

PLANO PERCURSO

SCFV PARA MULHERES

2026

SCFV
• PARA MULHERES •
FORTALECER • ACOLHER • TRANSFORMAR

PREFEITURA MUNICIPAL DE IPIRANGA
GESTÃO 2025-2028

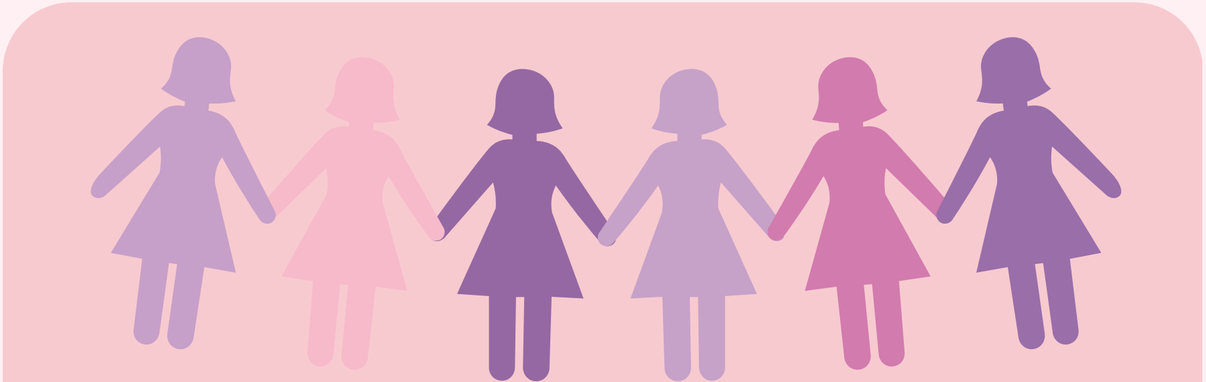
SECRETARIA MUNICIPAL DE ESPORTE E LAZER

PLANO DE PERCURSO VOLTADO ÀS MULHERES
PERÍODO: JULHO A DEZEMBRO
ENCONTROS QUINZENAIS

INTRODUÇÃO

O PRESENTE PLANO TEM COMO FINALIDADE PROMOVER ESPAÇOS DE ACOLHIMENTO, CONVIVÊNCIA, FORTALECIMENTO EMOCIONAL E DESENVOLVIMENTO PESSOAL DAS MULHERES PARTICIPANTES.
AS AÇÕES SERÃO REALIZADAS DE FORMA QUINZENAL, PROPORCIONANDO MOMENTOS DE TROCA DE EXPERIÊNCIAS, REFLEXÃO, ORIENTAÇÃO E FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS FAMILIARES E COMUNITÁRIOS.

AS ATIVIDADES BUSCARÃO VALORIZAR O PROTAGONISMO FEMININO, INCENTIVAR O AUTOCUIDADO, AMPLIAR O CONHECIMENTO SOBRE DIREITOS SOCIAIS E PROMOVER O BEM-ESTAR FÍSICO, EMOCIONAL E SOCIAL DAS PARTICIPANTES, ATRAVÉS DE OFICINAS, RODAS DE CONVERSA, DINÂMICAS E ATIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS.



OBJETIVO GERAL

PROMOVER AÇÕES SOCIOASSISTENCIAIS VOLTADAS ÀS MULHERES, FORTALECENDO VÍNCULOS SOCIAIS E FAMILIARES, INCENTIVANDO O PROTAGONISMO FEMININO, A AUTOESTIMA, O ACESSO À INFORMAÇÃO E A GARANTIA DE DIREITOS.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- DESENVOLVER AÇÕES DE ACOLHIMENTO E CONVIVÊNCIA SOCIAL;
- INCENTIVAR O FORTALECIMENTO DA AUTOESTIMA E AUTONOMIA FEMININA;
- PROMOVER ESPAÇOS DE ESCUTA, DIÁLOGO E TROCA DE EXPERIÊNCIAS;
- INFORMAR SOBRE DIREITOS SOCIAIS E REDE DE PROTEÇÃO À MULHER;
- INCENTIVAR O AUTOCUIDADO E A SAÚDE FÍSICA E EMOCIONAL; FORTALECER VÍNCULOS FAMILIARES E COMUNITÁRIOS;
- REFLETIR SOBRE MATERNIDADE, CUIDADO E RELAÇÕES FAMILIARES;
- INCENTIVAR A INSERÇÃO E VALORIZAÇÃO DA MULHER NO MERCADO DE TRABALHO;
- VALORIZAR A PARTICIPAÇÃO DA MULHER NO AGRONEGÓCIO E NO MEIO RURAL;
- ESTIMULAR O PROTAGONISMO E PARTICIPAÇÃO SOCIAL DAS MULHERES;
- PROMOVER AÇÕES PREVENTIVAS RELACIONADAS À VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER.



