

UBS JARDIM CAIÇARA

MARÇO/26



GRUPO: Descobrimos a Horta com Diversão e Saúde 🌱

4 Participantes



Ao chegar na UBS, o APA utilizou um mosquito da dengue como estratégia lúdica para chamar a atenção das crianças, iniciando uma conversa educativa sobre o tema. A partir dessa aproximação, foi possível criar vínculo com as crianças e dialogar com seus responsáveis, convidando-os para participar de uma atividade na horta da unidade. Durante a vivência, as crianças exploraram diferentes plantas, observando semelhanças, formatos e características de forma interativa. Em seguida, participaram da colheita de goiabas, tendo a oportunidade de provar a fruta, incentivando o contato com alimentos naturais. A atividade teve como objetivo tornar o ambiente da UBS mais acolhedor, especialmente para o público infantil, promovendo uma experiência positiva no espaço de saúde. A ação foi leve, divertida e bem recebida pelos participantes.

GRUPO: DEIXE A FUMAÇA PARA TRÁS

10 Participantes



Foi realizado o segundo encontro semanal do grupo de tabagismo, com o objetivo de apoiar os participantes na redução do consumo de tabaco. Durante o encontro, os participantes fizeram uso das medicações de reposição de nicotina e compartilharam suas experiências ao longo da semana, relatando as dificuldades enfrentadas, estratégias utilizadas para lidar com a vontade de fumar, além dos avanços e desafios no processo de redução do consumo. O momento foi marcado por escuta qualificada, troca de experiências, apoio mútuo e orientações da equipe, fortalecendo o vínculo e incentivando a continuidade no processo de cessação do tabagismo. Como estratégia complementar, foi realizada auriculoterapia, com aplicação de sementes em pontos específicos da orelha, auxiliando no controle da ansiedade e da vontade de fumar. Também foi ofertado chá de guaco, destacando seus benefícios como ação expectorante e broncodilatadora, sendo uma alternativa saudável ao consumo de café, já que alguns participantes relataram aumento da vontade de fumar associado à cafeína. Ao final da atividade, alguns participantes visitaram a horta da unidade, onde colheram folhas de guaco e levaram mudas para cultivo em casa, promovendo autonomia, autocuidado e práticas saudáveis no dia a dia. A atividade foi bem participativa, agradável e enriquecedora para todos os envolvidos.

GRUPO: TERAPIA

8 Participantes



Tema: Violência contra Mulheres. Realizada roda de conversa com orientações e sobre os tipos de violência, quais sinais de alertas e sobre canais e serviços de ajuda. Promovido debates como educação e conscientização para envolvimento da sociedade no combate à violência. Ofertado espaço seguro e escuta e acolhimento.

