



INSTITUTO BRASILEIRO DE CAPOTERAPIA

CAPOTERAPIA PARA MULHERES – “TRANSFORMANDO VIDAS”, NO DISTRITO FEDERAL/DF.

TERMO DE REFERÊNCIA

BRASÍLIA

2022



SUMÁRIO

IDENTIFICAÇÃO DA PROPONENTE.....	3
APRESENTAÇÃO.....	3
Capacidade técnica e operacional da proponente.....	3
OBJETO.....	3
OBJETIVOS.....	4
Objetivo geral.....	4
Objetivos específicos.....	4
PÚBLICO-ALVO.....	4
Beneficiárias.....	4
ÁREA DE ABRANGÊNCIA.....	4
JUSTIFICATIVA.....	5
PERÍODO DE EXECUÇÃO.....	5
METAS E ETAPAS.....	5
Metas.....	5
Etapas.....	5
Relação de metas, etapas e cronograma de execução.....	6
RESULTADOS ESPERADOS.....	6
METODOLOGIA.....	7
RECURSOS DO PROJETO.....	7
DETALHAMENTO ORÇAMENTÁRIO.....	7
CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO.....	9
MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO.....	9



IDENTIFICAÇÃO DA PROPONENTE

PROponente

Proponente: Instituto Brasileiro de Capoterapia

CNPJ: 08.603.338/0001-40

Endereço: QUADRA QNL 30 CONJUNTO A LOTE, 31 -TAGUATINGA. Brasília - DF. CEP: 72162-301

Telefone: (61)98606-0580

E-mail: capoterapiabrasil@gmail.com

Página web da Instituição: capoterapiabrasil@gmail.com |

www.capoterapia.com.br

RESPONSÁVEL PELA INSTITUIÇÃO

Cargo: Presidente

Responsável legal da Instituição: Sonia Maria Barbosa de Andrade

CPF: 659.394.411-49

RG: 927562

Endereço: QUADRA QNL 30 CONJUNTO A LOTE, 31 -TAGUATINGA. Brasília - DF. CEP: 72162-301

Telefone: (61)98606-0580

E-mail: soniaandradeandrade3@gmail.com

RESPONSÁVEL TÉCNICO PELA PROPOSTA

Nome: Gilvan Alves de Andrade

Telefone: (61)98100-3389

E-mail: capoterapiabrasil@gmail.com



APRESENTAÇÃO

A inspiração da Capoterapia surgiu em 1998 através do Projeto: «Capoeira para Todos», implantado nos bairros/cidades satélites do Distrito Federal, que ao término do projeto desenvolveu técnicas atuando voluntariamente em Unidades de Saúde da cidade satélite de Ceilândia/DF, Associação do Idoso de Taguatinga, Universidade Católica de Brasília e na antiga sede do Instituto Ladainha também em Ceilândia.

O Instituto Brasileiro de Capoterapia (IBC) tem por finalidade a promoção social, educação, qualificação profissional, cidadania, lazer, cultura, saúde gratuita, qualidade de vida e o bem-estar, a defesa dos direitos individuais e coletivos; também como a realização de ações no desenvolvimento sustentável com interface na ética, na paz, nos direitos humanos, na democracia e de outros valores universais, estendendo-se em outros parâmetros, dentre eles:

- Prestar a promoção social, o esporte, o lazer, a recreação, a cultura, a saúde preventiva e curativa etc.;
- Estabelecer parcerias comerciais junto à iniciativa privada e pública;
- Promoção gratuita ou subsidiada de educação, capacitação profissional, treinamento, observando-se a forma complementar de participação;
- Promoção gratuita ou subsidiada da saúde, observando-se a forma complementar de participação;
- Promover de todas as formas possíveis aplicadas e exercidas, a saúde integral de seus usuários através das terapias naturais e complementares;
- Promoção de segurança alimentar e nutricional tradicional e funcional;
- Fazer gestão na disponibilidade de serviços, tecnologias e processos para o crescimento pessoal do ser humano;
- Estudos e pesquisas, desenvolvimento de tecnologias alternativas, produção e divulgação de informações e conhecimentos técnicos e científicos que digam respeito às atividades mencionadas neste caput;
- Promoção de convênios, parcerias públicas e privadas.

CAPACIDADE TÉCNICA E OPERACIONAL DA PROPONENTE

Em atendimento ao disposto no artigo 26 do Decreto Nº 8.726, de 27 de abril de 2016, declaro para os devidos fins, perante o Ministério da Mulher, da Família e dos Direitos Humanos que a Associação Brasileira de Capoterapia ou Instituto Brasileiro de Capoterapia, inscrito no CNPJ: 08.603.338/0001-40, possui capacidade técnica e gerencial para a execução do objeto apresentado no projeto.

