

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

PLANEJAMENTO -DIA DO DESAFIO 27/5/15 CRSSUL

STS: Campo Limpo

Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
UBS Jd Marcelo	Liang Gong		x	
UBS Jd Marcelo	Tai Chi		x	
JD LIDIA	CAMINHADA	X		
JD LIDIA	GRUPO DE ATIVIDADE FISICA PARA TERCEIRA IDADE		X	
UBS PARAISOPOLIS	CAMINHADA E ALONGAMENTO NO CAMPO DO PALMEIRINHA	X		
Jd. Comercial	Alongamento			
Jd. Comercial	Caminhada			
Jd. Comercial	Corrida			
CECCO SANTO DIAS	Lian Gong	x		
CECCO SANTO DIAS	Dança Circular		x	
CECCO SANTO DIAS	Afromix	x		
UBS ARRASTÃO	ALONGAMENTO E EXERCÍCIOS NA PRAÇA COM FISIOTERAPEUTA NASF+ ACS FABIANO	x		
UBS Jardim Germania	Caminhada	X		
CAPS III ADULTO PARAISÓPOLIS	CAMINHADA/ALONGAMENTO	x		
UBS PARQUE REGINA	CAMINHADA	X		
UBS PARQUE REGINA	LIAN GONG	x		
UBS Campo Limpo	Movimente-se (Grupo de caminhada)			
UBS Campo Limpo	Alongamento para usuários			
UBS Campo Limpo	Alongamento para colaboradores			
CER Jd. Marcelo	Caminhada	x		
CTA PQ IPE	CAMINHADA	x		
CTA PQ IPE	TAI CHI CHUAN	x		
UBS VILA PREL	LIEN CHI HIPERDIA VERDE (ENFª INÊS)			
UBS VILA PREL	GRUPO PRÁTICA CORPORAL EDUCADOR FÍSICO + FISIO			
UBS VILA PREL	GRUPO ZUMBA - EDUCADOR FÍSICO			
Jd. Macedônia	Alongamento	x		

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

Jd. Macedônia	Caminhada	x		
Jd. Macedônia	Corrida	x		
Jardim Maracá	Treinamento Perfumado			
Jardim Maracá	Circuito de Dança			
UBS Jd. das Palmas	Orientações sobre Alongamento e Atividade Física	X		
UBS Jardim Olinda	Dança Circular		X	
UBS Jardim Olinda	Lien Chin + Dança Junina	X		
UBS Jardim Olinda	Relaxamento		X	
UBS Jardim Olinda	Caminhada	X		

STS: Capela do Socorro

Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	CAMINHADA	X		
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	ALONGAMENTO		X	
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	GRUPO DE DOR		X	
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	GRUPO DE ORIENTÇÃO DE POSTURA		X	
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	DANÇA CIRCULAR			X
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	JOGOS COOPERATIVOS		X	
UBS JARDIM TRÊS CORAÇÕES	GRUPO DE PAIS (Meu filho é diferente e agora?)			x
UBS JARDIM REPÚBLICA	LIAN GONG	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 01	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE Hiperdia/artesanato (07:00 às 08:00) - Equipe 02	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 03	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 04	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 05	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 06	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE HIPERDIA (A PARTIR DAS 14:00) - Equipe 07		X	
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE HIPERDIA (07:30 às 09:00) - Equipe 08	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE HIPERDIA (09:00 às 10:30) - Equipe 09	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 10	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE CAMINHADA (07:00 às 08:00) - Equipe 11	X		
UBS PQ. RES. COCAIA	GRUPO DE HIPERDIA (08:00 às 09:00) - Equipe 12	X		
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	AFROMIX CCA- ALONGAMENTO/ AEROBICOS - (ÁREA I)	X		
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	SAUDE DE ADOLESCENCIA ATIVA - (ÁREA III)	X		
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	HIPERDIA - (ÁREA III)		X	
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	HIPERDIA E RELAXAMENTO (ÁREA IV)		X	

