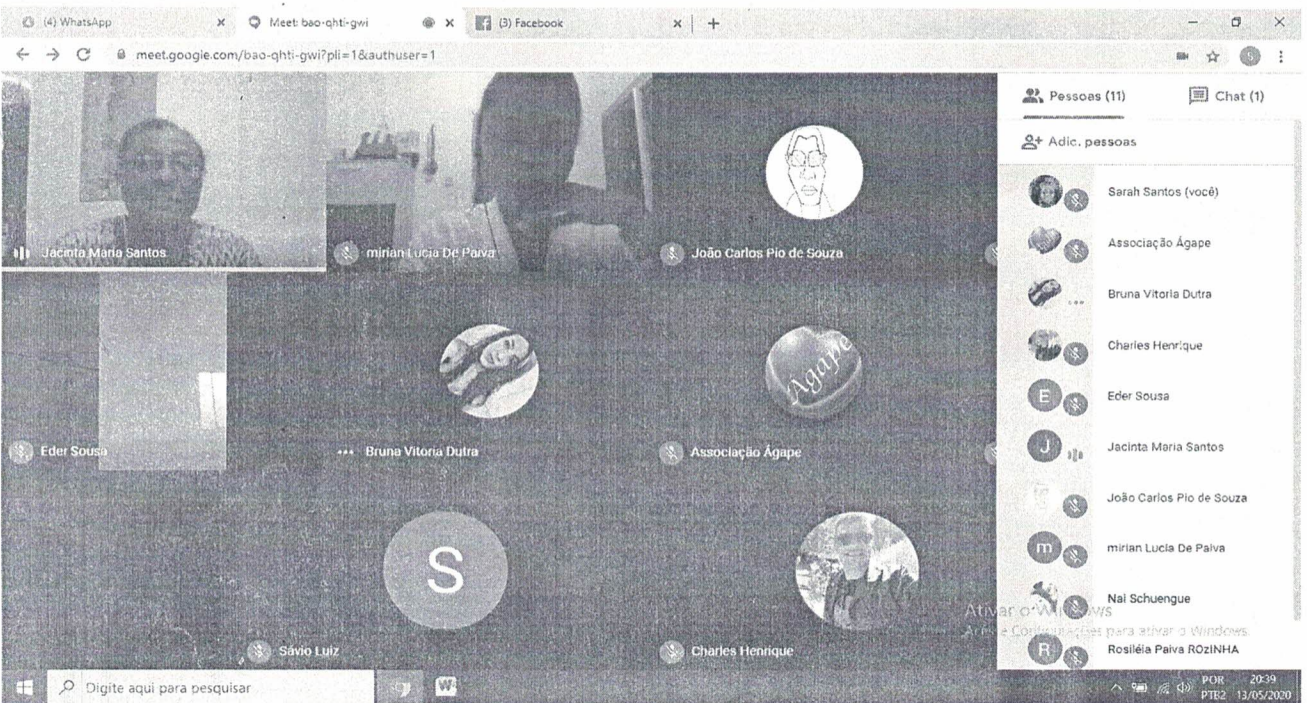
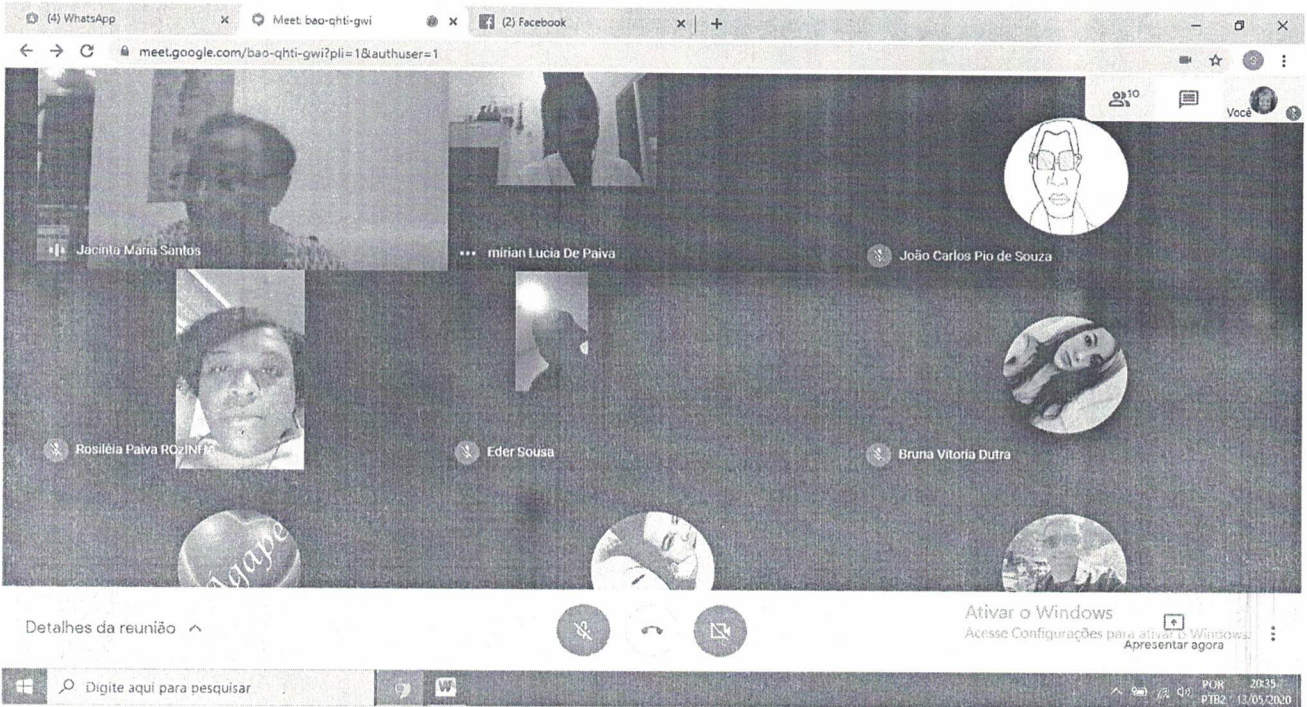
- Sarah Santos (você)
- Associação Ágape
- Bruna Vitoria Dutra
- Eder Souza
- Jacinta Maria Santos
- João Carlos Pio de Souza
- mirian Lucia De Paiva (apresen...
- mirian Lucia De Paiva
- Nai Schuengue
- Sávio Luiz

