



AFADEFI

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Ofício nº 005/2021

Balneário Camboriú, 13 de outubro de 2021.

Prezado Senhor,

Estamos enviando a relatório de prestação de contas referente ao mês de agosto de 2021, do Termo de fomento nº 010/2021, referente ao edital 002/2021, firmado entre a Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú, por intermédio da Fundação Municipal de Esportes (FME) e a Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos (AFADEFI)

Sem mais para o momento, reiteramos nossos protestos de elevada estima e consideração.

Atenciosamente,

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI

RUA 1500, N.º 1.838 - CENTRO - BALNEÁRIO CAMBORIÚ –SC.
Fone: 47 3366-0678 / E-mail: afadefi.bal@hotmail.com
Site: afadefi.com.br



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

Ofício nº 005/2021

Balneário Camboriú, 13 de outubro de 2021.

Prezado Senhor,

Estamos enviando a relatório de prestação de contas referente ao mês de agosto de 2021, do Termo de fomento nº 010/2021, referente ao edital 002/2021, firmado entre a Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú, por intermédio da Fundação Municipal de Esportes (FME) e a Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos (AFADEFI)

Sem mais para o momento, reiteramos nossos protestos de elevada estima e consideração.

Atenciosamente,

Evandro Prezzi

Presidente da AFADEFI

RUA 1500, N.º 1.838 - CENTRO - BALNEÁRIO CAMBORIÚ –SC.
Fone: 47 3366-0678 / E-mail: afadefi.bal@hotmail.com
Site: afadefi.com.br

BALANCETE DE PRESTAÇÃO DE CONTAS DE RECURSOS ANTECIPADOS

SETEMBRO 2021

ANEXO 01

UNIDADE CONCEDENTE: Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú.

COMPLEMENTO: FUNDESPORTE.

ORDENADOR DA DESPESA: OSMAR DE MIRANDA

ENTIDADE BENEFICIADA: ASSOCIAÇÃO DE APOIO AS FAMÍLIAS DE DEFICIENTES FÍSICOS - AFADEFI

CNPJ: 05.405.039/0001-02

FONE: 47-3366-0678

ENDEREÇO: Rua 1500 nº 1837 Centro

CEP: 88330-528

E-MAIL: afadefi.bal@hotmail.com

RESPONSÁVEL: Evandro Prezzi

CPF: [REDACTED]

NOTA DE EMPENHO Nº

DATA:

VALOR: 2.100,00

CONVÊNIO PMBC/SEAG Nº

DATA:

DEPÓSITO EM:

AUTORIZAÇÃO LEGISLATIVA Nº

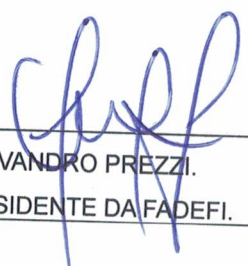
DATA:

Parcela 05 R\$ 2.100,00

HISTÓRICO FIEL DA FINALIDADE: Viabilizar a contratação de 1 (um) nutricionista – 15 - Viabilizar a contratação de 1 (um) técnico da modalidade de tênis de mesa – 10h, aquisição de uniformes e equipamentos esportivo

DOCUMENTO		HISTÓRICO	RECEBIMENTOS	PAGAMENTOS
NÚMERO	DATA			
REPASSE	04/10/2021	Parcela nº 05	R\$ 2.100,00	
TARIFA	04/10/2021	Tarifa de manutenção de conta		R\$ 10,45
TARIFA	04/10/2021	Tarifa de transferência.		R\$ 84,00
NF:05	07/10/2021	Pgto nutricionista 15 horas semanais		R\$ 1.040,00
NF:05	07/10/2021	Pgto técnico de tênis de mesa 10 horas semanais		R\$ 640,00
Transferência	07/10/2021	Recursos próprios da entidade	R\$ 84,00	
Transferência	07/10/2021	Recursos próprios da entidade	R\$ 10,45	
GUIA	07/10/2021	Pgto Guia Previdência Social		R\$ 420,00
Aplicação	07/10/2021	Juros de aplicação	R\$ 0,12	
Transferência	07/10/2021	Devolução para o FUNDESPORTE		R\$ 0,12
TOTALS			R\$ 2.194,57	R\$ 2.194,57

LOCAL E DATA: Balneário Camboriú, 13 de outubro 2021.


EVANDRO PREZZI.
PRESIDENTE DA AFADEFI.


MARCIO JOSÉ MARCHI DOS SANTOS,
TESOUREIRO DA AFADEFI.



Consultas - Extrato de conta corrente

G337070940500674065
07/10/2021 10:16:56

Cliente - Conta atual

Agência 5271-X
 Conta corrente 10047-1 ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
 Período do extrato Mês atual

Lançamentos

Dt. balancete	Dt. movimento	Ag. origem	Lote	Histórico	Documento	Valor R\$	Saldo	
09/09/2021		0000	00000	000 Saldo Anterior			0,00 C	
04/10/2021		0000	14134	612 Recebimento Fornecedor	298.010	2.100,00 C		
				FUNDACAO MUNICIPAL DE ESPORTES DE B				
04/10/2021		0000	13113	310 Tar DOC/TED Eletrônico	822.770.903.869.513	10,45 D		
				Cobrança referente a 09/09/2021				
04/10/2021		0000	13113	435 Tarifa Pacote de Serviços	862.770.906.037.021	84,00 D		
				Cobrança referente a 10/09/2021				
04/10/2021		0000	00000	345 BB RF Automatico Empresa	5	2.005,55 D	0,00 C	
07/10/2021		5271	05271	144 Transferência enviada	551.489.000.044.361	1.040,00 D		
				07/10 1489 44361-1 ANNY CAROLINE				
07/10/2021		5271	05271	393 TED Transf.Eletr.Disponiv	100.701	640,00 D		
				341 6615 04335549911 JOSE GAMBA NETO				
07/10/2021		5271	05271	870 Transferência recebida	555.271.000.313.233	84,00 C		
				07/10 5271 313233-1 AFADEFI ASSOC				
07/10/2021		5271	05271	870 Transferência recebida	555.271.000.313.233	10,45 C		
				07/10 5271 313233-1 AFADEFI ASSOC				
07/10/2021		5271	05271	196 INSS Arrecadação	100.702	420,00 D		
				GPS- Ident.: 5405039000102 - 09/2021				
07/10/2021		5271	05271	144 Transferência enviada	551.489.000.059.500	0,12 D		
				07/10 1489 FUNDESPOR 00005405039000102				
07/10/2021		0000	00000	999 S A L D O			2.005,67 D	
Invest.com Resgate Autom.							2.005,67 C	
Saldo								2.005,67 C
Juros *								0,00 C
Data de Debito de Juros								0,00
IOF *								29/10/2021
Data de Debito de IOF								0,00
								01/11/2021
Saldo de fundos de investimento								
RF Automático Empres								2.007,02

 Bora participar da MPE Week? O BB te ajuda a vender mais e sua empresa ainda concorre a premios de R\$50 mil. Acesse bb.com.br/mpeweek

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

DECLARAÇÃO

Declaramos para os devidos fins que os valores depositados na conta n. 100471 do FUNDESPORTE, nos importes de **R\$ 84,00** (oitenta e quatro reais), e R\$ 10,45(dez reais e quarenta e cinco centavos) correspondem às seguintes compensações pagamento de manutenção de conta corrente e tarifa de transferência.

Por ser expressão da verdade, firmo a presente.

Balneário Camboriú, 13 de outubro de 2021.

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI

**Transferências entre contas correntes BB**G337070940500674042
07/10/2021 10:02:47**Debitado**

Nome AFADFI ASSOC APOIO FAMIL
Agência 5271-X
Conta corrente 313233-1

Creditado

Nome ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
Agência 5271-X
Conta corrente 10047-1
Valor 84,00
Data Nesta data

Bora participar da MPE Week? O BB te ajuda a
vender mais e sua empresa ainda concorre a
premios de R\$50 mil. Acesse bb.com.br/mpeweek

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.

