

Solar
Bezerra de
Menezes

20
24

PLANO DE
ATIVIDADES





EXPANDINDO HORIZONTES



Em 2024, ampliaremos nossas iniciativas, diversificando as atividades socioeducativas para atender de forma mais abrangente às necessidades das comunidades, aumentando o número de beneficiados e expandindo nosso impacto positivo na região.

Acreditamos no poder de transformação social da cultura, e, por isso, intensificaremos nosso comprometimento nessa área com a criação do "Solar Cultural", um espaço dedicado ao estímulo, descoberta de talentos e senso de pertencimento.

Almejamos enriquecer vidas, fortalecer os laços comunitários e promover atividades econômicas por meio da introdução artística e eventos culturais.

Algumas das atividades que visamos ofertar:

- Teatro;
- Pintura;
- Oficina de Produção de Texto;
- Biblioteca comunitária;
- Artesanato Upcycling (em parceria com o Bazar da instituição);
- Marketing Digital na potencialização de empreendimentos;

Expressamos nossa gratidão a todos que têm caminhado conosco até o momento e ansiamos pelas oportunidades e desafios que o ano de 2024 nos apresentará.

***“Juntos, alcançaremos a realização
dos nossos propósitos.”***

Bezerra de Menezes



ATELIÊ INFANTIL

Atividades de Arte e Ludicidade por meio de técnicas artesanais e artísticas diversas

Estímulo a criatividade:

- Diversidade de formas de arte amplia o repertório criativo da criança.

Expressão Emocional:

- Arte oferece plataforma segura para expressar emoções de maneira não verbal.
- Contribui para entendimento e gestão saudável de sentimentos complexos.

Aprimoramento da Coordenação Motora

- Manipulação de materiais artísticos fortalece coordenação motora fina.

Autoestima e Confiança

- Ver suas criações ganharem forma contribui para senso de realização.
- Desenvolvimento da autoestima e confiança nas habilidades individuais.

Socialização e Colaboração

- Atividades artísticas em grupo promovem socialização e colaboração.
- Oportunidade para compartilhar ideias, respeitar perspectivas diferentes e trabalhar em equipe.



Solar
Bezerra de
Menezes



SABORES DA INFÂNCIA

Atividades de Culinária Infanto-Juvenil

Aprendizado sobre nutrição:

- Participar de atividades culinárias proporciona uma oportunidade educativa para as crianças aprenderem sobre ingredientes, nutrição e a importância de uma dieta equilibrada.

Desenvolvimento Cognitivo:

- Participar de atividades culinárias proporciona uma oportunidade educativa para as crianças aprenderem sobre ingredientes, nutrição e a importância de uma dieta equilibrada.

Estímulo Sensorial:

- O contato com diferentes texturas, aromas e sabores durante o preparo dos alimentos enriquece a experiência sensorial das crianças.

Autonomia e Responsabilidade:

- Envolvimento na culinária promove a autonomia, ensinando as crianças a serem responsáveis por tarefas como organização, limpeza e segurança na cozinha.

PARCERIA:





MUSICALIDADE

Atividades de Musicalização e Canto

Estímulo sensorial:

- A musicalização proporciona uma rica experiência sensorial, envolvendo audição, ritmo e percepção tátil, contribuindo para o desenvolvimento sensorial da criança.

Desenvolvimento da Linguagem:

- Exposição a diferentes tipos de música amplia o vocabulário e estimula a compreensão da linguagem, favorecendo a comunicação verbal.

Memória e Concentração

- A prática musical requer memorização de padrões e concentração, fortalecendo a capacidade de foco e a memória da criança.

Trabalho em Equipe:

- Cantar em grupo requer colaboração, ensinando as crianças sobre trabalho em equipe, respeito mútuo e a importância de contribuir para um objetivo comum.



Solar
Bezerra de
Menezes



PARCERIA:



EXPRESSÃO CORPORAL

Ballet Clássico e Jazz Dance

Desenvolvimento Motor:

- A prática da dança aprimora a coordenação motora, refinando os movimentos e fortalecendo a musculatura da criança.

Disciplina e foco:

- A prática regular de dança requer disciplina, promovendo a capacidade da criança de manter o foco e seguir instruções.

Autoconfiança:

- Conquistar habilidades de dança e apresentar-se em público promove a construção da autoconfiança e autoestima.

Expressão Corporal:

- A dança é uma forma poderosa de expressão, permitindo que as crianças se comuniquem através do corpo, desenvolvendo consciência corporal e expressividade.

Cognição e Memória:

- Aprender coreografias e movimentos complexos durante a prática de dança estimula a cognição e fortalece a memória da criança.



Solar
Bezerra de
Menezes



ATENÇÃO A NUTRIÇÃO

*Alimentação saudável, Consumo
Consciente e Qualidade de Vida*

Crescimento Saudável:

- O acompanhamento nutricional adequado assegura que a criança receba os nutrientes essenciais para um crescimento físico e cognitivo saudável.