METODOLOGIA

"NÃO SUBESTIME UMA MULHER QUE CONHECE E DOMINA A PRÓPRIA FORÇA".



A METODOLOGIA PROPOSTA BUSCA DESENVOLVER AÇÕES CONTINUADAS QUE VALORIZEM A IDENTIDADE FEMININA, INCENTIVEM O PROTAGONISMO SOCIAL E FORTALEÇAM VÍNCULOS FAMILIARES E COMUNITÁRIOS, RESPEITANDO A TRAJETÓRIA, CULTURA, VIVÊNCIAS E SINGULARIDADES DE CADA PARTICIPANTE.
AS ATIVIDADES DEVEM OCORRER DE MANEIRA PARTICIPATIVA, DINÂMICA E HUMANIZADA, ESTIMULANDO O DIÁLOGO, A TROCA DE EXPERIÊNCIAS E A CONSTRUÇÃO COLETIVA DO CONHECIMENTO.

OS ENCONTROS TERÃO BASE NA PARTICIPAÇÃO ATIVA DAS MULHERES, UTILIZANDO ESTRATÉGIAS QUE FAVOREÇAM O DIÁLOGO, A REFLEXÃO E O FORTALECIMENTO COLETIVO.

PODERÃO OCORRER SEMANAL OU QUINZENALMENTE, COM DURAÇÃO APROXIMADA DE 1H30 A 2H, ORGANIZADOS EM RODAS DE CONVERSA, OFICINAS, DINÂMICAS, PALESTRAS, VIVÊNCIAS E ATIVIDADES PRÁTICAS.

AS AÇÕES DEVERÃO CONSIDERAR A REALIDADE SOCIAL, ECONÔMICA, CULTURAL E FAMILIAR DAS PARTICIPANTES, GARANTINDO UM AMBIENTE ACOLHEDOR, RESPEITOSO E SEGURO.

ACOLHIMENTO E ESCUTA

O ACOLHIMENTO SERÁ O PONTO INICIAL DE CADA ENCONTRO, PROMOVENDO UM ESPAÇO SEGURO PARA FALA, ESCUTA E PARTILHA DE EXPERIÊNCIAS.





CRONOGRAMA:

- RODAS DE CONVERSA;
- INTEGRAÇÃO SOCIAL;
- ATIVIDADES DE FORTALECIMENTO GRUPAL;
- ESPAÇOS DE FALA LIVRE E EXPRESSÃO EMOCIONAL.

OBJETIVO:

FORTALECER VÍNCULOS, ESTIMULAR PERTENCIMENTO E PROMOVER APOIO MÚTUO ENTRE AS PARTICIPANTES.

SALFORD & CO.

AUTONOMIA E AUTOESTIMA FEMININA

AS ATIVIDADES TRABALHARÃO O RECONHECIMENTO DAS POTENCIALIDADES, CAPACIDADES E IDENTIDADE DE CADA MULHER.

CRONOGRAMA:

- QUEM SOU EU;
- VALORIZAÇÃO PESSOAL; AUTOCUIDADO;
- INDEPENDÊNCIA EMOCIONAL; CONSTRUÇÃO DA AUTOCONFIANÇA;
- SUPERAÇÃO DE INSEGURANÇAS;
- PROJETO DE VIDA.

OBJETIVO:

DESENVOLVER CONFIANÇA, SEGURANÇA E VALORIZAÇÃO PESSOAL.