Serviço de Atendimento ao Consumidor - SAC 0800 729 0722

Ouvidoria BB 0800 729 5678
Para deficientes auditivos 0800 729 0088

**Transferências entre contas correntes BB**G337070940500674053
07/10/2021 10:10:20**Debitado**

Nome AFADEFI ASSOC APOIO FAMIL
Agência 5271-X
Conta corrente 313233-1

Creditado

Nome ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
Agência 5271-X
Conta corrente 10047-1
Valor 10,45
Data Nesta data

Bora participar da MPE Week? O BB te ajuda a
vender mais e sua empresa ainda concorre a
premios de R\$50 mil. Acesse bb.com.br/mpeweek

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.

Serviço de Atendimento ao Consumidor - SAC 0800 729 0722

Ouvidoria BB 0800 729 5678
Para deficientes auditivos 0800 729 0088



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins, que o valor de R\$ 0,12 (doze centavos) foi devolvido para o FUNDESPORTE, referente juros de aplicação.

para que produza os devidos efeitos passo a presente declaração aos 13 dias do mês de outubro de 2021.

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI

**Depósito Identificado - Entre contas correntes BB - 3o nível****Debitado**

Nome ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
Agência 5271-X
Conta corrente 10047-1

Creditado

Nome FUNDESPORTEBC
Agência 1489-3
Conta corrente 59500-4
Valor 0,12
Identificador 1 05405039000102
Identificador 3 05405039000102
Data Nesta data

Bora participar da MPE Week? O BB te ajuda a
vender mais e sua empresa ainda concorre a
premios de R\$50 mil. Acesse bb.com.br/mpeweek

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.

Serviço de Atendimento ao Consumidor - SAC 0800 729 0722

Ouvidoria BB 0800 729 5678
Para deficientes auditivos 0800 729 0088



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

DECLARAÇÃO

Declaro para os devidos fins que o recurso no valor de R\$ 2.100,00 (dois mil e cem reais), referente às parcela 05 do Termo de fomento nº 010/2021, referente ao Edital 002/2021, firmado entre a Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú, por intermédio da Fundação Municipal de Esporte (FME) e a Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos (AFADEFI), foi aplicado em observância aos devidos fins a que se destina, tendo sido escriturado nos registros contábeis da AFADEFI, permanecendo à disposição dos órgãos de fiscalização e auditoria para os exames que se fizerem necessários.

Outrossim, declaro ainda que a documentação comprobatória da realização das despesas não foi utilizada em outro convênio/acordo/ajuste/termo.

E para que produza os devidos efeitos passo a presente declaração aos 13 dias do mês de outubro de 2021.

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

ATESTADO

Eu, EVANDRO PREZZI, Presidente da AFADEFI, atesto para os devidos fins que os materiais e serviços que constam nos documentos fiscais apresentados, foram recebidos ou prestados e estão em conformidade com as especificações nele consignadas.

E para que produza os devidos efeitos passo a presente declaração aos 13 dias do mês de outubro de 2021

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI



AFADEFI

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

*Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.*

DECLARAÇÃO

Declaramos para os devidos fins e a quem possa interessar que a prestação de contas referente à 05 parcela do Termo de Fomento nº 010/2021, referente ao edital 002/2021 firmado entre a Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú, por intermédio da Fundação Municipal de Esportes (FME) e a Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos (AFADEFI), será pública a partir de 20/10/2021 no site oficial da AFADEFI: <https://afadefi.com.br>

Por ser expressão da verdade, firmamos a presente.

Balneário Camboriú, 13 de outubro de 2021.

Evandro Prezzi
Presidente da AFADEFI



AFADEFI

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

PARECER DO CONSELHO FISCAL

O Conselho Fiscal da Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos – AFADEFI, inscrita no CNPJ 05.405.039/0001-02, no uso de suas atribuições legais, após haver precedido ao exame dos documentos que compõe a Prestação de Contas referente às parcela 04 do Termo de fomento nº 010/20210, referente ao edital 002/2021 firmado entre a Prefeitura Municipal de Balneário Camboriú, por intermédio da Fundação Municipal de Esportes(FME) e a Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos (AFADEFI), manifesta-se favoravelmente ante à regularidade das contas e documentos comprobatórios apresentados, opinando pela sua aprovação.

Balneário Camboriú, 13 de outubro de 2021.

CONSELHO FISCAL:

Marcílio dos Santos

CPF: [REDACTED]

Alvonir Gregório Pedroni

CPF: [REDACTED]

Hélio Gonçalves

CPF: [REDACTED]

Débora Uhlmann

CPF: [REDACTED]

Márcia Pereira

CPF: [REDACTED]

Cristiana Ludtke de Oliveira

CPF: [REDACTED]



PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO CAMBORIÚ
SECRETARIA DA FAZENDA



Número da Nota Fiscal

5

Série: EA

Data Emissão: 29/09/2021

Certificação: D0959-52431

NOTA FISCAL AVULSA DE SERVIÇOS ELETRÔNICA - NFS-E

DADOS DO PRESTADOR

Nome/Razão Social: ANNY CAROLINE DE BASSI
Nome Fantasia: ANNY CAROLINE DE BASSI
CNPJ/CPF: ██████████
Endereço: 2870
Bairro: CENTRO
Município: BALNEÁRIO CAMBORIÚ
E-mail: annybassi4@gmail.com

Cód. único: 185708

PIS/PASEP: 15721541273
Nº: 830
Compl.: CASA
UF: SC CEP: 88330-360
Telefone: 47999659530

DADOS DO TOMADOR

Nome/Razão Social: AFADEFI-ASSOC.APOIO DEFICIENTES FISICOS
CNPJ/CPF: 05.405.039/0001-02
Endereço: RUA 1500
Bairro: CENTRO
Município: BALNEÁRIO CAMBORIÚ
E-mail: cassio@organizecontabilidade.com.br

Insc. Municipal: 105648

Insc. Estadual:
Nº: 1837
Compl.:
UF: SC CEP: 88330-528
Telefone: 4733635194

DISCRIMINAÇÃO DO SERVIÇO

SERVIÇOS DE NUTRICIONISTA REFERENTE AO MÊS DE SETEMBRO

Item

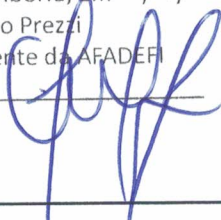
SERVIÇOS DE NUTRICIONISTA REFERENTE AO MÊS DE SETEMBRO

Tributável
Sim

Qtde.
1,00

Vi. Unitário R\$
1.300,0000

Total R\$
1.300,00

Certifico que o material/serviço constante deste documento foi recebido/prestado e está em conformidade com as especificações nele contidas.
Balneario. Camboriú, Em ---/---/---
Nome: Evandro Prezzi
Cargo: Presidente da AFADEFI
Assinatura: 

Valor Tributável:
R\$ 1.300,00

Valor não Tributável:
R\$ 0,00

VALOR BRUTO DA NOTA

R\$ 1.300,00

Valor Total das Deduções:
R\$ 0,00

Desconto Incondicionado:
R\$ 0,00

Desconto Condicionado:
R\$ 0,00

Base de Cálculo:
R\$ 1.300,00

Alíquota:
2,0000%

Valor do ISS:
R\$ 26,00

PIS: 0,000%
R\$ 0,00

COFINS: 0,000%
R\$ 0,00

INSS: 0,000%
R\$ 0,00

IR: 0,000%
R\$ 0,00

CSLL: 0,000%
R\$ 0,00

Outras Retenções:
R\$ 0,00

Valor Aproximado de Impostos: Federais R\$ 0,00 Estaduais R\$ 0,00 Municipais R\$ 0,00

VALOR LÍQUIDO DA NOTA

R\$ 1.300,00

ENQUADRAMENTO DO SERVIÇO

4.10 - Nutrição.

OUTRAS INFORMAÇÕES

Mês de Competência: 09/2021
Recolhimento: Sem Retenção
CNAE:
Observações:

Local do Recolhimento: BALNEÁRIO CAMBORIÚ/SC
Tributação: Tributação por Faturamento (Variável)

Data Geração: 29/09/2021 13:42:29

Impresso em: 06/10/2021 às 13:34:25

O conteúdo deste documento fiscal é de inteira responsabilidade do emissor.