Prevenção de Doenças

- Uma dieta balanceada, orientada por um nutricionista, contribui para a prevenção de doenças e fortalecimento do sistema imunológico infantil.

Controle do Peso:

- O acompanhamento nutricional ajuda a monitorar o peso da criança, contribuindo para a prevenção do excesso de peso e suas consequências para a saúde.

Desenvolvimento Cognitivo:

- Nutrientes específicos são fundamentais para o desenvolvimento do cérebro, influenciando positivamente a cognição, o aprendizado e a concentração.





INFORMÁTICA EDUCATIVA

Atividades de inclusão digital e cidadania

Desenvolvimento de Soft Skills:

- Atividades de inclusão digital capacitam as crianças a desenvolverem habilidades essenciais, permitindo que participem ativamente na sociedade digital contemporânea.

Cidadania Digital:

- A informática educativa promove a cidadania digital, ensinando as crianças sobre ética online, segurança digital e responsabilidade nas interações virtuais.

Empoderamento Social:

- O aprendizado de informática contribui para o empoderamento social, permitindo que as crianças participem ativamente na sociedade digital, expressem suas ideias e contribuam para debates online.

Redução da Disparidade Digital:

- A inclusão digital reduz a disparidade digital, assegurando que todas as crianças tenham igualdade de oportunidades para desenvolver habilidades necessárias em um mundo cada vez mais tecnológico.



Solar
Bezerra de
Menezes



CONVIVER COM VALORES

Rodas de Conversas sobre temas transversais, valores, morais e éticos

Cultivo de Valores Essenciais

- Discussões que proporcionam um espaço para a exploração e internalização de valores fundamentais, como respeito, responsabilidade e justiça.

Empatia e Consciência Social

- Abordar temas éticos fomenta a empatia, ajudando as crianças a compreenderem as perspectivas alheias e a desenvolverem uma consciência social.

Fomento de um Ambiente Seguro:

- Rodas de conversa criam um ambiente seguro para que as crianças expressem suas opiniões livremente, promovendo confiança e autoafirmação.

Preparação para a Cidadania Responsável:

- Ao discutir questões éticas, as crianças são preparadas para se tornarem cidadãos éticos e responsáveis, contribuindo para uma sociedade mais justa e equitativa no futuro.



Solar Bezerra de Menezes



SOLAR EM MOVIMENTO:

Atividades esportivas (karatê), jogos cooperativos e recreação dirigida.

Desenvolvimento Físico:

- Atividades esportivas e recreativas promovem o desenvolvimento físico, fortalecendo músculos, melhorando a coordenação motora e contribuindo para a saúde geral da criança.

Socialização e Trabalho em Equipe:

- A interação em atividades recreativas ensina habilidades sociais valiosas, como compartilhar, cooperar e respeitar regras, preparando as crianças para o convívio em grupo.

Gestão do Estresse e Saúde Mental:

- A prática esportiva é uma ferramenta eficaz para gerenciar o estresse e promover o bem-estar mental, ajudando as crianças a lidarem com desafios emocionais.

Hábitos de Vida Ativos:

- Envolvimento em atividades físicas desde a infância promove a adoção de hábitos de vida ativos, estabelecendo uma base saudável para a vida adulta.



Solar
Bezerra de
Menezes



ESPAÇOS COMPLEMENTARES:

Bisbilhoteca:

- Espaço acolhedor para convivência familiar e comunitária.
- Privilegia experiências culturais por meio do encontro lúdico com histórias e livros.
- Atividades incluem troca-troca de livros, contação de histórias e brincadeiras imaginativas.
- Estimula debates e reflexões durante as interações.

Cinemateca

- Oportuniza o acesso das crianças à cultura.
- Cria um ambiente propício para reflexão e debate.
- Contribui para o desenvolvimento cultural e social das crianças.

Brinquedoteca:

- Ambiente dedicado à diversão para crianças e pais.
- Contribui para a interação e fortalecimento do convívio familiar.
- Espaço brincante que promove laços familiares.



Solar Bezerra de Menezes



FONTE VIVA (60+)

Atividades de Envelhecimento Ativo e saudável

Bem-Estar Emocional:

- Incorporar atividades que promovem o bem-estar emocional, como sessões de relaxamento ou grupos de apoio, contribui para a saúde mental e emocional das idosas.

Exercícios Adaptados e Psicomotricidade

- Atividades de envelhecimento ativo adaptadas para idosas, como aulas de funcional suave, e dança sênior promovem a manutenção da saúde física sem sobrecarga.

Interação Social:

- Atividades sociais, como clubes de leitura ou encontros semanais, proporcionam um ambiente de interação, combatendo a solidão e fortalecendo os laços comunitários.