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	SAUDE DA CRIANÇA COM DINAMICA (ÁREA IV)		X	
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	CAMINHA E ALONGAMENTO (ÁREA V)	X		
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	SAUDE ESCOLAR (AREA V)		X	
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	HIPERDIA(AREA VI)	X		
UBS JARDIM NOVO HORIZONTE	HIPERDIA E ALONGAMENTO (ÁREA VII)	X		
UBS Chácara do Sol	Caminhada	X		
UBS Chácara do Sol	Lien Chi	x		
UBS Chácara do Sol	Danças circulares		x	
UBS CHÁCARA SANTO AMARO	GRUPO DE ATIVIDADE FISICA	X		
STS: Santo Amaro-Cid Ademar				
Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
UBS VILA MISSIONÁRIA	ALONGAMENTO	X	X	
UBS CIDADE JULIA	CAMINHADA			
	ATIVIDADE FISICA NA ESCOLA			
UBS Vila Arriete	Dança Afromix e atividade educativa sobre atividade física	X		
	Momento de Consciência: importância da atividade física na qualidade de vida e saúde, em sala de espera		X	
UBS JARDIM UMUARAMA	ATIVIDADE FISICA/ALONGAMENTO (GRUPO MELHOR IDADE)	X		
	ATIVIDADE FISICA/ALONGAMENTO (USUÁRIOS/COLABORADORES NA UNIDADE)	X		
	ATIVIDADES FISICA JUNTO AS ESCOLAS DA REGIÃO	X		
UBS SÃO JORGE	caminhada	x		
	ginástica	x		
	grupo de dor	x		
	yoga		x	
UBS JARDIM NITERÓI	LIAN GONG	x		
	YOGA	x		
CEO Humberto Nastari	Dinâmica		x	
UBS JARDIM APURÁ	Grupo de Lian gong	x		
	grupo de dança		x	
	Grupo de loga		x	
	Grupo de alongamento	x		
AMA Missionária	Alongamento em sala de espera (UBS/AMA)	x		
AE/CER Pedreira	Grupo de Dor			
UBS LARANJEIRAS	Grupo de alongamento	x		
	Dinamica em grupo alongamento e aerobico		X	
	Grupo melhor idade	x		
UBS Jd Aeroporto	Liang Gong	x		
UBS Jd Aeroporto	dança para grupo idosos			x

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

CECCO SANTO AMARO	LIAN GONG	X		
CECCO SANTO AMARO	FUTEBOL	X		
CECCO SANTO AMARO	CAMINHADA		X	
CR DST/AIDS SANTO AMARO	Aula: Lombalgia e cuidados com a coluna	x	x	
Ursi Santo Amaro	Dança Sênior	x		
Ursi Santo Amaro	Liang Gong	x		
Caps III Largo 13	Prática de Futebol	X		
	Grupo Educativo: atividade física e saúde mental		X	
STS: M'Boi Mirim				
Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
STS: MBM	Ginástica laboral	X		
CAPS AD III Jardim Ângela	Futebol/Gincana/Caminhada	X	X	X
CAPS II Adulto M' Boi Mirim	Ginástica/ Caminhada/ Alongamento	X	X	X
CAPS II Adulto M' Boi Mirim	Atividades lúdicas – Gincanas	X	X	X
CAPS II Adulto M' Boi Mirim	Dança circular	X	X	X
CAPS Infantil II M' Boi Mirim	Caminhada/Alongamento/Atividade desportiva	X	X	X
CECCO Guarapiranga	Tai Chi Chuan/ Caminhada	X		X
CER IV M' Boi Mirim	Alongamento/Relaxamento/Lian Gong	X		X
UAD MBM	Alongamento	X	X	
UBS Alto da Riviera	Alongamento/Caminhada/Relaxamento	X		
UBS Brasília	Alongamento	X		
UBS Brasília	Ioga/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Brasília	Caminhada	X		
UBS Brasília	Ioga/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Brasília	Ginástica laboral		X	
UBS Chácara Santa Maria	Alongamento/Afromix/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Chacara Santana	Caminhada	X		
UBS Chacara Santana	Alongamento	X		
UBS Chacara Santana	Liang gong	X		
UBS Chacara Santana	Caminhada	X		
UBS Chacara Santana	Atividade recreativa			X
UBS Chacara Santana	Alongamento			X
UBS Cidade Ipava	Alongamento	X		
UBS Horizonte Azul	Ginástica dos funcionarios	X		X
UBS Horizonte Azul	Ginástica sala de espera	X		X
UBS Horizonte Azul	Atividade sala de espera			X
UBS Integral Vera Cruz	Caminhada/ alongamento/ Tai chi pai lin/ Desafio da Corda	X	X	X