ESPAÇO ROSA



O ESPAÇO ROSA SERÁ UM SALÃO DE BELEZA SOLIDÁRIO, REALIZADO POR VOLUNTÁRIOS COMO FORMA DE AÇÃO SOCIAL, PROMOVENDO CUIDADO, AUTOESTIMA E ACOLHIMENTO PARA AS MULHERES DA NOSSA COMUNIDADE



PROJETO

CONEXÃO

TRANSMITE A CONEXÃO DA MULHER CONSIGO MESMA, COM A FAMÍLIA, COM OS VÍNCULOS AFETIVOS E COM A MATERNIDADE, VALORIZANDO QUEM ELA É EM TODAS AS ÁREAS DA VIDA.

FAMÍLIA

FORTALECIMENTO DOS VÍNCULOS FAMILIARES, O DIÁLOGO, O RESPEITO E A CONVIVÊNCIA SAUDÁVEL NO DIA A DIA.





MATERNIDADE

PROMOVER MOMENTOS DE TROCA DE EXPERIÊNCIAS, APOIO EMOCIONAL E REFLEXÃO SOBRE OS DESAFIOS E APRENDIZADOS DA MATERNIDADE.

AFETIVIDADE

DESENVOLVER ATIVIDADES SOBRE EMOÇÕES, RELAÇÕES SAUDÁVEIS, EMPATIA, CARINHO E A IMPORTÂNCIA DOS VÍNCULOS AFETIVOS.

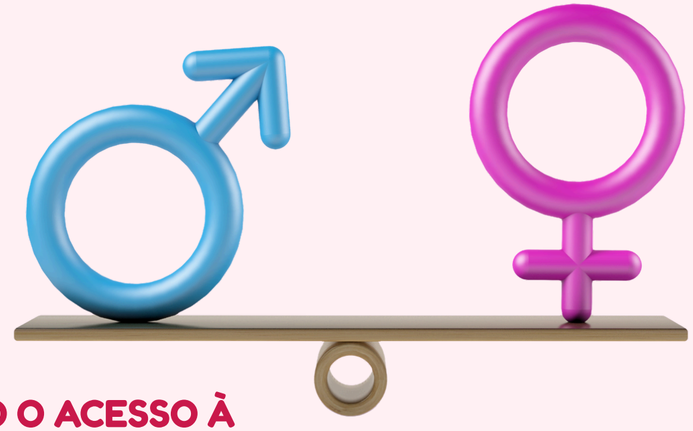




VALORIZAÇÃO

INCENTIVAR A AUTOESTIMA, O AUTOCUIDADO, A CONFIANÇA E O RECONHECIMENTO DAS QUALIDADES E POTENCIALIDADES DE CADA MULHER.

DIREITOS DA MULHER E PROTAGONISMO FEMININO



AS AÇÕES PROMOVERÃO O ACESSO À INFORMAÇÃO SOBRE DIREITOS, CIDADANIA E PARTICIPAÇÃO SOCIAL.

CRONOGRAMA:

- DIREITOS DA MULHER;
- VIOLÊNCIA CONTRA A MULHER;
- REDE DE PROTEÇÃO;
- IGUALDADE DE GÊNERO;
- PARTICIPAÇÃO SOCIAL;
- EMPODERAMENTO FEMININO;
- LIDERANÇA FEMININA.
- PALESTRAS INFORMATIVAS;
- DEBATES E RODAS DE CONVERSA;
- ESTUDO DE CASOS;
- DINÂMICAS REFLEXIVAS;
- PARTICIPAÇÃO EM CAMPANHAS SOCIAIS;
- PRODUÇÃO DE MATERIAIS EDUCATIVOS.

OBJETIVO:

FORTALECER O CONHECIMENTO SOBRE DIREITOS E INCENTIVAR O PROTAGONISMO FEMININO NA SOCIEDADE.



MULHER NO MERCADO DE TRABALHO



BUSCA INCENTIVAR A INDEPENDÊNCIA FINANCEIRA, VALORIZAÇÃO PROFISSIONAL E RECONHECIMENTO DAS CAPACIDADES PRODUTIVAS DAS MULHERES.

OBJETIVO:

ESTIMULAR AUTONOMIA FINANCEIRA E AMPLIAR PERSPECTIVAS PROFISSIONAIS.