Recebi(emos) de: ANNY CAROLINE DE BASSI
Os serviços constantes nesta Nota Fiscal Avulsa de Serviços Eletrônica.

Data

Assinatura do Recebedor

NOTA FISCAL DE SERVIÇOS ELETRÔNICA
Número: 5
Certificação
D0959-52431



Transferências entre contas correntes BB

G3370709405006741
07/10/2021 09:55:25

Debitado

Nome ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
 Agência 5271-X
 Conta corrente 10047-1

Creditado

Nome ANNY CAROLINE DE BASSI
 Agência 1489-3
 Conta corrente 44361-1
 Valor 1.040,00
 Data Nesta data

Bora participar da MPE Week? O BB te ajuda a vender mais e sua empresa ainda concorre a premios de R\$50 mil. Acesse bb.com.br/mpeweek

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.
 Serviço de Atendimento ao Consumidor - SAC 0800 729 0722

Ouvidoria BB 0800 729 5678

RECIBO DE PAGAMENTO A AUTÔNOMO - RPA

Nro recibo	Nro talão

Nome ou razão social da empresa	Matrícula (CNPJ ou INSS)
56 - ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFICIENTES FISICOS - AFADefi	05.405.039/0001-02

Recebi da empresa acima identificada, pela prestação dos serviços de SERVIÇOS DE NUTRICIONISTA, a importância de R\$ 1.040,00 (um mil e quarenta reais).

Dependentes: 0 Competência: 09/2021 Centro de custo: 3 - CMAS 3

Salário - Base	Taxa	Valor máximo p/ reembolso
R\$ 1300,00	0,00 %	R\$ 0,00

Valor já reembolsado no mês	Saldo

Carreteiro (cálculo do valor do reembolso)

Aplicar % sobre o valor da mão-de-obra (% do FRETE). O resultado corresponderá ao REEMBOLSO, respeitando como limite máximo o valor registrado no campo SALDO.

Número de Inscrição
NO INSS: 157.21541.27.3
NO CPF: ██████████

Documento de identidade
Número ██████████ Orgão emissor SSP

Localidade	Data
BALNEARIO CAMBORIU	

ESPECIFICAÇÃO

I Valor do serviço prestado	R\$	1.300,00
II Reembolso (0 % Val.Serviço)	R\$	0,00
SOMA	R\$	1.300,00

DESCONTO

III Inss Contribuinte Individual	R\$	260,00
IV	R\$	0,00
V	R\$	0,00
VI	R\$	0,00
VII	R\$	0,00
VIII	R\$	0,00
SOMA	R\$	260,00
Valor líquido	R\$	1.040,00

Assinatura

Nome completo

ANNY CAROLINE DE BASSI



AFADefi

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

Relatório Nutricional dos Atletas Associados a AFADefi

Em setembro foi realizada avaliações físicas, com cálculo do percentual de gordura em atletas da Associação de Apoio as famílias de Deficientes Físicos que tinham como objetivo competições alvo no mês subsequente. Com auxílio de um adipômetro foi aferido as pregas cutâneas desses atletas e calculado seu percentual de gordura corporal. Foi realizado também o retorno de todos os atletas que já estavam em acompanhamento nutricional, identificado padrões alimentares que ainda precisavam ser ajustados nos pacientes e sugerido mudanças que pudessem os ajudar no desenvolvimento desses novos hábitos. Para facilitar a compreensão de alguns pacientes com o seguimento do plano alimentar, foi feita atividades lúdicas sobre alimentação saudável individualmente com cada um, nos casos necessários.

P.P, do sexo feminino, solteira, retorna à consulta referindo sentir-se bem porém com cólica, seguiu parcialmente as orientações, e no dia atual não fez o café da manhã pois estava enjoada pela cólica, está treinando bem e não tem se sentindo mais tão cansada, sem queixas de cãimbra, está fazendo uso do CarbUp e sente-se bem, imunidade está ótima, ainda não ficou gripada neste inverno, comprou o própolis e está tomando as vezes de manhã, as vezes a noite, melhora da queda de cabelo, não está tendo muitas crises de ansiedade, voltou a roer as unhas, pele acneica apresentou melhora, muita melhora dos gases. Sono está adequado, acaba dormindo muito as vezes. Hábitos intestinais entre tipo 2 e 3 de acordo com a escala de Bristol, com frequência diária de até 2 vezes ao dia. Hábitos urinários tipo 2 e 3 de acordo com a escala colorimétrica, ingestão hídrica próxima a 2L diário. Realizada avaliação antropométrica percentual de gordura em 21,03% (Acima da média). **Recordatório alimentar:** Café da manhã: 1 caneca de chá + ½ pão integral com manteiga e orégano OU torrada de banana com pasta de amendoim + 1 fruta. Lanche: ½ fruta. Almoço: Salada + batata doce (2 rodela médias) + inhame (2 rodela) + arroz integral (1 col de servir) + file de frango (2 unidades) + feijão (1 concha). Pré treino: 1 copo (250ml) de suco natural + 1 dose de creatina. Intra-treino: 1 dose de carbUp em dias de treinos extenuante. Pós treino: 1 fruta. Café da tarde: 1 xícara de café ou chá com 1 col pequena de açúcar + 1 ovo mexido + tomate + orégano + peito de peru + 1 fatia de pão + 1 fruta. Jantar: 1 batata doce pequena assada OU 1 colher de servir de arroz + 1 pedaço de fígado ou bife ou 2 ovos + meio prato de salada. Ceia: 1 fruta + 1 xícara de chá. **Recomendações alimentares:** Café da manhã: 1 xícara de chá (dias de treino pela manhã 1 xícara de café sem açúcar) + 1 fatia de pão torrada + 1 ovo + 1 fatia de mamão + 1 col de chia OU 1 fatia de pão + pasta de amendoim + 1 banana + canela + ½ dose de whey. Lanche: mix

Rua 1500 n° 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

de oleaginosas (2 castanhas do para + 5 castanhas de caju + 1 colher de sopa de semente de abóbora) + 1 damasco desidratado. Almoço: Comece consumindo 1 prato de salada crua + em seguida monte seu prato: 1 col de servir de arroz 7 grãos + 1 concha de feijão (3 vezes na semana *dias que não tiver treino a tarde) + 3 filés sassami de frango + 1 col de servir de legumes (chuchu, abobrinha, beterraba, beringela, brócolis, vagem...) + 2 a 3 rodela de batata doce ou inhame ou 3 colheres de sopa de pure. Pré treino: RETIRAMOS. Intra-treino: 1 dose de CarbUp em dias de treinos extenuante. Pós treino: 1 fruta + 1 dose de whey + creatina. Café da tarde: 1 xícara de café ou chá sem açúcar + 2 ovos mexidos + tomate + orégano + rúcula ou salsinha + 1 fatia de pão + 1 fruta. Jantar: 1 batata doce pequena assada OU 1 colher de servir de arroz + 1 pedaço de fígado ou bife ou 2 ovos + meio prato de salada. Ceia: se sentir necessidade 1 fruta + 1 xícara de chá.

