

UBS JARDIM MARACÁ

Agosto/2026



Nome da Ação: Grupo de Saúde mental com Marachá

Descritivo da ação: Foi realizada uma ação em saúde mental com a participação do psiquiatra, abordando estratégias para o reconhecimento e a organização dos sentimentos, destacando a importância do cuidado multiprofissional. A atividade contou também com a participação da farmacêutica, que conduziu uma roda de chá utilizando a planta medicinal *Passiflora*, apresentando suas indicações, contraindicações e orientações para o uso seguro. Ao final, foi realizada a dinâmica "O que enche e o que esvazia seu copo?", proporcionando um momento de reflexão e compartilhamento entre os participantes sobre os fatores que contribuem para o bem-estar e aqueles que impactam negativamente a saúde mental, incentivando o autocuidado e a promoção da qualidade de vida.

Nº de Pessoas impactadas com a Ação: 32



Nome da Ação: Torneio de dominó

Descritivo da ação: PAI/UBS Maracá promoveu um Torneio de Dominó em comemoração ao Dia dos Pais, proporcionando um momento de integração, lazer e convivência entre os idosos. A atividade estimulou o raciocínio, a concentração, a socialização e o fortalecimento dos vínculos, promovendo bem-estar, alegria e valorização dos participantes

Nº de Pessoas impactadas com a Ação: 20



Nome da Ação: Bingo da Melhor Idade

Descritivo da ação: PAI/UBS Jd. Maracá e E-Multi UBS Jd. Lídia Foi realizado um bingo com os idosos, proporcionando um momento de interação social, lazer e convivência. A atividade contou também com a participação da fisioterapeuta da UBS Jd. Lídia, que conduziu exercícios de mobilidade, contribuindo para a promoção da saúde e do bem-estar dos participantes. A ação estimulou o raciocínio, a concentração, a atenção e a socialização, além de favorecer o fortalecimento dos vínculos entre os participantes. O momento foi marcado por alegria, descontração e integração, promovendo bem-estar, valorização e participação ativa dos idosos.

Nº de Pessoas impactadas com a Ação: 21