CRONOGRAMA:

- EMPREGABILIDADE;
- EMPREENDEDORISMO;
- TRABALHO INFORMAL;
- SONHOS E OBJETIVOS PROFISSIONAIS.
- INCENTIVO A CURSOS PROFISSIONALIZANTES;
- SIMULAÇÕES DE ENTREVISTAS;
- CONSTRUÇÃO DE CURRÍCULO;
- RODAS DE CONVERSA COM PROFISSIONAIS;
- OFICINAS DE GERAÇÃO DE RENDA;
- PLANEJAMENTO FINANCEIRO BÁSICO.



PROJETO

SEMENTES

VALORIZAÇÃO DO PAPEL DA MULHER NO CAMPO E SUA CONTRIBUIÇÃO ECONÔMICA, FAMILIAR E SOCIAL.

MULHER NO AGRONEGÓCIO E NO MEIO RURAL

OBJETIVO:

RECONHECER E VALORIZAR O PROTAGONISMO DA MULHER NO AGRONEGÓCIO E NO MEIO RURAL.

CRONOGRAMA:

- MULHER AGRICULTORA;
- TRABALHO FEMININO RURAL;
- AGRICULTURA FAMILIAR;
- SUSTENTABILIDADE;
- EMPREENDEDORISMO RURAL;
- SABERES TRADICIONAIS.
- TROCA DE EXPERIÊNCIAS;
- OFICINAS PRÁTICAS;
- VISITAS E PALESTRAS;
- FEIRAS E EXPOSIÇÕES;
- RESGATE CULTURAL;
- ATIVIDADES SOBRE PRODUÇÃO RURAL E ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL.



SAÚDE FÍSICA E SAÚDE EMOCIONAL

AS AÇÕES SERÃO VOLTADAS AO CUIDADO INTEGRAL DA MULHER, CONSIDERANDO CORPO, MENTE E EMOÇÕES.

CRONOGRAMA:

- SAÚDE DA MULHER;
- SAÚDE MENTAL;
- ANSIEDADE E ESTRESSE;
- AUTOEXAME;
- QUALIDADE DE VIDA;
- ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL;
- EXERCÍCIOS FÍSICOS;
- INTELIGÊNCIA EMOCIONAL;
- ALONGAMENTOS E PRÁTICAS CORPORAIS;
- RELAXAMENTO E RESPIRAÇÃO;
- OFICINAS DE AUTOCUIDADO;
- CAMINHADAS E ATIVIDADES FÍSICAS;
- PALESTRAS COM PROFISSIONAIS;
- DINÂMICAS EMOCIONAIS;

OBJETIVOS:

PROMOVER BEM-ESTAR FÍSICO, EMOCIONAL E FORTALECIMENTO DA SAÚDE INTEGRAL.



ESTRATÉGIAS PEDAGÓGICAS

- DINÂMICAS DE GRUPO;
- MOMENTOS DE LAZER;
- MÚSICA E EXPRESSÃO CORPORAL;
- ARTESANATO;
- OFICINAS PRÁTICAS (CURTO PRAZO);
- VÍDEOS/FILMES EDUCATIVOS;
- TRABALHOS MANUAIS;
- RELAXAMENTO;
- ATIVIDADES CULTURAIS;
- PALESTRAS E VIVÊNCIAS.



CALENDÁRIO ANUAL

JAN

RECOMEÇO

TEMA: NOVO COMEÇO NOVAS POSSIBILIDADES

"MOTIVAR MULHERES A ACREDITAR EM RECOMEÇOS"

PARTICIPANTES ESCREM UM SONHO OU META PARA O ANO

FEV

AUTOESTIMA

TEMA: RECONHECENDO MEU VALOR

"FORTALECER AMOR PROPRIO"

DINAMICA DE GRUPO: ENFRENTANDO O ESPELHO

MAR

FAMILIA E MATERNIDADE

TEMA: RELAÇÕES FAMILIARES SAUDAVEIS

"FORTALECER VÍNCULOS FAMILIARES"