M.S.R, retorna à consulta sentindo-se bem, não ficou doente, já está vacinado com as duas doses da vacina contra covid, e semana que vem vai tomar a vacina antitetânica que está atrasada, unhas e cabelos muito fortes, permanece sem queixas de saúde, refere melhora da queixa de gases. Rotina já voltou ao normal, está tendo aula presencial todos os dias de manhã e treina pela tarde ou noite. Treinos estão indo bem, está treinando junto com o colega de equipe M.F.T. Sono está bom queixa-se apenas de dificuldade para pagar no sono (fica assistindo tv com o irmão). Hábitos intestinais tipo 3 de acordo com a escala de Bristol, diariamente média de 3 a 4 vezes ao dia. Hábitos urinários tipo 4 de acordo com escala colorimétrica, consome menos de 1L de água por dia. **Recordatório alimentar:** 7:00 café da manhã (1 pão francês com manteiga e chimia + 1 xícara de café preto com 1 colher de açúcar) 9:00 lanche (1 fruta ou copo de nescau ou bolacha ou comida), 12:00 almoço (1 colher de servir de arroz + 1 concha grande de feijão + 1 pedaço de carne + 1 copo de suco de pózinho), 16:00 pós treino (as vezes lembra de levar uma banana), 17:30 café da tarde (1 pote de iogurte + 1 banana + açúcar), 20:30 jantar (arroz + feijão + galinha ou carne + salada é raro + 1 copo de suco artificial junto com a refeição). **Recomendações:** Levar 1 garrafa de água para a escola; comer pelo menos 1 tipo de salada no jantar; colocar apenas 1 col de açúcar no café; tomar suco no almoço e jantar apenas aos fiais de semana. Café da manhã (2 fatias de pão integral + 1 fatia de queijo + 1 fatia de peito de peru ou 1 ovo + café), lanche (o que for oferecido na escola), Almoço (manter o que já vem realizando, porém sem o suco), lanche (1 fruta + 1 dose de whey), café da tarde (1 copo de iogurte de kefir + 1 fruta + 1 col de mel + 1 pão com queijo), jantar (manter o que já vem realizando, mas acrescentar 1 tipo de salada).

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

C.G.C, atleta do sexo feminino, 16 anos, retorna à consulta sentindo-se bem, foi a medico devido aos episódios de sangramento no pé, com ressecamento em uma perna e coceira, fez exames, mas ainda não estão prontos, ciclo menstrual regulou, porém muito intenso (cólica, fluxo e moleza), imunidade está boa, sem queixas de resfriados, pele do rosto permanece acneica (acredita ser devido ao uso de máscara). Continua sem casos de borborismo do intestino. Treinos estão muito intensos, planilhas não estão muito extensas, mas intensas, porém diz estar aguentando bem. Queixa-se de cansaço devido a semana de provas da escola. Refere sono adequado. Hábitos intestinais permanecem tipo 4, 2 a 3 vezes ao dia. Hábitos urinários melhorou para tipo 3 e as vezes 4 (escala colorimétrica), está consumindo 1,5L de água por dia. Realizado aferimento do percentual de gordura: 27,09%. **Recordatório alimentar:** 6:30 café da manhã (1/2 panqueca de banana recheada com mel); 9:45 Lanche (1 fruta + 1/2 panqueca de banana recheada com mel); 12:00 Almoço (Arroz 1 colher de servir + Feijão 1 colher de servir + Carne 1 colher de servir (quantidade considerável) + banana + salada); 16:30 lanche (1 fruta); 17:15 Café da tarde (1 dose de whey + 2 colheres de sopa de granola + 6 colheres de iogurte natural + 1 fruta + 1 dose de cretina). 20:45 Jantar (Repete o almoço). **Orientação:** Permanecer com cardápio anterior, apenas acrescentar + 1 ovo e 1 col da tapioca no café da manhã: café da manhã ½ Crepioca (2 ovos + 1 banana + 2 col de aveia + canela + recheie com + 1 banana ou pasta de amendoim ou mel). Lanche ½ panqueca. Almoço: 1 ½ de arroz + 1 concha feijão + 1 pedaço de carne + salada (evitar tomar água ou suco, deixe o suco para levar ao treino). Pós treino: Whey + 1 fruta + 8 colheres de iogurte + 3 col de granola + 2 castanhas do Pará. Jantar: Igual o almoço, porém apenas 1 col de arroz integral. Consumir pelo menos 2 garrafas de água (grande). Chá de camomila antes de dormir. Aumentar o consumo de água para 2 garrafas por dia.

M.F.T, do sexo masculino, retorna à consulta disse estar seguindo as orientações, porém diminuiu a quantidade de água, relata estar rodando cerca de 40km na semana e fazendo pouca musculação. Tem sinusite, mas permanece sem ter casos, pele sente teve piora nas acnes, percebe relação com a diminuição da água. Está treinando bem, porém sente-se bem cansado durante os treinos, pernas estão “travadas”, sente um pouco de falta de ar nos treinos. Está dormindo bem “capotando”, média de 7 horas por noite. Hábitos intestinais tipo 3, diariamente, frequência de 3 vezes ao dia. Hábitos urinários mudou para 3 e 4 de acordo com escala colorimétrica. Ingestão hídrica próxima a 2L por dia. Avaliação antropométrica: - 2,6kg. **Recordatório alimentar:** 6:30 café da manhã: 1 pão francês + 2 ovos + 1 café com leite adoçado no bule OU só pão OU bolacha salgada com doce de leite. 9:00 Lanche (comida ou em casa bolacha); 12:00 Almoço (Marmita: arroz, feijão, macarrão e carne ou miojo ou sopa ou sobra). 17:30 Lanche (Café com leite + 1 pão com ovo, as vezes sem ovo). 20:30 jantar (Sopa ou 1 ½ colher de servir de polenta + 1 e ½ concha de feijão + 2 bifés ou 2 colheres de servir

Rua 1500 n° 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

carne moída. **Proposta de mudança:** Café da manhã (1 fatia de pão integral + 2 ovos ou 1 copo de iogurte natural com aveia + café com leite); Lanche (Escola: comida oferecida; Em casa: 1 fruta + 1 col de sopa de chia, granola ou aveia); Almoço (Marmita, nesse mês poderá consumir 2 carboidratos, mas deve caprichar na salada); Durante o treino (Em treinos longos consumir 1 garrafinha 50% de suco de uva integral ou 1 doce de banana ou 1 sachê de carbUp); Lanche (1 fatia de pão integral + 2 ovos + café com leite OU 1 copo de iogurte natural + 2 frutas picadas + 1 col pequena de mel + 2 col de sopa de aveia ou granola); Jantar (No jantar vamos manter apenas 1 fonte de carboidrato + proteína + salada).

B.M.T. reside com os pais, quem faz a comida é a mãe. Gostaria de ajustar os exames e perder peso. Imunidade boa, cabelos e unhas fortes, não tem dor de cabeça, ciclo menstrual está fraco devido a prolactina alta, pele boa, as vezes muitos gases, já teve intestino preso. Antecedentes familiares: Diabetes, hipercolesterolemia, cardiopatia e pressão alta. Medicamentos: Ozempic (1 vez semana), Risperidona, Exodos, Puran, Sinvastatina. Sono adequado, dorme com a mãe, sonha, acorda disposta. Hábitos intestinais tipo 2 (escala de Bristol), as vezes tem diarreia (acredita ser por conta do Ozempic), evacuações diárias, até 2 vezes ao dia. Escala colorimétrica 3 e 4, ingestão hídrica próxima a 1 litro + suco 1 litro. Não tem intolerância alimentar, não come dobradinha, carne de porco, abacate, uva, batata doce, banana causa dor de estômago... **Recordatório alimentar:** 9:00 café da manhã (1 xícara de café com leite com adoçante + 4 bolachas de gergelim com queijo cottage), 12:30 Almoço (2 col de servir de arroz integral + salada + carne ou frango ou carne 1 col de servir + feijão 2 conchas grandes + 1 copo de suco natural durante a refeição + bananinha ou sorvete diet) 17:00 café da tarde (fruta com 2 colheres de sopa de iogurte diet de morango ou ameixa da batavo ou barrinha de cereal "dalinea", gosta de biscoito de polvilho, aos sábados come um pacote de pipoca), 20:00 Jantar (salada ou tapioca com presunto e queijo ou sopa ou sanduiche de pão sírio com alface tomate e queijo branco e peito de frango), ceia (meia pera ou meia maçã ou bolacha). **Orientações alimentares:** Aumentar o consumo de água para 2L; Café da manhã (1 xícara de café com leite + 1 fatia de mamão + 1 col de sobremesa de psyllium + 1 ovo ou 3 col de sopa de iogurte natural); Almoço (1 e ½ col de servir de arroz integral + 1 e ½ concha de feijão + 1 pedaço de proteína -palma da mão + 1 col de servir de legumes cozidos + salada a vontade); Lanche da tarde (realizar mais cedo, as 16:00 1 fruta + 2 col de sopa de iogurte natural + 2 col de sopa de aveia); Jantar (Monte sua salada OU Crepioca "1 ovo +1 col de tapioca + 1 col de aveia + frango desfiado + queijo branco); Ceia (1 fruta se sentir fome). Evitar suco e bebidas durante as refeições, deixar o suco para o fim de semana, consumir 2 L de água por dia.