Prevenção de Doenças Crônicas:

- O envelhecimento ativo foca na prevenção de doenças crônicas, incentivando práticas saudáveis que ajudam a evitar complicações de saúde comuns na terceira idade.



Solar
Bezerra de
Menezes



ATELIÊ DAS IDEIAS

Atividade de Capacitação e Geração de Renda

Inovação e Empreendedorismo:

- O incentivo profissional abre portas para a inovação e o empreendedorismo, encorajando mulheres a criar e vender produtos artesanais, fortalecendo suas habilidades de gestão.

Preservação Cultural:

- O artesanato e a costura muitas vezes estão ligados a tradições culturais. Incentivar essas atividades preserva e promove a riqueza da herança cultural das comunidades.

Fortalecimento Comunitário:

- A promoção do artesanato e da costura como incentivo profissional fortalece as comunidades, criando oportunidades econômicas locais e empoderando as mulheres como agentes de mudança.

Criação de Produtos Sustentáveis:

- Ao utilizar técnicas de artesanato e costura, as mulheres podem criar produtos sustentáveis e ecologicamente corretos, contribuindo para práticas mais conscientes.



5 IGUALDADE DE GÊNERO



8 TRABALHO DIGNO E CRESCIMENTO ECONÔMICO



10 REDUZIR AS DESIGUALDADES



12 PRODUÇÃO E CONSUMO SUSTENTÁVEIS

Solar
Bezerra de
Menezes



PARCERIA:



COZINHA SOLIDÁRIA

Orientação Nutricional e Incentivo Profissional

Desenvolvimento de Habilidades Culinárias

- O incentivo profissional proporciona oportunidades para aprimorar habilidades culinárias, capacitando as mulheres a preparar refeições saudáveis e acessíveis para suas famílias e quem sabe empreender em suas comunidades.

Conscientização sobre Nutrientes Essenciais:

- A orientação nutricional destaca a importância de nutrientes essenciais, garantindo que as mulheres compreendam e priorizem alimentos que beneficiam a saúde de suas famílias.

Troca de Experiências:

- As atividades promovem a troca de experiências entre as mulheres, incentivando a partilha de conhecimentos e estratégias para otimizar a alimentação familiar.



Solar Bezerra de Menezes



EMPODERAMENTO DIGITAL INFORMÁTICA E CIDADANIA

Atividades de Inclusão Digital para adolescentes, adultos e idosos.

Empoderamento

- Iniciativas de empoderamento digital para jovens e adultos fornecem habilidades essenciais para navegar na era digital, incluindo conhecimentos em programação, marketing digital e gestão de redes sociais, capacitando-os para o mundo profissional contemporâneo.

Inclusão e Acesso à Informação:

- Para os idosos, a informática e cidadania proporcionam inclusão digital, capacitando-os a acessar informações, manter contato com familiares e participar ativamente da vida digital.

Proteção Digital:

- Conscientização sobre segurança digital, ensinando práticas seguras para evitar golpes e proteger informações pessoais online.



5 IGUALDADE DE GÊNERO



8 TRABALHO DIGNO E CRESCIMENTO ECONÔMICO



10 REDUZIR AS DESIGUALDADES



12 PRODUÇÃO E CONSUMO SUSTENTÁVEIS

Solar Bezerra de Menezes



BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA

Conjunto de ações voltadas ao cuidado com a saúde e a vida diária.

Yoga

- Promover equilíbrio físico e mental, melhorando flexibilidade, reduzindo o estresse e contribuindo para uma sensação geral de bem-estar.

Massoterapia

- A massoterapia alivia a tensão muscular, melhora a circulação sanguínea e promove relaxamento, proporcionando benefícios terapêuticos para o corpo e a mente

Fisioterapia:

- A fisioterapia promove a recuperação física, restaurando a função motora, aliviando dor e melhorando a qualidade de vida por meio de técnicas e exercícios personalizados.

Psicologia:

- Suporte emocional, promove o autoconhecimento e auxilia na superação de desafios, contribuindo para o equilíbrio emocional e a saúde mental.





BEM-ESTAR E QUALIDADE DE VIDA

Conjunto de ações voltadas ao cuidado com a saúde e a vida diária.

Roda de Conversas:

- Promover a troca de experiências, fortalecer laços sociais e estimular a compreensão mútua, contribuindo para um ambiente de aprendizado, apoio emocional e construção coletiva.

Odontologia:

- Serviços de odontologia promovem a saúde bucal, prevenindo doenças, proporcionando cuidados preventivos e restauradores, e contribuindo para o bem-estar geral.

Orientação Jurídica:

Serviços de orientação jurídica oferecem suporte essencial, esclarecendo dúvidas legais, proporcionando acesso à justiça e promovendo a defesa dos direitos, garantindo equidade e justiça.





Solar
Bezerra de
Menezes