

UBS Jardim Valquiria

Julho/2025



Nome da Ação: Grupo de Coluna - Coluna Ativa

Nº de Participantes: 15 PESSOAS



Fotos da Ação



Unidade: UBS Jardim Valquíria



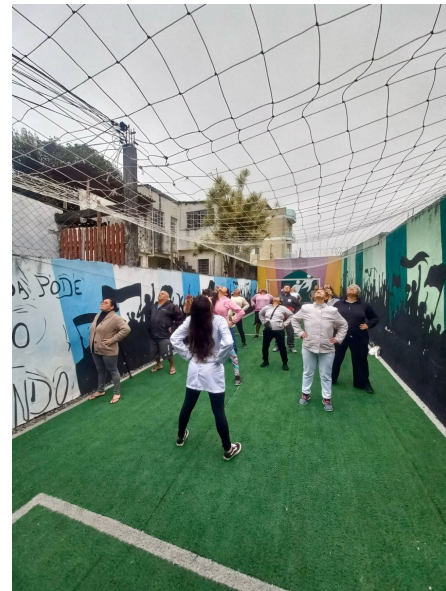
Data da Ação : 07/07/2025



Equipe Responsável : Educadora Física, Fisioterapeuta.



É uma atividade orientada por uma educadora física e uma fisioterapeuta, unindo o melhor do exercício físico com a reabilitação funcional para promover o alívio de dores, prevenção de lesões e melhora da qualidade de vida. Durante os encontros, os participantes realizam exercícios focados no fortalecimento da musculatura postural, alongamento, mobilidade da coluna e reeducação postural. A fisioterapeuta atua na avaliação individual, orientação terapêutica e na condução de técnicas específicas para quem já apresenta dores ou limitações. A educadora física, por sua vez, conduz os exercícios físicos de forma segura e adaptada, garantindo evolução progressiva e respeitando os limites de cada participante.



Nome da Ação: Grupo de Gestantes com Shantala: Toque que Conecta ❤️ 🧘

Nº de Participantes 7

📷 Fotos da Ação

🏠 Unidade: UBS Jardim Valquíria

📅 Data da Ação : 02/07/2025

👩‍⚕️ Equipe Responsável : Enfermeiras.

🧡 Em cada gesto de cuidado, uma nova mãe se forma. No nosso Grupo de Gestantes com Atividade de Shantala, criamos um espaço acolhedor onde o amor começa antes mesmo do nascimento. técnica milenar de massagem indiana para bebês, é ensinada às gestantes como uma forma de se prepararem para o vínculo afetivo com seus filhos. Mas mais do que uma prática de toque, é um momento de presença, escuta e conexão emocional, com o bebê e consigo mesma. Em um ambiente tranquilo e cheio de afeto, cada mulher aprende que o toque é mais do que técnica, é linguagem do coração.



Nome da Ação 🟡 Julho Amarelo no Bom Prato – Saúde do Homem em Foco!

Nº de Participantes 15

📷 Fotos da Ação

🏠 Unidade: UBS Jardim Valquíria

📅 Data da Ação : 16/07/2025

👥 Equipe Responsável : Educadora Física, Psicólogo, Enfermagem, ACS, Nutricionista, Fonoaudióloga, Médica.

📌 Realizamos uma ação de saúde no Bom Prato, com o objetivo de conscientizar a população sobre a importância da prevenção, diagnóstico precoce e tratamento das hepatites virais, em alusão à campanha Julho Amarelo.

Durante a ação, foram realizadas abordagens educativas com orientações sobre as formas de transmissão, sinais e sintomas, além da importância da vacinação e da realização de testes rápidos para detecção das hepatites B e C. O objetivo foi levar a saúde para mais perto de quem precisa, com escuta, acolhimento e acesso à informação de qualidade, tudo isso em um local de grande circulação e importância social como o Bom Prato.



Nome da Ação 🧓🧓 Grupo AMPI – Atenção Multiprofissional à Pessoa Idosa

Nº de Participantes 5

📷 Fotos da Ação

🏠 Unidade: UBS Jardim Valquíria

📅 Data da Ação : 23/07/2025

👥 Equipe Responsável : Assistente Social e Nutricionista.

📌 O Grupo AMPI foi um espaço de acolhimento, orientação e promoção da saúde voltado para pessoas idosas, com foco no cuidado integral e na valorização da autonomia, da convivência e da qualidade de vida. Com o acompanhamento de uma assistente social e uma nutricionista, o grupo trabalha temas importantes para o envelhecimento saudável, com escuta ativa, informação e atividades práticas. Nosso objetivo é que cada participante se sinta ouvido, valorizado e capaz de cuidar de si com mais segurança e autonomia.