13/05/2020 20:28

+ Miriam Lucia de Paiva



234



Rua Retiro do Triunfo, nº 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

+ Miriam Lucia de Paiva

ASSOCIAÇÃO
COMUNITÁRIA



Lei de Utilidade Pública Municipal N° 4.977
de 13 de Novembro de 2018.
CNPJ – 30.677.589/0001-28
Termo de Fomento n° 012/2019

235

Rua Retiro do Triunfo, n° 11 – Bairro Retiro
Contagem/MG, CEP: 32.050-690 - Telefone : 3911-1518
agapenovacontagem@gmail.com

x *Miriam Lucia de Paiva*



Lista de Presença: 13 de maio 2020

1. Charles Henrique laboratoriodeengenharia@gmail.com
2. Miriam Lucia de Paiva mirinhapaiva2@yahoo.com.br
3. Rogério Andrade - rogerioandradenc81@gmail.com
4. João Carlos Pio de Souza- joao.pio@hotmail.com
5. Sarah Santos – sarahsantos0986@gmail.com
6. Rosiléia Paiva drarosileiavet@yahoo.com.br
7. 7 Iuri Moreira iurimoreirarg@hotmail.com
8. Bruna Vitoria Dutra Bvdutra31@gmail.com
9. Neusa Rodrigues neusarodrigues858@gmail.com
10. Nayara Suellen Suellennayara50@gmail.com
11. Jacinta Maria Dos Santo: {HYPERLINK" jmsantos.57@gmail.com}