C.M.D, atleta do sexo feminino, 27 anos, retorna à consulta online com queixa de dor no corpo por conta de uma queda na troca de cadeira. Refere melhora do pé do qual se queixou na consulta anterior (está cicatrizando), alívio da dor de cabeça, mas vai ao neurologista ver o que está gerando a dor, imunidade boa, unhas cresceram bem, sem queixas de dor de

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

estômago, está tomando bastante suco verde. Relata melhora dos casos da síndrome do túnel do carpo. Iniciou o uso do termogênico Max cut (Max), 2 comprimidos pela manhã. Continua o uso e medicação: Retemic (bexiga), Levotiroxina Sódica (tireoide). Treino terça e quinta academia, e sexta na pista, tranquilo. Um pouco de insônia quando está ansiosa por muitos trabalhos, média de 7 a 8 horas de sono. Hábitos intestinais estão variando muito de acordo com a variedade de frutas, média de 3 a 4 dias sem ir, passou o feriado na sogra e não comeu muito bem. Escala urinária no 1. Ingestão hídrica de 2,500 litro diário. Ciclo menstrual está atrasado, parou de tomar a pílula anticoncepcional e o ciclo está desregulado. **Histórico alimentar:** 9:30 Café da manhã (suco verde ou banana com aveia e canela ou fruta ou crepioca com queijo + 1 xícara de café com açúcar mascavo); 12:00 Almoço: 1 concha P + ½ de feijão + 1,5 colheres de sopa de arroz branco + 2 pedaços de carne frita (palma da mão) + salada sempre (beterraba, alface, brócolis) + 1 copo de suco após a refeição. 15:00 (em dias de academia leva uma fruta, em casa ½ abacate com fibra ou 1 fruta). 17:30 Café da tarde (Crepioca com queijo ou 2 a 3 torradas com requeijão ou 2 fatias de pão com ovo). 20:30 jantar: Resto do almoço com salada também. **Recomendações alimentares:** Consumir sua dose de cúrcuma pela manhã; Consumir o termogênico 30 min antes do treino (Em dias sem treino consumir pela manhã); Fazer jejum intermitente 2 dias na semana (segunda e quarta); Mantenha o seu consumo de água próximo aos 2L diariamente. 500ml pode ser em chá + 1,5L de água pura; Evitar carnes fritas (fazer no forno ou refogada ou na pressão ou grelhada); Procure diminuir aos poucos a quantidade de açúcar usada no café; Evite o consumo de café preto no café da tarde, prefira consumir chá de maracujá, camomila ou espinaheira santa. Enviado novo cardápio alimentar.

L.R.B.S, 17 anos, atleta do sexo masculino, desanimado que o parajesc foi cancelado, mas estão tentando realizar a competição, conta que tem uma chance ainda de ir para o Nacional se acontecer o Meeting em Florianópolis. Está se sentindo bem, relata estar seguindo o plano alimentar, aumento dos casos de rinite por conta da reforma que está acontecendo na casa, queixa-se de queda acentuada do cabelo, sem queixas de distensão abdominal e dor de estômago, pele continua boa, joelho não saiu mais do lugar. Está almoçando e jantando marmitta (Composta por Arroz, feijão, carne, salada, legumes e sobremesa, mas ele não come porque é de leite) todos os dias. Hábitos intestinais sem queixas, diariamente, frequência de 3 vezes ao dia. Ingestão hídrica média de 3L diariamente. Treino está aguentando bem. Trouxe exames bioquímicos: hemograma OK Hemácias 4,63 (4,34 a 5,88), Hb 14,1 (12,7 a 17), Glicose 85 (60 – 99), HGLicada 5 (>=5), Ácido úrico 6,4 (2,7 – 7,6), Calcio 9,4 (9,08 – 10,44), HDL 57 (<40), LDL 83 (>100), CT 155 (>170), TGL 74 (>90), Creatinina 0,8 (0,58 – 1,01), Estradiol 22 (11-44), Ferrita 53,94 (21,81 -274), ferro 111 (40 – 100), GGT 38 (>17), TGO 29 (24 – 49), TGP 28 (22,49) LH 2,5 (0,5 – 12), Testosterona T 587,14 (47 – 980), Testosterona L 11,02 (3,4 – 24,6), TSH 1,542 (0,35 – 4,94), T4 L 0,92 (0,76-1,33), Vit B12 432 (187 – 883), Vit D 22,3 (<20) **Recordatório alimentar:** 6:30 café da manhã: 1 Banana + 2 ovos mexidos + hipercalórico com suco de uva + 1 xícara de café; 9:15 lanche (na escola): Bolo com Nescau ou pão com suco ou comida ou sopa, Em casa: 2 ovos mexidos + 1 fatia de pão integral com

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ: 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

creme de ricota + 1 fruta. 12:20 Almoço: arroz, feijão, carne, repolho, cenoura, tomate + 1 copo de suco de uva durante o almoço. 16:00 Whey protein + 1 fruta. 16:30 Café da tarde: 2 ovos cozidos + 2 fatias de pão + 1 xícara de café. 20:30 Jantar: resto da marmita do almoço.
Recomendações nutricionais: 1 Banana + 2 ovos mexidos + hipercalórico com suco de uva + 1 xícara de café; 9:15 lanche (na escola): Comida ou o que for oferecido, Em casa: 2 fatias de pão + pasta de amendoim + banana. 12:20 Almoço: Marmita + 1 copo de suco de uva após o almoço. 16:00 Whey protein + 1 fruta. 16:30 Café da tarde: 2 ovos cozidos + 2 fatias de pão + 1 fruta + 1 xícara de café. 20:30 Jantar: resto da marmita do almoço + 1 laranja ou 1 copo de suco. Recomendado a suplementação de ômega 3.

S.M.O, do sexo feminino, retorna à consulta, refere sentir-se bem, imunidade boa, casos de sinusite e rinite bem menos recorrentes que antes, relata ainda estar com queda de cabelo acentuada, unhas fortes, possível notar melhora na pele acneica. Tem se sentido bem no treino, as vezes um pouco cansada, mas devido a treino exaustivo. Medicação permanece a mesma. Refere estar tentando seguir as orientações, porém não está indo ao mercado fazer as compras necessárias o que torna mais difícil a aderência ao plano, mas dentro do possível segue. Hábitos intestinais permanece tipo 3 (escala de Bristol), com frequência diária. Hábitos urinários permanece tipo 4 (escala colorimétrica), média de 800ml por dia (evoluiu).
Recordatório alimentar: 8:30 café da manhã (1 ovo mexido + 2 fatias de pão integral + pasta de amendoim + 1 banana + 1 xícara de café preto sem açúcar). 12:00 Almoço (arroz + feijão + frango + tomate). 13:00 pré treino (1 xícara de café + bolacha de milho OU 1 fatia de pão com pasta de amendoim + banana). 17:30 café da tarde (café + 2 fatias de pão + pasta de amendoim + 1 banana. 20:00 Jantar (Cachorro quente 1 vez na semana OU resto do almoço Ou pão com banana e pasta de amendoim). **Recomendações nutricionais mantiveram-se quase as mesmas:** Ir no sacolão fazer as compras, beber 2 garrafas de água de 500ml por dia; Variar a frutas durante o dia. Café da manhã (2 fatias de pão 1 com pasta de amendoim e banana e a outra com ovo mexido ou creme de ricota + café); Almoço (1 pires de salada crua + 2 colheres de servir de arroz + 1 concha de feijão + 1 pedaço de carne do tamanho da palma da mão + 1 colher de servir de legumes); Pré treino (1 xícara de café + 1 laranja ou bergamota ou poncã); café da tarde (1 fatia de mamão ou melão + 1 maçã ou banana + 1 copo de iogurte natural + 2 colheres de aveia + café); jantar (repetir o almoço ou Crepioca com 2 ovos recheada com creme de ricota e salada); Ceia se sentir necessidade 1 fruta ou 2 castanhas + 1 punhado de amendoim.