Outras relevantes iniciativas que juntamente com seus partícipes, realizaram, dentre eles: UPF (Universal Peace Federection) e COMNOBEL (Comitê Pró Nobel da Paz) que em 12/2008 a “Conferência Global Pela Paz” e o “Festival Global Pela Paz”, Estação Três de Capoterapia para a 3ª idade, a Capacitação e Licenciamento em módulos com o curso do ensino da Capoterapia (presencial e à distância); Terapia do Abraço (escolas, repartições públicas e privadas, empresas, hospitais públicos e privados; Igrejas, unidades de saúde e outros); Atividades de Capoterapia/Campanha Gincana do Afeto (escolas públicas e privadas); Gincana do Afeto presencial ; Gincana do Afeto Virtual; Reminiscência; Coral em Movimento; Café da Manhã Empresarial; Expocapoterapia; Qualidade de Vida em Ação; Caminhada em Qualidade de Vida; Retiro Social; Flash Mobe, Turismo Social; Passaporte de Qualidade de Vida Presencial; Cápsula do Tempo; Passaporte de Qualidade Social; Workshop Capoterapia; Livro: Minha história, Minha vida (depoimento); Artesanato Social; Hidrocapoterapia; Capoterapia Mix; Conferência Brasileira de Capoterapia/DF e Caldas Novas/GO já em sua 15ª edição; Jornada Brasileira de Capoterapia em Brasília/DF e Caldas Novas/GO; 1ª Jornada de Capoterapia de Brasília/DF; 1º Congresso Internacional de Capoterapia; 24 Horas de Capoterapia (virtual e/ou presencial); Simpósio Brasileiro de Capoterapia; Aulão de Capoterapia (virtual e/ou presencial); Festival Brasileiro de Capoterapia; Moção Municipal e Estadual de apoio a Capoterapia; Solenidade de entrega de lenços aos praticantes de Capoterapia e outros.

OBJETO

Realização de CURSO DE CAPACITAÇÃO EM CAPOTERAPIA para pessoas de todas as classes sociais, etnia e gênero acima de 18 anos em situação de vulnerabilidade no Distrito Federal – DF e RIDE.



OBJETIVOS

Objetivo geral

Contribuir para o profissionalismo das mulheres e fortalecimento do empoderamento feminino por meio da oferta de curso de Capoterapia, com abordagem de incluir as mulheres no mercado de trabalho ministrando aulas de capoterapia tendo em vista a carência de capoterapeutas.

Objetivos específicos

- Contribuir para inclusão da mulher no mercado de trabalho.
- Consolidar para as mulheres a prática da Capoterapia como Política Pública;
- Contribuir para diminuição das desigualdades sociais, permitindo uma maior interação e inclusão social, possibilitando uma transformação social através das atividades de capoterapia;

PÚBLICO-ALVO

O Projeto terá como público alvo Mulheres que estejam em situação de vulnerabilidade social.

Beneficiárias

100 Mulheres

ÁREA DE ABRANGÊNCIA

O projeto tem abrangência Regional, todas as Regiões Administrativas do Distrito Federal.

Com área de 5.802 Km², a densidade demográfica da região, segundo dados do governo do DF, é de 354,3 habitantes por Km², o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) é 0,844 (escala de 0 a 1) e a taxa de analfabetismo é 4,35%. Mesmo sendo grande o desenvolvimento da região, há um enorme contraste entre o chamado Plano Piloto de Brasília e as cidades-satélites que formam o Distrito Federal. O IBGE aponta índice de pobreza e desigualdade social na capital federal de 37,71% em pesquisa realizada em 2003.

as mulheres desempenham a maior parte do trabalho de cuidado de pessoas e afazeres

domésticos não remunerados. Embora a participação feminina no mercado de trabalho tenha aumentado significativamente nas últimas décadas, houve pouca mudança na distribuição do trabalho não remunerado. As mulheres ainda são responsáveis por mais de três quartos do trabalho de cuidados e afazeres domésticos não remunerados.

Em relação ao mercado de trabalho, a PED-DF apontou que nos últimos cinco anos a condição das mulheres no mercado de trabalho se agravou. A geração de oportunidades ocupacionais (3,2%) foi insuficiente à incorporação de trabalhadoras na População Economicamente Ativa (9,7%), o que elevou, sobremaneira, o número de desempregadas (44,1%).

JUSTIFICATIVA

O problema a ser resolvido é diminuir o desemprego e desigualdade social das mulheres de baixa renda e minimizar os efeitos negativos que causam a falta de atividade física, no qual, a procura por essas atividades não tem pessoal qualificado para exercer a função. Nesse sentido, há anos a Capoterapia tem se mostrado uma ferramenta altamente competente, bem assim revolucionária, no âmbito da senioridade. Diversas reportagens televisivas, tais como o Programa Globo Repórter¹, entre outros facilmente encontrados no Youtube, corroboram a eficácia da Capoterapia nas vidas dos seus praticantes. A Organização Mundial de Saúde (OMS) em sua Classificação Internacional de Funções, Incapacidade e Saúde (CIF, 2001) vê como incapacidade das funções de uma pessoa como a interação dinâmica entre condições de saúde - doenças, lesões, traumas etc. - e fatores contextuais, incluindo atributos pessoais e ambientais. A dependência é a expressão da dificuldade ou incapacidade em realizar uma atividade específica por causa de um problema de saúde (Hébert, 2003). Já é uma realidade o exercício seguro da Capoterapia, Brasil afora os participantes realizam as atividades, protegidos, se movimentam e interagem, diminuindo os sintomas do isolamento social, tais como ociosidade, ansiedade e depressão, restabelecendo alegria, autoestima aumentando sua capacidade funcional.

