



# Boletim Interno

Barueri, 05 de Março de 2021

## INSTITUTO DE CIDADANIA RAÍZES

### Nesta edição

- 1 Instituto de Cidadania Raízes
- 2 Agenda Semanal de Atividades
- 3 Assuntos Gerais e Administrativos
- 4 Notícias - Fique por Dentro

---

*Fomentar a prática  
esportiva e de atividades  
físicas para crianças,  
adolescentes, jovens,  
adultos, idosos e pessoas  
com deficiência.*

---

Fundado em 1999, o **INSTITUTO DE CIDADANIA RAÍZES** (Instituto Raízes) é uma organização social civil sem fins lucrativos, cujo objetivo é promover e desenvolver o ser humano nos aspectos educacional, cultural, esportivo e social, tendo como premissa ampliar as oportunidades ao indivíduo. Atuamos em parceria com gestores públicos e privados, educadores, pesquisadores, empreendedores e outras organizações a fim de formular políticas públicas e práticas socioeducativas baseadas em vivências. Há 22 anos atuamos no que pode-se chamar a vanguarda do movimento social de base. E, desde cedo, elegemos a educação como mola propulsora do nosso movimento. Ao impulsionar as pessoas produzimos desenvolvimento, principalmente aos menos favorecidos da sociedade. O Brasil se formou como um país exclusivista, beneficiando sempre a parcela mais abastada. No entanto, o trabalho das entidades sociais é justamente furar este bloqueio através da Educação, proporcionando conhecimento, formação pessoal e profissional. Desenvolvendo e empoderando as pessoas, ajudamos a possibilitar que o Brasil tenha justiça social, liberdade, saúde universalizada e dignidade a todos. Educar é um desafio que, desde cedo optamos por assumir. Hoje, contabilizamos mais de 300 mil pessoas que já passaram por nossos cursos, programas, projetos, convênios, parcerias ao longo desses 18 anos. Com mais maturidade, projetamos um futuro onde o alcance do Raízes se expandirá para todo o país.

## AGENDA SEMANAL

MARÇO 2021						
D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

*As aulas on-line do Programa Barueri Esporte Forte acontecem de segunda a sexta-feira, das 8 às 18 horas, na página do Facebook Secretaria de Esportes de Barueri!*



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
8h	Condicionamento Handebol	Condicionamento Físico	Cross Training	Condicionamento Físico	Cross Training
9h	Funcional	Kung Fu		Kung Fu	
10h	Judô	Condicionamento Basquete	Judô	Preparação Física Futebol	Taekwondo
11h		Karatê	Capoeira	Karatê	
12h					
13h					
14h		Funcional Volei			Judô
15h			Condicionamento		
16h	Preparação Física Futsal	Atletismo		Ginástica Artística	
17h	Condicionamento	Condicionamento	Condicionamento	Condicionamento	Condicionamento
18h	Muay Thai	Jiu Jitsu	Muay Thai	Jiu Jitsu	Muay Thai

## ASSUNTOS GERAIS E ADMINISTRATIVOS

### PARA CONHECIMENTO E DEVIDA TRAMITAÇÃO:

#### I. Recursos Humanos

- Realizado em 26 de fevereiro de 2021 Envio de documentação para audiência de ex-funcionários. (Auricelia Maria da Silva Pereira e Patricia Vitoriano da Silva Basílio.

- Realizado em 2 de março de 2021 Confirmações de Exame Periódico da colaboradora Juliana Sati.

- Realizado em 3 de março de 2021 Envio da Folha de Pagamento ao Financeiro.

#### 3.3 – Financeiro

- Pagamento no dia 26 de fevereiro de 2021 da NF 2100 referente a GUIA da Previdência Social – GPS.

- Pagamento no dia 26 de fevereiro de 2021 da NF 679 da empresa MIRELEN CARVALHO FREIRE – ME, referente a Aquisição de Cestas Básicas à serem distribuídas entre os colaboradores do Instituto.

- Pagamento no dia 26 de fevereiro de 2021 da NF 1038 da empresa LC FREIRE ALIMENTOS - ME, referente a Aquisição de Kits Lanches.

- Pagamento no dia 26 de fevereiro de 2021 da NF 83 da empresa MILENIO LOCADORA E TURISMO LTDA, referente ao Transporte de 35 pessoas, com saída de Barueri (Ginásio José Corrêa) destino Santo Amaro, na data de 23/02/2021.

- Pagamento no dia 26 de fevereiro de 2021 da NF 14 da empresa ANDERSON

FELIPE SILVA, referente a Aquisição de Produtos de Limpeza.

- Pagamento no dia 1 de março de 2021 da NF 182 da empresa EDUARDO RAFAEL BATISTA LIRA, referente a Prestação de Serviços de Manutenção e Conserto Completo de 6 (seis) cadeiras modelo diretor do auditório localizado no Ginásio José Corrêa.

- Pagamento no dia 02 de março de 2020 da NF 84 da empresa MILENIO LOCADORA E TURISMO LTDA, referente a Locação de Ônibus para atender a modalidade de Futebol do dia 01/02 a 25/02/2021. Total de 19 diárias.

- Pagamento no dia 02 de março de 2020 da NF 85 da empresa MILENIO LOCADORA E TURISMO LTDA, referente a Locação de Ônibus para atender as modalidades de Basquete e Handebol do dia 01/02 a 29/02/2021. Total de 15 diárias.

- Pagamento no dia 3 de março de 2021 da NF 40 da empresa CESAR DA CONCEIÇÃO RIBEIRO, referente a Prestação de Serviço de Impressão e Encadernação do Livro Currículo Barueri Esporte Forte: miolo 296 páginas impressas em papel offset 75 g, impressão digital colorida frente e verso, formato 210x297 mm,. capa e contracapa impressão no formato 330x480mm, papel offset 150g, revestida com laminação fosca, impressão digital colorida frente, encadernação capa dura com lombada quadrada com empastamento em papelão cinza 1,7mm de espessura.

.

## FIQUE POR DENTRO – NOTÍCIAS

### ALUNOS E ATLETAS DO BARUERI ESPORTE FORTE CONTAM COM ATENDIMENTO NUTRICIONAL



Você sabia que os alunos e atletas do Programa Barueri Esporte Forte contam com atendimento nutricional? É isso mesmo! Através de acompanhamento profissional, em consultas individuais e/ou palestras coletivas, os esportistas baruerienses recebem todo o suporte necessário para uma alimentação balanceada que os auxilie na melhora de seu desempenho esportivo.

Segundo a nutricionista do Programa, Renata Starling, essa assistência tem papel de suma importância para a formação esportiva dos jovens e crianças, já que um planejamento alimentar adequado contribui significativamente para o aumento e a manutenção do rendimento durante as aulas e treinos.

“Por meio da nutrição esportiva direcionamos um olhar especial a cada aluno e atleta, adequando sua rotina de horários e refeições, pré-treino, pós-treino, hidratação, orientando os alimentos que devem ser ingeridos, sua exata quantidade, assim como a suplementação se necessário, tudo isso de

acordo com cada categoria, modalidade esportiva e seus aspectos fisiológicos”, ressalta.

Renata explica ainda que, alguns nutrientes se prescritos corretamente são capazes de fornecer energia, potencializar o tempo do atleta, prevenir possíveis lesões, melhorar a recuperação muscular e ajudar na manutenção do peso. “Além é claro, do trabalho intenso de reeducação alimentar no âmbito social”.



Vale ressaltar que, durante o período de isolamento social o atendimento nutricional segue sendo realizado por videoconferências.