V.M, 57 anos, retorna da primeira consulta, relata ter seguido parcialmente a dieta, mas seguiu bem, foi tranquilo fazer as mudanças, o mais complicado de seguir foi o jantar, conseguiu incluir a fruta, as fibras com a granola. Hábitos intestinais evoluíram para tipo 3 diariamente. Coloração da urina tipo 4, teve infecção urinaria nesse mês por segurar muito a urina. Ingestão hídrica melhorou inicialmente foi para 3 litros de água por dia + chá, agora está próximo a 2 litros + chá. Está mais tranquilo (não sabe se tem relação com medicamento novo ou alteração da dieta), não ficou doente. Sono está melhor, tem dormindo das 23:00 as 5:00,

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos

Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ: 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº 13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º 08026.004113/2006-00

acorda com cedo durante a noite. Medicamento permanece o mesmo. Está melhor da ansiedade, constante dor nos ombros. Bebida alcoólica: Não costuma beber, mas bebe socialmente ou vinho no almoço com o pai. **Recordatório alimentar:** Café da manhã (1 ovo cozido na água ou iogurte com granola e 1 fruta), lanche (chá e café, as vezes uma fruta), almoço (arroz integral, feijão, peito de frango ou peixe ou estrogonofe, as vezes batata doce, as vezes vem sobremesa + pote de salada), café da tarde (chá ou café + açúcar), jantar (omelete com farinha de linhaça, tomate, queijo, cebola, presunto OU café com 1 fatia de pão integral com presunto e queijo OU caldo de aipim), ceia (1 fruta ou punhado de amendoim ou castanha). Comeu mamão no iogurte, as vezes abacate no jantar. **Recomendações alimentares:** Colocar o celular despertar 1 vez durante a manhã e 1 vez durante da tarde para consumir água; Incluir legumes no almoço quando você levar comida de casa para Afadefi, lembre-se que devemos diminuir a quantidade de arroz pela quantidade de legumes inserido no prato; Incluir a cúrcuma como tempero em suas preparações; Iniciar jejum intermitente duas vezes na semana (Terças e quintas feiras). Nesses dias não iremos realizar o café da manhã, é permitido o consumo de água, café preto e chá sem açúcar. No almoço não deve alterar a quantidade de comida para mais, consumir a quantidade habitual. Entregue cardápio alimentar.

G.R.P, retorna à consulta sentindo-se bem, assim que chegou foi passado uma atividade sobre os alimentos que ajudam no funcionamento do intestino. Relata estar animado para competir os jogos para universitários na próxima semana. Refere estar seguindo as orientações e estar com a imunidade boa. Treinando bem, comprou uma luva adaptada e está conseguindo por mais peso nos treinos na academia. Pele acneica continua estável (melhor), sono adequado, média de 8 horas por noite. Utiliza medicação: Ritalina. Hábitos intestinais entre tipo 3 e 2, frequência dia sim dia não, relata fezes ser muito grande chegando a entupir o vaso. Hábitos urinários entre 1 e 2, ingestão hídrica abaixou média de 500ml + 3 cuias de chimarrão. **Recordatório alimentar:** café da manhã (mamão + banana); 9:00 lanche (xícara de café com 1 col de açúcar); almoço (Marmita OU arroz, feijão, bife e ovo + tomate com cebola); lanche (café preto com 1 col de açúcar + 1 banana); Café da tarde (chimarrão); Jantar (salada Ou comida que o pai faz); ceia (1 fruta). **Orientações nutricionais:** Mantiveram-se as mesmas, Café da manhã (1 banana + 1 fatia grande de mamão + 1 col de sobremesa de chia); Lanche (1 xícara de café); Almoço (2 colheres de servir de arroz integral + 1 a 2 conchas de feijão ou lentilha + 1 proteína + salada crua e cozida); lanche da tarde (1 xícara de café + 1 laranja ou 2 ameixas ou 1 ponkã + o lanche que for oferecido na afadefi); café da tarde (chimarrão); jantar (file de rango grelhado + saladão).

M.R.R.A, atleta velocista do sexo masculino, 18 anos, retorna a consulta sentindo-se um pouco triste, ansioso, comendo bastante, relata comer bem mas continuar com fome. Sente vontade de comer mesmo após já ter almoçado. Segue o plano alimentar, mas acaba comendo em excesso. Ingestão hídrica próxima a 2l. Hábitos intestinais permanecem igual, 2 vezes ao dia, escala colorimétrica matem entre 4 e 3. Treinos estão bem, mas anda um pouco desanimado por falta da competição. Está indo dormir 00:00. **Recordatório alimentar:** 10:00

Rua 1500 n° 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos

Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº 13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º 08026.004113/2006-00

café da manhã (2 fatias de pão + 1 ovo + 1 fatia de queijo + suco natural), 12:00 Almoço: 1 colher de servir de arroz branco OU macarrão + 1 concha grande de feijão + carne + 2 batatas doces OU 1 col de servir de beringela + salada de alface e tomate com manga + 1 copo de suco de uva (após terminar a refeição). 16:00 pós treino (1 fruta) 17:00 Café da tarde: 2 fatias de pão + 1 fatia de queijo + ovo + whey + 1 banana. 20:00 lanche (1 fruta ou iogurte com granola ou banana com aveia – esta variando a fruta) 22:00 Jantar: Repete o almoço; Até a meia noite belisca bolo, pão caseiro, nachos com guacamole. **Orientações alimentares:** Creatina: Consumir 1 dosador (2,5g) antes do treino e 1 dosador pós treino. Cafeína: Consumir 1 dose 30 min antes do treino (quando o treino for pela manhã ou pela tarde). Café da manhã: 2 fatias de pão + 1 ovo + 1 fatia de queijo + Suco natural ou panqueca de banana (pelo menos 2 vezes na semana). Almoço: 1 e ½ colher de servir de arroz integral + 1 concha de feijão + 1 colher de servir de legumes + salada. Pré treino: 1 copo de suco natural + 1 dose de creatina + 1 capsula de cafeína (30 min antes do treino). Intra-treino: *dias de treino intenso 1 copo de suco de natural durante o treino. Pós treino: 1 dose de whey + 1 dose de creatina (Ciclo: 09/08 a 17/09) + 2 frutas + água + 1 col de sobremesa de linhaça ou chia + 2 fatias de pão torrado com requeijão ou 1 fatia de queijo. Lanche: 1 fruta. Jantar: Repetir o almoço com apenas 1 col de servir de arroz e feijão 4 x na semana (fazer a refeição antes das 23:00). Ceia: 2 kiwi ou banana com aveia ou guacamole.

T.M.S., de 19 anos, intestino está melhor, está indo ao banheiro todos os dias, as vezes dia sim dia não, não se adaptou só ao arroz integral, salada verde não tem comido, não está usando mais laxante. Usa medicação: Sertralina 50mg de manhã + Biointestil. Queixa-se de espinha nas costas, gases permanece igual. Sono: dorme bem, mas as vezes por conta da dificuldade de se virar atrapalha o sono, dorme das 03:00 as 11:00 média de 8 horas de sono. Hábitos intestinal tipo 1 e 2, dia sim, dia não. Consome próximo 1 litro de água. Escala colorimétrica 7. **Recordatório alimentar:** 12:00 almoço (2 colheres de servir de arroz branco + 1 concha de feijão + tomate + pedaço de carne (não gosta de carne gordurosa) ou linguiça + 1 copo de suco de garrafa durante a refeição), 16:30 Lanche (bolacha ou bolo ou misto com café com leite/cappuchino ou leite fermentado), 20:30 Jantar (varia, as vezes outro café, ou igual o almoço), 2:00 ceia (Coquetel laxativo). **Orientações nutricionais:** Aumentar a ingestão de água para 1,5l de água diariamente; substituir o pão branco por pão integral; consumir sempre 2 tipos de salada crua no almoço e jantar; Assim que acordar consumir 500ml de água fresca; Intercalar o coquetel laxativo com vitamina de abacate com aveia; Consumir 1 comprimido de Biointestil ao acordar e 1 antes de dormir até acabar as capsulas e então começar o consumo de 1 sache de Sinfort antes de dormir diluído em água.