Segundo o censo IBGE-2010, as mulheres representam 52,9% da população do Distrito Federal composta por 2.562.963 habitantes. Esta superioridade numérica, que não se verifica apenas no DF, mas em muitas outras Unidades da Federação, não se reflete necessariamente na efetivação e ampliação de direitos e na conquista de espaços de poder político e/ou institucional.



De fato, na última década, a ampliação de direitos para as mulheres alcançou, no campo das políticas sociais e no campo legal/jurídico, um significativo avanço. A criação da Secretaria de Políticas para as Mulheres em 2003, em âmbito federal, a aprovação da Lei nº 11.340/2006 (Lei Maria da Penha) representam importantes conquistas da luta histórica dos movimentos feministas no Brasil.

No entanto, a efetivação desses direitos e sua ampliação para um maior número de mulheres, bem como o reconhecimento de outras demandas, vinculam-se necessariamente à presença do Estado na formulação e implementação de políticas públicas e que tenham por objetivo central, criar condições sociais, econômicas e políticas para a autonomia e emancipação das mulheres.

Nesse sentido, construir uma política de Estado para as mulheres significa por em movimento diversos agentes, no direcionamento de esforços, estratégias e recursos que promovam o seu empoderamento. Segundo Horochovski e Meireles (2007), “[...]Numa perspectiva emancipatória, empoderar é o processo pelo qual indivíduos, organizações e comunidades angariam recursos que lhes permitam ter voz, visibilidade, influência e capacidade de ação e decisão. Nesse sentido, equivale aos sujeitos terem poder de agenda nos temas que afetam suas vidas.” (Horochovski e Meireles - 2007: 486).

Cabe destacar que o Brasil tem um número expressivo de mulheres que estão em situação de vulnerabilidade social, ou desempregada ou com salários menores que a dos homens, desta forma percebeu-se que esta iniciativa possibilita despertar potencialidades para aspectos criativos e sociais, e estimulando a socialização e a interação, o compartilhar de experiências, a sensibilidade, as emoções, a comunicação, o aprendizado de coisas novas, permitindo-lhes uma vida mais ativa, combatendo assim o desemprego, a ociosidade e a depressão.

Neste cenário, o desemprego da mulher é um problema social que atinge todas as etnias, religiões, escolaridade e classes sociais.

De acordo Senado Federal (BRASIL, 2018) reitera que “[...] o desemprego afeta mulheres de todas as classes sociais, etnias e regiões brasileiras”, conforme atesta, por exemplo, a Pesquisa Nacional realizada pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (BRASIL,

2013). Os grupos mais afetados recentemente são as mulheres de 20 a 29 anos (35%) e aquelas com até 19 anos (32%), de acordo com o relatório publicado pelo Senado Federal (BRASIL, 2015). Por se tratar de um problema nacional, todas as regiões possuem demanda de intervenção para proteção à mulher.

Nesse contexto, o Instituto Brasileiro de Capoterapia tem interesse em firmar parceria pois o presente Projeto ganha destaque e relevância no combate ao desemprego, bem como proporciona atendimento a aquelas que estão em situação de vulnerabilidade social, estimulando a superação de barreiras sociais e demonstrando a importância da mulher na sociedade, conscientizando as beneficiadas, bem como proporcionar uma melhor qualidade de vida.

Através do desenvolvimento da Capoterapia o Projeto possibilitará as beneficiadas ferramentas para o desenvolvimento de uma melhor qualidade de vida. O lúdico do Projeto consiste em uma alternativa de oferecer a oportunidade e a liberdade de ser criativo sem medo, experimentando a alegria da interação com outras pessoas. É importante para as pessoas ter uma oportunidade prazerosa de brincar, através dos jogos, da prática lúdica, o que lhes possibilitem expressar-se. Os jogos, a competição nas brincadeiras, a dança e as práticas esportivas adaptadas revelam, por seu lado, a cultura corporal de cada grupo social, constituindo-se em atividades privilegiadas no qual a integração na inclusão tem um significado de vida e de felicidade.

O brincar, a diversão e o lúdico são traços de todas as sociedades, em todas as épocas da História, e podem acontecer em qualquer momento do cotidiano dos indivíduos.

Compreendemos que não haverá um Brasil melhor e justo se não oportunizarmos condições colaborativas de forma aberta para todos, entre o fazer e o ter disponível.

O Projeto **Capoterapia para mulheres – transformando vidas**, possibilitará ao público feminino agregar ao seu cotidiano as atividades já implementadas e/ou praticadas nas sessões presenciais de Capoterapia há mais de 20 (vinte) anos, na qual diversos benefícios advindos de sua prática destacamos:

- ✓ Melhora nos relacionamentos interpessoais;
- ✓ Fortalecimento e/ou ampliação dos vínculos familiares e sociais;



- ✓ Adesão a hábitos saudáveis;
- ✓ Resgate da autoestima;
- ✓ Melhora das funções cognitivas e de socialização;
- ✓ Diminuição de dores, tensão muscular e insônia;
- ✓ Melhora na performance cardiorrespiratória;
- ✓ Diminuição do stress e da ansiedade.
- ✓ Autonomia financeira.
- ✓ Conhecimento.
- ✓ Possibilidade de profissionalização.
- ✓ Possibilidade de ter uma carreira uma profissão que gere além de renda, trazer qualidade de vida, saúde e bem estar.