TROCA DE EXPERIENCIAS ENTRE PARTICIPANTES

ABR

SUPERAÇÃO

TEMA: PARTILHA DE SUPERAÇÃO

"TROCA DE EXPERIENCIAS ENTRE AS PARTICIPANTES"

TROCA DE EXPERIENCIAS ENTRE PARTICIPANTES

MAI

AUTOCUIDADO

TEMA: CUIDAR DE SI TAMBÉM É NECESSARIO

"INCENTIVAR O CUIDADO COM CORPO E MENTE"

TARDE DE BELEZA (ESPAÇO ROSA)

JUN

AUTONOMIA FINANCEIRA

TEMA: CAMINHOS PARA GERAR RENDA

"INCENTIVAR INDEPENDÊNCIA FINANCEIRA"

PALESTRAS SOBRE PEQUENOS NEGÓCIOS E OFICINAS DE ARTESANATO

CALENDÁRIO ANUAL

JUL

ACOLHIMENTO

TEMA: ESCUTA E RODAS DE CONVERSAS

"ORIENTAR AS MULHERES SOBRE DENUNCIAS E ONDE BUSCAR AJUDA"

PARTICIPAÇÃO NA CAMINHA DO MEIO-DIA (COMBATE AO FMINICIDIO

AGO

DIREITOS DA MULHER

TEMA: CONHECER PARA SE PROTEGER

"ORIENTAR SOBRE DIREITOS E REDE DE APOIO"

CONVERSAS COM ASSISTENTES SOCIAIS, PSICOLÓGOS OU PROFISSIONAIS DA AEREA

SET

SAÚDE EMOCIONAL

TEMA: CUIDANDO DA MENTE

"ORIENTAÇÕES SOBRE ANSIEDADE, SOBRECARGA E DEPRESSÃO"

EXERCICIOS DE RESPIRAÇÃO E JOGOS DE EMOÇÕES

OUT

SAÚDE DA MULHER

TEMA: PREVENÇÃO E CUIDADO

"ORIENTAÇÕES, CAMPANHA OUTUBRO ROSA"

CONVERSA COM PROFISSIONAIS DA SAÚDE AUXILIO E ORIENTAÇÕES SOBRE O AUTOEXAME

NOV

RELACIONAMENTO

TEMA: LAÇOS E AFETIVIDADE

"FORTALECER VÍNCULOS E INCENTIVAR RELAÇÕES SAUDÁVEIS."

PARTILHA DE HISTÓRIAS SOBRE RELACIONAMENTOS E PRIMEIRO AMOR

DEZ

CONFRATERNIZAÇÃO

TEMA: CELEBRAÇÃO E UNIÃO EM GRUPO

"VALORIZAÇÃO E FORTALECIMENTO DOS VÍNCULOS ENTRE AS PARTICIPANTES."

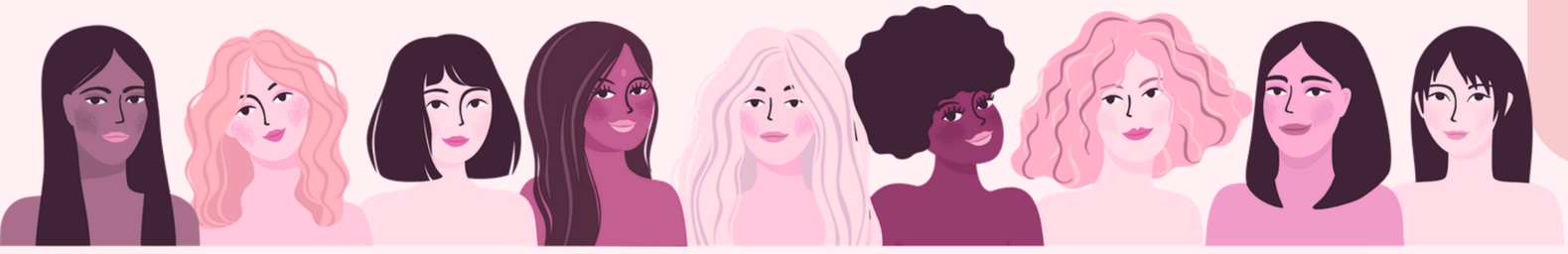
AMIGO SECRETO COM MENSAGENS DE CARINHO E MOMENTO DE PARTILHA

AS AÇÕES PREVISTAS NO CALENDÁRIO ANUAL FORAM DEFINIDAS COM APOIO E ALINHAMENTO DA PRIMEIRA-DAMA DO MUNICÍPIO DE IPIRANGA MARÍLIA DE CAMARGO CRUZ