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

UBS Jardim Alfredo	Zumba	X		
UBS Jardim Alfredo	Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Jardim Alfredo	Jogos e Brincadeiras		X	
UBS Jardim Alfredo	Pilates			X
UBS Jardim Alfredo	Dança Circular			X
UBS Jardim Aracati	Caminhada/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Jardim Caiçara	Caminhada/Alongamento	X	X	
UBS Jardim Capela	Caminhada/Alongamento	X		
UBS Jardim Celeste	Fortalecimento / Alongamento	X		
UBS Jardim Celeste	Alongamento			X
UBS Jardim Celeste	Ginástica laboral	X		
UBS Jardim Coimbra	Alongamento/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Jardim Guarujá	Caminhada/ Liang Gong/ Alongamento	X		
UBS Jardim Herculano	Lian Gong	X		
UBS Jardim Kagohara	Alongamento/Caminhada	X		
UBS Jardim Nakamura	Caminhada/ Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Jardim Paranapanema	Alongamento/ Tai Chi Pai Lin/ Dança	X	X	X
UBS Jardim Santa Margarida	Alongamento/Caminhada/Lian Gong	X	X	X
UBS Jardim Souza	Dança circular			X
UBS Jardim Souza	Alongamento	X		
UBS Jardim Souza	Percepção corporal	X		
UBS Jardim Souza	Caminhada	X		
UBS Jardim Souza	Tai chi pai lin	X		
UBS Jardim Thomas	Dança/ Tai Chi Pai Lin	X	X	
UBS Jardim Thomas	Jogos e brincadeiras	X		
UBS Jardim Thomas	Zumba	X		
UBS Jardim Thomas	Ioga		X	
UBS Jardim Thomas	Bem estar / Pilates		X	
UBS Jardim Thomas	Dança circular			X
UBS Novo Caminho	Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Novo Caminho	Tai Chi Pai Lin		X	
UBS Novo Jardim	Caminhada/Alongamento/Fortalecimento Muscular da UBS	X	X	X
UBS Novo Jardim	Caminhada	X	X	
UBS Parque dos Lago	Caminhada/ Tai Chi Pai Lin/Alongamento	X		
UBS Parque Figueira Grande	Caminhada	X		
UBS Parque Figueira Grande	Tai Chi Pai Lin	X		
UBS Parque Figueira Grande	Alongamento		X	
UBS Parque Figueira Grande	Ginástica Laboral			X
UBS Parque Novo Santo Amaro	Caminhada/ Tai chi pai lin/ Alongamento	X		

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

UBS Parque Santo Antônio	Caminhada	X		
UBS Parque Santo Antônio	Futebol		X	
UBS Parque Santo Antônio	Atividade Funcional			X
UBS Parque Santo Antônio	Alongamento (Cuidando da dor)	X		
UBS Santa Lúcia	Lian Gong/Afromix	X		
UBS Vila Calú	Caminhada	X		
UBS Vila das Belezas	Caminhada	X		
UBS Vila das Belezas	Caminhada	X		
UBS Vila das Belezas	Alongamento		X	
UBS Zumbi dos Palmares	Caminhada	X		
UBS Zumbi dos Palmares	Tai Chi Pai Lin		X	
UBS Zumbi dos Palmares	Alongamento		X	
UBS Zumbi dos Palmares	Alongamento		X	
UBS Zumbi dos Palmares	Tai Chi Pai Lin	X		

STS: Parelheiros

Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
UBS Jardim das Fontes	caminhada / ginastica	x		
UBS Vila Marcelo	CAMINHADA/ALONGAMENTO	x		
UBS Santa Fé	Grupo de Atividade Física - Agita Santa Fé.	x		
UBS Dom Luciano Bergamin	Lian Gong	x		
UBS Embura	Atividade Física e Dança	x		
UBS Parelheiros	grupo de idoso	x		
UBS Recanto Campo Belo	Alongamento / Ginástica	x		
UBS Recanto Campo Belo	Circuito (aeróbico)	x		
UBS Recanto Campo Belo	grupo de postura e movimento		x	
UBS Recanto Campo Belo	ginástica laboral	x		
UBS Jardim Iporã	Grupo de ginastica	x		
UBS Vargem Grande	GRUPO DE CAMINHADA E ALONGAMENTO	x		
UBS Vila Roschel	Grupo Terapia sem Dor	x		
UBS Vila Roschel	Alongamento em Sala de Espera	x	x	
UBS Jardim Campinas	dança circular	x		
UBS Colônia	caminhada, alongamento	x		
UBS Marsilac	Na praça	x		

Coordenadoria Sul

Unidade	Atividade Física/Prática Corporal	1º p.	2º p.	3º p.
----------------	--	--------------	--------------	--------------

**SECRETARIA MUNICIPAL DA SAÚDE
COORDENAÇÃO DA ATENÇÃO BÁSICA**

**PLANILHA PARA INFORME DE ATIVIDADES FÍSICAS
NAS UNIDADES NO DIA 27 DE MAIO - DIA DO DESAFIO**

Auditório da CRS Sul	Dança Circular		x	
----------------------	----------------	--	---	--