Ressalte - se, que a prática da Capoterapia é recomendada pelo Ministério da Saúde e está incluída entre as Práticas Integrativas Complementares de Saúde – PIC's, e ainda, diversos artigos em Revistas de Enfermagem e Médica, e Monografias de diversas Universidades pelo Brasil a fora asseveram os benefícios citados supra, como também a contribuição da Capoterapia em proporcionar que seus praticantes resgatem suas capacidades funcionais, tornando-se mais independentes e autônomos, seguros e felizes, inquestionavelmente obtendo melhor qualidade de vida com capacidade de suprir suas necessidades diárias e de suas famílias.

PERÍODO DE EXECUÇÃO

- 06 meses
 - ✓ 01 mês para a estruturação das atividades
 - ✓ 05 meses para o desenvolvimento das atividades junto as beneficiadas do projeto

METAS E ETAPAS

Relação de metas, etapas e cronograma de execução

META 1 - DESENVOLVIMENTO DO PROJETO CAPOTERAPIA PARA MULHERES "TRANSFORMANDO VIDAS", NO DISTRITO FEDERAL/DF.

Meta	Etapa	Tipo de despesa	Especificação	Indicador Físico			Duração		Justificativa/Memória de Cálculo
				Natureza da Aquisição	Qt	Unidade	Início	Fim	
1	1.1	Serviço	Coordenador Financeiro RPA (1 profissional x 6 meses)	Repasse	6	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de 01 Profissional para monitorar as atividades desenvolvidas a fim de garantir a boa execução do objeto pactuado; auxiliar os demais profissionais nas atividades por eles desenvolvidas; acompanhar e monitorar de forma periódica as atividades desenvolvidas no projeto; assegurar a visibilidade do projeto, bem como o planejamento pedagógico. (1 profissional x 6 meses)
1	1.2	tributo	INSS coordenador	repasse	6	mês	out/22	mar/23	tributos
1	1.3	Serviço	Assistente Administrativo (PJ)	Repasse	6	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de 01 Profissional para preenchimento da Plataforma+Brasil. (1 profissional x 6 meses)
1	1.4	Serviço	Capoterapeuta (PJ)	Repasse	80	hora	out/22	mar/23	Necessário a contratação de Capoterapeuta, tendo em vista que estes serão responsáveis pelo planejamento da aula/sessão (Plano de aula), da execução das sessões de Capoterapia.
1	1.5	Bem	Caixa de papel chamex A4 - 210x297 Branco 75gr	Repasse	3	Caixa	out/22	mar/23	Garantir o material necessário para as atividades administrativas, tendo em vista que será necessário a impressão de fichas dos participantes e outros eventuais anexos que poderão compor as fichas e demais atividades



1	1.6	Bem	Tonner HP LASER CB435	Repasse	6	Unid.	out/22	mar/23	Garantir o material necessário para as atividades administrativas, tendo em vista que será necessário a impressão de fichas dos participantes e outros eventuais anexos que poderão compor as fichas e demais atividades
1	1.7	Serviço	Banners	Repasse	100	Unid.	out/22	mar/23	Material de apoio que será entregue ao final do curso para os profissionais que serão capacitados. Este material será essencial para que os capacitados tenham ferramentas para ministrar a capoterapia após sua formação
1	1.8	Serviço	Camiseta amarela para alunos - camisetas com composição de 100% poliéster, com a logo do Projeto tamanhos P, M, G e GG	Repasse	100	Unid.	out/22	mar/23	Uniforme necessário para a identificação das beneficiadas dos núcleos (100 beneficiados,)
1	1.9	Serviço	Calça - Oxford, cor preta.	Repasse	100	Unid.	out/22	mar/23	Uniforme necessário para a identificação das beneficiadas dos núcleos (100 beneficiados)
1	1.10	Serviço	Gestor da Plataforma do curso de Capoterapia (1 profissional x 5 meses)	Repasse	5	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de profissional para o manuseio da Plataforma do curso. (1 profissional x 5 meses).
1	1.11	tributo	INSS gestor da plataforma do curso	repasse	5	mês	out/22	mar/23	trributos

	1.12	Serviço	Gestor do curso de Capoterapia (1 profissional x 5 meses)	Repasse	5	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de profissional para o manuseio do curso de capacitação em capoterapia. (1 profissional x 5 meses).
1	1.13	tributo	INSS gestor do curso de capoterapia	repasse	5	mês	out/22	mar/23	tributo
	1.14	serviço	Web designer	repasse	1	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de profissional para o manuseio da divulgação e da criação da arte.
1	1.15	tributo	INSS web designer	repasse	1	mês	out/22	mar/23	tributo



1	1.16	serviço	Locação de equipamentos: Câmera Canon T5- 25 metros de placa isolante 30mm – placa de captura live stream – 2 tripe suporte para holofote refletor estúdio – ilha de edição – mesa de som digital show de voz – microfone condensador internet karaokê pc recorde – microfone profissional	repasse	1	Unid.	out/22	mar/23	Equipamentos necessários para o curso e atividades ao vivo.
---	------	---------	---	---------	---	-------	--------	--------	---

ETAPA 2 – Realizar encontro de família

1	Etapa		Especificação	Natureza da Aquisição	Qt	Unidade	Início	Fim	Justificativa/Memória de Cálculo
1	2.1	Serviço	Gestor do encontro com família (1 profissional x 5 meses)	Repasse	5	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de profissional para o manuseio do encontro com família (1 profissional x 5 meses).
1	2.1	tributo	INSS gestor do encontro com família	repasse	5	mês	out/22	mar/23	tributo