C.P.G, vem a sua primeira consulta, reside com os pais e irmã mais nova. A comida é preparada pela mãe. Não gosta de ervilha, tomate, milho, azeitona. Estudante do terceiro ano do ensino médio. Raramente fica doente, cabelos e unhas fortes, queixa-se de pele e cabelos oleosos, enxaqueca (parou com o chocolate e aliviou), sem queixas de dor de estomago, bastante gases. É adotada e não conhece os antecedentes familiares, refere intolerância á

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

lactose. Usa medicação Topiramato 25mg 2 vezes ao dia. Não tem exames de sangue recentes. Dorme bem, média 9 horas por noite. Hábitos intestinais tipo 3, diariamente de 1 a 2 vezes. Escala colorimétrica nível 2. Ingestão hídrica inferior a 800ml. Intolerância alimentar a leite e derivados e chocolate. Não consome frutas. Ainda não teve menarca. **Recordatório:** 6:30 (leite zero com neston ou café com leite), 9:30 (comida, 1 vez na semana bolacha ou pão com presunto), 12:00 (As vezes não quer comer porque comeu muito na escola, outras vezes 2 colheres de servir de arroz, 1 concha de feijão, frango ensopado ou grelhado ou carne moída, sempre tem legumes mas ela não come), 15:00 (batata palha, tubetes, goma) 17:30 (leite com pão de queijo ou pão francês com queijo e presunto, fim de semana tem bolo) 20:00 (leite ou não come mais). **Orientações:** Manter o café da manhã, no lanche da manhã e almoço montar o prato saudável. Não repetir o prato no lanche da escola. No almoço comer pelo menos 1 tipo de salada e 1 tipo de legume. No lanche da tarde consumir 1 fruta (banana, mamão ou salada de fruta) ou amendoim. No lanche da tarde consumir 2 fatias de pão com ovo ou crepioca.

B.B.S, atleta do sexo feminino, 14 anos, retorna à consulta acompanhada da mãe que refere como sendo a maior dificuldade da paciente seguir as quantidades correta dos alimentos, no almoço e café da tarde se a mãe não fizer o controle repete o prato mais de 2 vezes. Refere sono adequado, diminuição dos gases, sem queixas de pele acneica. Paciente está animada para o aniversário de 15 anos que acontecerá no próximo mês, mas mãe se demonstra preocupada por a filha ter ganho peso, onde pode observar na prova do vestido. Durante a consulta foi explicado para a paciente qual é a média do tamanho de seu estômago e como funciona os sinais de saciedade. As **orientações** passadas nesta consulta tiveram maior relação com comportamento alimentar: Lanche da manhã (consumir 1 fruta: kiwi ou morango ou mamão com aveia); Almoço (iniciar a refeição consumindo 1 pires de verduras e legumes para em seguida consumir 1 pires de arroz, feijão e carne); Lanche da tarde (Repetir lanche da manhã); Jantar (repetir o almoço ou comer seu pão recheado com ovo + 1 fruta); Comer devagar, mastigar 10 vezes cada garfada e deixar o garfo “descansar”.

A.C.S.M, do sexo feminino, 13 anos, retorna a consulta acompanhada da mãe, refere estar bem, hábitos intestinais permanece tipo 4 de acordo com a escala de Bristol, diariamente, tem se alimentado bem na escola. Atividade física: Permanece fazendo hidroterapia 1x na semana e fisioterapia 2 vezes. Quinta feira a mãe vai na igreja e ela fica na casa da amiga e come bastante chocolate; adora brigadeiro de colher. Mãe relata que a paciente repete o prato do almoço e jantar. **Recordatório alimentar:** café da manhã (1 banana), lanche (Consumindo o que é ofertado na escola), Almoço (porção de arroz + feijão ou lentilha + macarrão ou polenta ou mandioca + porção de carne ou frango + alface e tomate ou repolho ou acelga ou beterraba), lanche (fruta ou 1 fileira de chocolate 2 vezes na semana), café da tarde (vitamina de banana + maçã + 1 col de açúcar OU sanduiche com salada ou com requeijão e mortadela), Jantar (está querendo repetir o prato). Fez exames de sangue recente, e vai trazer na próxima consulta. **Recomendado:** Variar a fruta do café da manhã entre maçã, banana e mamão; adicionar legumes no almoço no feijão; consumir o chocolate 45% no meio da tarde com

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

banana, no café da tarde fazer vitamina de abacate com aveia ou sanduiche natural recheado com patê de frago ou omelete ou queijo. Explicado a paciente como o estomago dilata e como não devemos deixa-lo muito cheio. Feito atividade de educação nutricional com jogo do pareamento e atividade de ligar os alimentos.

S.A.V, do sexo masculino, 25 anos retorna a consulta sentindo-se bem, refere não ter ficado doente, imunidade estar adequada, melhora da pele acneica. Relata estar seguindo todas as orientações passadas. Treino está indo bem, de segunda a sexta das 19:00 as 20:30, relata aguentar bem o treino. Sono permanece adequado, das 22:00 as 10:00. Hábitos intestinais alteraram para tipo 1, de 2 a 3 dias. Hábitos urinários tipo 5. Ingestão hídrica permanece inferior a 1L. **Recordatório alimentar:** Café da manhã 9 – 10hrs (1 xicara de café com leite com 2 colheres de açúcar + 1 pão francês +1 banana). Almoço 12:00 (2 a 3 colheres de servir de arroz, 2 colheres de servir de feijão, 1 pegador de batata ou farofa, 1 palma de mão de carne, cenoura ou alface + as vezes café com leite com açúcar). Café da tarde 15:30 (Café com leite + 1 maçã). Janta 20:30 (Repete o almoço). **Recomendações nutricionais:** Aumentar a quantidade de água para 5 copos de água grandes (Ao acordar já tomar ainda em jejum um copo de água e o restante ir tomando durante o dia), diminuir a quantidade de açúcar do café, consumir todos os dias pelo menos 2 frutas na sua alimentação, ter sempre pelo menos 1 tipo de salada crua no seu almoço e jantar (alface, repolho, couve, cenoura, pepino, rúcula...), incluir no seu prato de almoço 1 colher de servir de legumes cozidos (abobrinha, chuchu, beringela, couve, brócolis...), após o almoço aguardar 30 min para depois consumir o café, mas evitar o consumo neste horário. Enviado cardápio online.

C.S.H, atleta do arremesso de peso, lançamento de dardo e disco do sexo masculino, retorna a consulta sentindo-se bem, mas refere sentir-se cansado frequentemente, associa ao habito de andar bastante, não ficou doente, relata não ter mais queixas de dor na panturrilha, tomou a segunda dose da vacina ficou 1 dia mal, mas mais fraco que a primeira. Relata ter seguido as orientações, tem comido mais salada, legumes, diminuiu a quantidade de batata do almoço. Viu em uma loja de suplementos um “milkShack” de proteína e tem interesse em tomar. Continua sob uso de 4 medicações. Sente-se um pouco cansado no treino e queixa-se de fraqueza, mas tem melhorado o desempenho (sobe os morros correndo, o que antes não fazia). Sono adequado, média de 8 horas por noite. Hábitos intestinais tipo 3 (escala de Bristol), com melhora da frequência diariamente. Hábitos urinários entre o 3 e 2 (escala colorimétrica), refere beber bastante água, no calor ainda mais, está ingerindo 3L de água por dia. **Recordatório alimentar:** 7:00 Café da manhã (2 xicara de café preto com 1 col de café de açúcar mascavo na primeira xícara e 5 gotas de adoçante na segunda). 10:00 lanche (Sanduiche com presunto e queijo). 13:00 Almoço (as vezes restaurante e as vezes marmitta): 1 colher de servir de arroz branco + 1 bife de carne + batata frita + batata doce + gosta de

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



AFADefi

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos

Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

cenoura, beterraba, chuchu. 19:00 Jantar (Pão de queijo + peito de frango + pão francês + maionese), está tomando coca-cola zero sempre que almoça fora). **Mudanças sugeridas:** Consumir a segunda xícara de café sem açúcar e adoçante. No lanche da manhã substituir o presunto por peito de peru e o queijo muçarela por queijo branco. No almoço vamos montar um prato saudável (desenho). No lanche da tarde fazer Milkshake de whey protein com aveia e banana. No jantar consumir o peito de frango com pão integral. Recomendado diminuir o consumo de refrigerante para apenas aos finais de semana, evitar o consumo de alimentos fritos, podendo consumir batata frita no máximo 1 vez na semana, trocar o leite integral pelo semidesnatado.

