

Nome da Unidade : **UBS Jardim Macedônia**

Mês/Ano : 08/2025



Nome da Ação : Ginástica laboral

Nº de Participantes : 05



Descritivo da Ação: Prática de Exercícios rápidos com a equipe administrativa e demais colaboradores, com o intuito de melhorar postura, condicionamento físico e disposição.

Nome da Ação : Reunião Mensal Comissão Gerenciamento de Risco

Nº de Participantes : 08



Nome da Ação : Grupo Calcinha Seca

Nº de Participantes: 20



Descritivo da Ação: Orientações de exercícios pélvicos para prevenção e tratamento da incontinência urinária. Cantinho do auto cuidado com explicações sobre o programa e aferição de pressão de arterial e avaliação antropométrica.

Nome da Ação : Grupo Chá com Bolacha

Nº de Participantes: 12



Descritivo da Ação: Dinâmica de desenvolvimento e apresentação de receitas com aproveitamento integral dos alimentos. Cada participante preparou uma receita e apresentou ao grupo, tendo que adivinhar o ingrediente “oculto” em cada receita, estimulando a curiosidade, a atenção aos sabores e o aprendizado sobre o uso integral dos alimentos.

Nome da Ação: Grupo Mensal de gestantes/Agosto Dourado

Nº de Participantes : 08



Descritivo da Ação: Técnica de Shantala realizada pela fisioterapeuta Kelly Brenner, com seguimento do grupo tendo a entrega de certificados para crianças que realizaram somente aleitamento materno nos primeiros 6 meses de vida.