ETAPA 3 – Realizar LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA)

1	Etapa		Especificação	Natureza da Aquisição	Qtde. Total	Unidade	Início	Fim	Justificativa/Memória de Cálculo
1	3.1	Serviço	Gestor da LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA) (1 profissional x 5 meses)	Repasse	5	mês	out/22	mar/23	Necessário a contratação de profissional para o manuseio da ação live minha historia, minha vida. (1 profissional x 5 meses).
1	3.2	tributo	INSS gestor da live	repasse	5	mês	out/22	mar/23	tributo

RESULTADOS ESPERADOS

O desenvolvimento do Projeto, além da capacitação e profissionalismo, a prática de atividades, possibilitará o estímulo a convivência social das participantes, a formação de gestores e lideranças comunitárias, a pesquisa e socialização do conhecimento, contribuindo que o Distrito Federal, atenda a sua demanda, e o esporte e o lazer sejam tratados como políticas públicas.

- Contribuir para o desenvolvimento físico, mental e social das mulheres inseridas no projeto;

- Promover atividades esportivas, culturais e educacionais que atendam aos anseios das mulheres, respeitando as especificidades locais e do público-alvo;
- Melhorar os relacionamentos interpessoais das mulheres;
- Ampliar a rede social e de amigos;
- Aderir a hábitos saudáveis de vida;
- Estimular a formação de novos grupos com uma maior adesão de mulheres em grupos regionais e RIDE;
- Melhorar a tensão muscular e insônia;
- Diminuir o stress e a ansiedade;
- Trazer autonomia financeira.
- Contribuir para a profissionalização das mulheres de baixa renda.
- Propocionar capacitação profissional.
- Propocionar oportunidade de trabalho.

Etapa	Especificação	Indicador	Resultados Esperados
1	Realizar CURSO DE CAPACITAÇÃO EM CAPOTERAPIA para mulheres no Distrito Federal – DF	porcentagem de mulheres que realizaram o curso	100 mulheres capacitadas
2	Realizar encontro de família	porcentagem de mulheres que realizaram o encontro	Esta ação da Capoterapia é para que os interessados beneficiadas possam se reencontrar e/ou conhecer outros membros da família, revivendo laços afetivos que possam recobrar e resgatar a memória afetiva de parentes distantes
3	realizar LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA)	porcentagem de mulheres que realizaram a live	missão de fazer a coleta de depoimentos entre familiares e amigos para homenagear o participante

METODOLOGIA

Será realizado um chamamento nas redes sociais Facebook, instagram e youtube, além de convites a entidades e organizações sociais, igrejas e entidades que trabalham com mulheres em vulnerabilidade, centro pop, cras, caps e casa da mulher brasileira e ubs para que indiquem mulheres que tem interesse em capacitação.

ETAPA 1 – Realizar CURSO DE CAPACITAÇÃO EM CAPOTERAPIA para mulheres no Distrito



Federal – DF

Objetivo/Ação Capacitação Profissional

Considerando o interesse público recíproco, bem como a integração à programação, o Instituto Brasileiro de Capoterapia - IBC promoverá capacitação profissional em Capoterapia, nas suas diversas modalidades, capacitando e habilitando 100 mulheres para o mercado de trabalho.

A capacitação em Capoterapia ocorrerá em ambiente virtual, via Plataforma de Aprendizagem, em modalidade EAD, em 150 dias e carga horária de 150 Horas/aula distribuídas como segue:

- Aulas on-line 5x na semana – duração: 1h30;
- Encontros pedagógicos - 1x na semana - duração: 1 hora;
- Atividades Complementares Propostas - 14 horas;
- Estágio prático supervisionado – o profissional participante do curso de capacitação em capoterapia, irá acompanhar o Capoterapeuta nas aulas da etapa 01, e irá colocar em prática os aprendizados do curso de capacitação - 10 horas.

Cumprir informar que, as instruendas serão submetidas aos critérios de comprovação de pelo menos 75% de frequência, realização das atividades propostas, avaliações, parecer do Capoterapeuta supervisor do estágio para aprovação, obtenção Certificado e posterior Licença para o exercício profissional da Capoterapia.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO		
<p>1º mês - MODULO I - 30 horas</p> <p>Workshop de Apresentação História da Capoterapia Benefícios Critérios O Surgimento das Dinâmicas Ser Capoterapeuta Ética e Postura Uniforme - Historicidade e Importância do Uso Licenciamento e desligamento</p>	<p>A Marca Capoterapia I Termo de Confidencialidade Elaboração de Plano de Aula Composição de Tuma Ficha de inscrição do aluno Dinâmicas - História e Desenvolvimento 01 - Levantar o braço 02 - A cobra não tem pé 03 - Meu passarinho voa 04 - Abóbora faz melão 05 - Laranja e tangerina 06 - Eu estava na peneira 07 - O alface já nasceu 08 - A bênção tia Maria 09 - Peneirei fubá 10 - Acorda Maria bonita</p>	<p>Atividades propostas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pesquisa sobre a Capoterapia em sites de pesquisas (google, youtube e no site da Capoterapia www.capoterapia.com.br) 2. Auto apresentação em vídeo com nome, cidade e estado, o que faz e o que pretende com a Capoterapia 3. Baixar o aplicativo da Capoterapia no celular pessoal 4. Adicionar de 5 a 10 convidados membros do seu ciclo de amizade para conhecer a Capoterapia <p>1ª Avaliação Depoimento: Avaliação da experiência no EaD de Capoterapia Módulo I</p>