"SEJA A MULHER QUE FAZ OUTRAS MULHERES ACREDITAREM NELAS MESMAS "

MARÍLIA DE CAMARGO CRUZ



REGISTRO DAS AÇÕES



OBSERVAÇÕES

- PARTICIPAÇÃO E ENVOLVIMENTO DAS MULHERES;
- DESENVOLVIMENTO DA AUTONOMIA;
- FORTALECIMENTO DOS VÍNCULOS;
- INTERAÇÃO GRUPAL;
- RELATOS E PERCEPÇÕES DAS PARTICIPANTES;
- EVOLUÇÃO EMOCIONAL E SOCIAL;
- INTERESSE E PERMANÊNCIA NAS AÇÕES;
- REGISTROS FOTOGRÁFICOS;
- RELATÓRIOS MENSAIS;
- LISTA DE PRESENÇA;
- AVALIAÇÕES COLETIVAS;
- FEEDBACK ORAL DAS PARTICIPANTES.

RESULTADOS ESPERADOS



ESPERA-SE QUE AS PARTICIPANTES:

- DESENVOLVAM MAIOR AUTOESTIMA E AUTONOMIA;
- FORTALEÇAM VÍNCULOS FAMILIARES E COMUNITÁRIOS;
- CONHEÇAM SEUS DIREITOS;
- SINTAM-SE VALORIZADAS E ACOLHIDAS;
- DESENVOLVAM PROTAGONISMO SOCIAL;
- FORTALEÇAM A SAÚDE EMOCIONAL;
- AMPLIEM PERSPECTIVAS PROFISSIONAIS;
- PARTICIPEM ATIVAMENTE DA COMUNIDADE;
- RECONHEÇAM SUA IMPORTÂNCIA NA FAMÍLIA, NO TRABALHO E NA SOCIEDADE.

CONCLUSÃO



O TRABALHO COM MULHERES NO SCFV REPRESENTA UMA IMPORTANTE ESTRATÉGIA DE FORTALECIMENTO SOCIAL, EMOCIONAL E COMUNITÁRIO.

ATRAVÉS DE AÇÕES ACOLHEDORAS, PARTICIPATIVAS E EDUCATIVAS, BUSCA-SE PROMOVER ESPAÇOS DE CONVIVÊNCIA, TROCA DE EXPERIÊNCIAS E DESENVOLVIMENTO HUMANO, VALORIZANDO O PROTAGONISMO FEMININO E CONTRIBUINDO PARA UMA SOCIEDADE MAIS JUSTA, IGUALITÁRIA E ACOLHEDORA PARA TODAS AS MULHERES.

O PRESENTE PLANO DE PERCURSO FOI ELABORADO COM FOCO NO DESENVOLVIMENTO SOCIAL, EMOCIONAL E COMUNITÁRIO DAS PARTICIPANTES, PROMOVENDO AÇÕES VOLTADAS À AUTOESTIMA, AUTONOMIA, FORTALECIMENTO DE VÍNCULOS E GARANTIA DE DIREITOS.

SCFV
• PARA MULHERES •
FORTALECER • ACOLHER • TRANSFORMAR
Juntas somos mais fortes!

"QUANDO UMA MULHER RECONHECE SUA FORÇA, TRANSFORMA SUA HISTÓRIA, SUA FAMÍLIA E A COMUNIDADE AO SEU REDOR.
QUE ESTE PERCURSO SEJA APENAS O COMEÇO DE NOVAS CONQUISTAS."

L.F

ELABORAÇÃO E ORGANIZAÇÃO METODOLÓGICA:
LORENA FERREIRA – OFICINEIRA/FACILITADORA DO SCFV.



PREFEITURA MUNICIPAL DE
IPIRANGA
GESTÃO 2025-2028
SECRETARIA MUNICIPAL DE ASSISTÊNCIA SOCIAL