<p>2º Mês - MODULO II - 30 horas</p> <p>Ações da Capoterapia e Desenvolvimento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cápsula do tempo 2. Passaporte de qualidade de vida 3. Pontão de Cultura 1,2,3; 	<p>A Marca Capoterapia II</p> <p>Log da camiseta</p> <p>Capoterapeuta</p> <p>Log da camiseta Aluno</p> <p>Log da Banner Capoterapeuta</p> <p>Sistema de Graduação - Simbologia dos Lenços I</p> <p>Portaria da capoterapia N.º 001</p> <p>Estatuto do Idoso</p> <p>Primeiros Socorros</p> <p>Capoeira versus Religião</p> <p>Dinâmicas - História e Desenvolvimento</p> <ol style="list-style-type: none"> 11 - Quem te ensinou nadar 12 - Empurra as coisas ruins 13 - Minha Jangada 14 - Maré 15 - Bimba mandou 16 - Dança dos Bichos 17 - O trem corre 18 - Ninho de cobra 19 - O Rei Davi 20 - Olaria de Deus 	<p>Atividades Propostas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adicionar o nome Capoterapia no Facebook pessoal 2. Criação de grupo interativo WhatsApp - Grupo Pedagógico 3. Criação de grupo WhatzApp - Capoterapia em Casa 4. Composição de turma de práticas sistemáticas <p>2ª Avaliação</p> <p>Depoimento:</p> <p>Avaliação da experiência no EaD de Capoterapia Módulo II</p>
<p>3º Mês - MODULO III - 30 horas</p> <p>Administração e valor do tempo</p> <p>Gestão de Ongs</p> <p>Chamamento Público - Editais</p> <p>FlashMob (Mercado extra)</p>	<p>Ações da Capoterapia e Desenvolvimento</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gincana do Afeto <p>Caminhada</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Amarela (da Paz) <p>Dinâmicas - História e Desenvolvimento</p> <ol style="list-style-type: none"> 21 - O senhor tem muitos filhos 22 - Balão Imaginário 23 - Maria subiu no coqueiro 24 - Grupo de 6 (equilíbrio) 25 - Terapia do Riso 26 - Oi sim, sim, sim, Oi não, não, não 27 - Minha boneca de lata 28 - O valor que a capoeira tem 29 - Exercício barbante linha 30 - Sombra 	<p>Atividades Propostas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Confecção de banner de apresentação do Capoterapeuta 2. Uniformização - (camiseta amarela do Capoterapeuta e calça preta) 3. Realização da ação - Qualidade de Vida em Ação Social; <p>3ª Avaliação</p> <p>Depoimento:</p> <p>Avaliação da experiência no EaD de Capoterapia Módulo III</p>



4º Mês - MODULO IV - 30 horas Desenvolvimento das Ações 1. Capoterapia em Casa 2. Capoterapia Itinerante 3. Gincana da Maturidade	Desenvolvimento das Dinâmicas 31 - Dinâmica da palma 32 - Eu sou assim por causa da capoeira 33 - Pescaria 34 - Lavadeira 35 - Exercício facial 36 - Resistência pulmonar 37 - Exercício para os glúteos 38 - Exercício nas Cadeiras 39 - Auto apresentação (cadeira) 40 - Exercício do barbante (roda)	Estágio Avaliação Final Depoimento: Avaliação do Curso – Relato da experiência Encerramento Entrega de Certificado aos Aprovados
--	---	---

ETAPA 2 – Realizar encontro de família

Em se tratando dos Encontros de Família, serão realizadas 10 (dez) LIVES em tempo real com duração de 60 minutos cada.

As atividades serão realizadas da seguinte forma (05 meses de execução):

- **10 (dez) encontros de família** e duração de 60 minutos cada; 10 sessões, 1 sessão a cada 15 dias distribuídas nos 5 (cinco) meses de vigência do Projeto, terá a participação de 20 pessoas diretamente, agendando 1 (um) participante por vez / semanalmente com duração de 60 (sessenta) minutos cada.

ENCONTRO DE FAMILIA VIRTUAL – Esta ação da Capoterapia é para que os interessados beneficiadas possam se reencontrar e/ou conhecer outros membros da família, revivendo laços afetivos que possam recobrar e resgatar a memória afetiva de parentes distantes.

O IBC por sua vez juntamente com sua equipe entra em contato prévio com aqueles que aderem à proposta e que queiram participar através de Live (chamamento virtual em tempo real), em dia e horários pré-agendados.

No ENCONTRO DE FAMÍLIA será realizado em LIVE pelo google meet (em tempo real), onde se confeccionará um flay do patrono mais velho da família para se fazer o chamamento.

Disponibilizaremos um link de acesso para que todos possam entrar e adicionar seus familiares em um grupo do whatsapp onde participarão da ação.

O Dirigente conduzirá a ação dando boas vindas e com perguntas aos participantes no intuito de abordar valores, conquistas, recobrando histórias e acontecimentos importantes que ficaram marcados por sentimentos bons.

ETAPA 3 – Realizar LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA)

As atividades serão realizadas da seguinte forma (05 meses de execução):

- 20 (vinte) LIVES em tempo real da ação virtual da Minha História, Minha Vida e duração de 30 a 60 minutos cada;

Uma característica do ser humano é contar histórias e o IBC juntamente com sua equipe entra em contato prévio com aqueles que aderem à proposta e que queiram participar através de Live (chamamento virtual em tempo real), paralelo a este, a equipe entra em contato com um familiar que tem a missão de fazer a coleta de depoimentos entre familiares e amigos para homenagear o participante. O Dirigente conduzirá a entrevista com perguntas ao participante recobrando a sua história e acontecimentos importantes que ficaram marcados por sentimentos bons. No mesmo momento em que é interrompido para que sejam apresentados os vídeos de amigos e familiares com suas respectivas homenagens, momento este regados de conquistas, encontros e desencontros, superação, alegrias, lágrimas, farts gargalhadas e muita gratidão. Os Auxiliares técnicos que irão contactar os participantes que agendará a participação do beneficiado e coletará o material dos familiares a ser exibido. Serão realizadas da seguinte forma: 20 unidades de LIVE distribuídas nos 5 (cinco) meses de vigência do Projeto com a participação de 20 pessoas diretamente, agendando 1 (um) participante por vez / semanalmente com duração de 60 (sessenta) minutos cada

RECURSOS DO PROJETO

Valor global: R\$ 200.000,00

Valor do Repasse: R\$ 200.000,00

Valor da Contrapartida: Não se aplica



DETALHAMENTO ORÇAMENTÁRIO

ETAPA 1 - Realizar CURSO DE CAPACITAÇÃO EM CAPOTERAPIA para mulheres no Distrito Federal – DF

Meta	Etapa	Tipo de despesa	Especificação	Natureza da Aquisição	Qtde.	Qtde. meses	Qtde. Total	Unidade	Valor Unitário	Valor Total
1	1.1	Serviço	Coordenador Geral RPA (1 profissional x 6 meses)	Repasse	1	6	6	mês	R\$ 3.200,00	R\$ 19.200,00
1	1.2	tributo	INSS coordenador	repasse	1	6	6	mês	R\$ 640,00	R\$ 3.840,00
1	1.3	Serviço	Assistente Administrativo (PJ)	Repasse	1	6	6	mês	R\$ 2.000,00	R\$ 12.000,00
1	1.4	Serviço	Capoterapeuta (PJ)	Repasse	-	-	80	hora	R\$ 120,00	R\$ 9.600,00
1	1.5	Bem	Caixa de papel chamex A4 210x297 Branco 75gr	Repasse	-	-	3	Caixa	R\$ 184,98	R\$ 554,94
1	1.6	Bem	Tonner HP LASER CB435	Repasse	-	-	8	Unid.	R\$ 41,98	R\$ 335,84
1	1.7	Serviço	Banners de tecido - sublimaticos de 1,20x0,80cm	Repasse	-	-	100	Unid.	R\$ 60,00	R\$ 6.000,00
1	1.8	Serviço	Camiseta amarela para alunos camisetas com composição de 100% poliester, com a logo do Projeto tamanhos P, M, G e GG	Repasse	-	-	100	Unid.	R\$ 29,00	R\$ 2.900,00
1	1.9	Serviço	Calça Oxford, cor preta.	Repasse	-	-	100	Unid.	R\$ 65,00	R\$ 6.500,00
1	1.10	Serviço	Gestor da Plataforma do curso de Capoterapia (1 profissional x 5 meses)	Repasse	1	5	5	mês	R\$ 1.600,00	R\$ 8.000,00

1	1.11	tributo	INSS gestor da plataforma do curso	repassé	1	5	5	mês	R\$ 320,00	R\$ 1.600,00
1	1.12	Serviço	Gestor do curso de Capoterapia (1 profissional x 5 meses)	Repassé	1	5	5	mês	R\$ 1.600,00	R\$ 8.000,00
1	1.13	tributo	INSS gestor do curso de capoterapia	repassé	1	5	5	mês	R\$ 320,00	R\$ 1.600,00
1	1.14	serviço	Web designer	repassé	1	1	1	Unid.	R\$ 1.200,00	R\$ 1.200,00
1	1.15	tributo	INSS web designer	repassé	1	1	1	Unid.	R\$ 240,00	R\$ 240,00
1	1.16	serviço	Locação de equipamentos: Câmera Canon T5- 25 metros de placa isolante 30mm – placa de captura live stream – 2 tripe suporte para holofote refletor estúdio – ilha de edição – mesa de som digital show de voz – microfone condensador internet karaokê pc recorde – microfone profissional	repassé	1	1	1	Unid.	R\$ 99.229,22	R\$ 99.229,22
VALOR TOTAL										R\$ 180.800,00

ETAPA 2 - Realizar encontro de família

1	Etapa		Especificação	Natureza da Aquisição	Qtde.	Qtde. meses	Qtde. Total	Unidade	Valor Unitário	Valor Total
1	2.1	Serviço	Gestor do encontro com família (1 profissional x 5 meses)	Repassé	1	5	5	mês	R\$ 1.600,00	R\$ 8.000,00
1	2.2	tributo	INSS gestor do encontro com família	repassé	1	5	5	mês	R\$ 320,00	R\$ 1.600,00
VALOR TOTAL										R\$ 9.600,00

ETAPA 3 - Realizar LIVE (MINHA HISTÓRIA,



MINHA VIDA)										
1	Etapa		Especificação	Natureza da Aquisição	Qtde.	Qtde. meses	Qtde. Total	Unidade	Valor Unitário	Valor Total
1	3.1	Serviço	Gestor da LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA) (1 profissional x 5 meses)	Repasse	1	5	5	mês	R\$ 1.600,00	R\$ 8.000,00
1	3.2	tributo	INSS gestor da live	repasse	1	5	5	mês	R\$ 320,00	R\$ 1.600,00
VALOR TOTAL										R\$ 9.600,00
VALOR TOTAL ETAPAS 1,2 e 3										R\$ 200.000,00

CRONOGRAMA DE DESEMBOLSO

Cronograma de desembolso			
Recursos de Repasse			
Meta Nº	Etapa Nº	Mês	Valor
Meta 1	Etapa 1 - Realizar CURSO DE CAPACITAÇÃO EM CAPOTERAPIA para mulheres no Distrito Federal – DF	1º ao 6º	R\$ 180.800,00
	Etapa 2 - Realizar encontro de família	1º ao 6º	R\$ 9.600,00
	Etapa 3 - Realizar LIVE (MINHA HISTÓRIA, MINHA VIDA)	1º ao 6º	R\$ 9.600,00

MONITORAMENTO E AVALIAÇÃO

- O Monitoramento dar-se à através do acompanhamento da proposta, visando verificar se a mesma está sendo cumprida e as metas estão sendo alcançadas.
- Serão elaborados relatórios mensais das atividades desenvolvidas, contendo depoimento dos participantes, além de registros das atividades de fotos, lista de presença, com o intuito de compartilhar e divulgar o projeto e seus resultados obtidos

junto aos participantes.

- As atividades previstas serão supervisionadas pela coordenação e direção do Instituto Brasileiro de Capoterapia bem como a equipe técnica da proposta.
- Na fase inicial, o acompanhamento será feito mensalmente pela equipe técnica da proposta, com base no cronograma de execução das atividades, por meio de relatórios e registros fotográficos.
- O processo de avaliação será processual e contínuo, porém serão utilizados os seguintes instrumentos de verificação:
 - ✓ Lista de presença
 - ✓ Relatórios
 - ✓ Registros fotográficos
 - ✓ Reunião de planejamento da equipe e coordenação
 - ✓ Além de ficha de avaliação dos participantes

Ainda ressaltamos que serão registrados nas redes sociais da entidade os números alcançados pelo projeto.

Nos processos de acompanhamento e avaliação, será priorizada a aferição de resultados quantitativos e qualitativos, por meio das informações produzidas pelas diferentes ações e/ou atividades decorrentes desta parceria, conforme abaixo identificados.

Quantitativos

- Relação de beneficiados cadastrados;
- Listas de Frequências dos beneficiados;
- Lista de frequência
- Relatórios com fotos e descrição das atividades.

Qualitativos

- Formulários de avaliação – inscritos/atendidos:
- Auto avaliação;
- Avaliação dos Capoterapeutas;

Importância dos auxiliares técnicos

Quando falamos de mulheres em situação de vulnerabilidade social ou expostas a situações de violências, a realidade do atendimento obtido não raramente está aquém do esperado, mostrando o despreparo de gestores e atendentes, o que reflete direta e negativamente na



experiência e nos resultados obtidos.

Os Auxiliares Técnicos irão contactar os beneficiados para a participação presencial nos núcleos de cada região administrativa e/ou RIDE, no qual durante a entrevista serão orientados e informados quanto aos dias e horários que serão realizadas as sessões presenciais de Capoterapia, também serão orientados quanto aos procedimentos de distanciamento, uso de máscara e a utilização de álcool gel em todas as ações, seguindo as orientações da Organização Mundial de Saúde (OMS).

A proposta é que o Monitoramento seja de forma contínua, a fim de apontar desvios, necessidade de atualizações e ajustes no projeto e informar as partes interessadas sobre a evolução dos resultados planejados, identificando experiências exitosas e lições aprendidas que permitem aprimorar o processo. Por meio da coleta e análise de dados dos indicadores predeterminados. O monitoramento contínuo permite, também, verificar se os insumos e recursos estão sendo utilizados com eficiência.

A Avaliação consistirá em uma análise objetiva e sistemática do desenvolvimento do projeto, avaliar a relevância, a eficácia, a eficiência, o impacto e a sustentabilidade do projeto. Como instrumento de avaliação também serão utilizados livros Atas para que seja feito o levantamento das pessoas presentes nas palestras e sua frequência para sabermos se as metas quantitativas, de público direto, foram atingidas.

Com o propósito de averiguar se a relação custo/benefício atendeu aos propósitos descritos no projeto. A Proponente disponibilizará instalações e local adequado, equipamentos e aquisição de materiais e outros itens que forem necessários a execução do Projeto.

Brasília/DF, 09 de Outubro de 2022.

Sonia Maria Barbosa de Andrade
Presidente