L.L.O, 10 anos, do sexo feminino, retorna a consulta desta vez sem estar acompanhada da mãe. Paciente apresenta seletividade alimentar com dificuldade para aceitar novos alimentos. Foi realizado durante a consulta atividades lúdicas, o jogo do pareamento e 2 atividades escritas (Diversão 8 e relação dos alimentos ao intestino) com o objetivo de trazer diversão e proximidade a outros alimentos, durante os jogos não demonstrou interesse em experimentar novos alimentos, mas gostou de saber que o abacaxi é o “rei das frutas” por usar uma coroa. Paciente relata estar consumindo no café da manhã (1 xícara de café com leite + sanduiche com mortadela e nata + melado) e no almoço (Batata frita + arroz + molho de carne). **Orientações alimentares:** Café da manhã (café com leite + sanduiche (pão feito pela mãe com ovo fermento e aveia) de ovo mexido ou creme de ricota com peito de peru + fatia de mamão), Lanche (1 omelete com legumes OU o que for oferecido na escola), almoço (Ter em seu prato apenas 1 tipo de carboidrato + feijão ou lentilha ou ervilha com legumes + 2 tipos de salada), lanche (1 pedaço de torta de legumes (ovo + aveia + temperos + brócolis + tomate + milho) + 1 fruta com aveia OU panqueca de banana OU suco verde), jantar (fazer como no almoço), ceia (se sentir fome 1 kiwi ou 10 morangos ou abacate com cacau). Combinado com a paciente que em casa irá experimentar abacaxi e cereja e contar na próxima consulta se gostou.

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org

AFADEFI

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.
Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00



Atendimento Nutricionista

Mês Setembro 2021.

	Nome	Data	Horário	Assinatura
01	Pauline Prineo	01/09	14:45 até	8
02	Marcos dos Santos	01/09	16:00	
03	Caroline Gomes de Castro	02/09	13:40	Caroline
04	Mike Franca Tepla	02/09	14:45	MIKE
05	Paula B. Torres Almeida	02/09	16:00	Paula
06	Barbara Mueller	3/09	2:00	Barbara Mueller
07	Allama	08/09	14:15	
08	Claudia Dutka	08/09	16:15	Cláudia
09	Lucas Sobradin	08/09	13:45	LUCAS
10	Suellen Marcheski	09/09	16:10	Suellen Marcheski
11	Valdici Matias	10/09	13:45	Valdici Matias
12	Gabriel Puggi	10/09	15:00	GABRIEL
13	Mathius Romão	14/09	14:30	MIKE
14	Caroline Gomes	14/09	14:30	Caroline
15	Constantino	14/09	14:30	CONSTANTINO
16	Branda Sandoz	14/09	14:30	BRENDA
17	Lucas Rafael	14/09	14:30	LUCAS
18	Mike Franca	14/09	14:30	MIKE
19	Marcos Santos	14/09	14:30	
20	Mathius do Amaral	15/09	15:00	MIKE
21	Tauren	15/09	16:10	Tauren
22	Caroline	16/09	14:30	
23	Branda	16/09	16:10	BRENDA
24	Caroline Gomes de Castro	21/09	14:00	Caroline
25	Suellen Marcheski de Oliveira	21/09	14:00	Suellen
26	Mathius do Amaral	21/09	14:00	MIKE
27	Constantino	21/09	14:00	CONSTANTINO
28	Paulina P. de Silva	21/09	14:00	8
29	Mike Franca Tepla	21/09	14:00	MIKE
30	Lucas Rafael	21/09	14:00	LUCAS

Total de Atendimentos: _____



AFADEFI

Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú - SC

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ: 05405039/0001-02
Utilidade Pública Estadual Lei nº 13.398 de 22/06/2005.
Utilidade Pública Federal n.º 08026.004113/2006-00

Atendimento Nutricionista

Mês Setembro 2021.

	Nome	Data	Horário	Assinatura
01	Agdaireilly	23/09	14.45	
02	Lucia Clara	23/09	16.10	Fabiana Maciel
03	Silviana	24/09	15.45	Jenny (online)
04	Christom	24/09	15:00	
05	matheus do Amaral	28/09	14.00	
06	MARICENY GOMES	28/09	14.00	MARICENY
07	Lucas Raphael B. Palomares	28/09	14.00	LUCAS
08	Bruna P. da Silva	28/09	14.00	B
09	Suelen Marcheski	28/09	14.00	Suelen Marcheski
10	Constantino	28/09	14.00	Constantino
11	Constantino	28/09	14.00	Constantino
12	MARCO FRANCIS	28/09	14.00	
13	BRENDA B.S.	28/09	14.00	
14	Leandro L. de Oliveira	29/09	14.45	LEANDRO
15	Constantino	29/09	16.00	Constantino
16	Miki Franco	30/09	14.45	
17	Nina Torres	30/09	16.00	
18	Caroline Gomes	30/09	16.45	Caroline
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

Total de Atendimentos: _____

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 3366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



PREFEITURA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO CAMBORIÚ
SECRETARIA DA FAZENDA



Número da Nota Fiscal
5

Série: **EA**

Data Emissão: **04/10/2021**

Certificação: **230E5-9F747**

NOTA FISCAL AVULSA DE SERVIÇOS ELETRÔNICA - NFS-E

DADOS DO PRESTADOR

Nome/Razão Social: **JOSE GAMBA NETO**
Nome Fantasia: **JOSE GAMBA NETO**
CNPJ/CPF: **[REDACTED]**
Endereço: **NOVA IGUACU**
Bairro: **NOVA ESPERANCA**
Município: **BALNEÁRIO CAMBORIÚ**
E-mail: **afadefi.bal@hotmail.com**

Cód. único: **185746**

PIS/PASEP: **20736778815**
Nº: **90**
Compl.:
UF: **SC** CEP: **88336-260**
Telefone: **47996182334**

DADOS DO TOMADOR

Nome/Razão Social: **AFADEFI-ASSOC.APOIO DEFICIENTES FISICOS**

CNPJ/CPF: **05.405.039/0001-02**

Insc. Municipal: **105648**

Insc. Estadual:

Endereço: **RUA 1500**

Nº: **1837**

Bairro: **CENTRO**

Compl.:

Município: **BALNEÁRIO CAMBORIÚ**

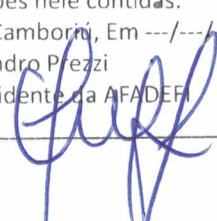
UF: **SC** CEP: **88330-528**

E-mail: **cassio@organizecontabilidade.com.br**

Telefone: **4733635194**

DISCRIMINAÇÃO DO SERVIÇO

SERVIÇOS DE TÉCNICO DE TÊNIS DE MESA REFERENTE AO MÊS DE SETEMBRO

Item	Tributável	Qtde.	VI. Unitário R\$	Total R\$
SERVIÇOS DE TÉCNICO DE TÊNIS DE MESA REFERENTE AO MÊS DE SETEMBRO	Sim	1,00	800,0000	800,00
<p>Certifico que o material/serviço constante deste documento foi recebido/prestado e está em conformidade com as especificações nele contidas. Balneario. Camboriú, Em ---/---/--- Nome: Evandro Prezzi Cargo: Presidente da AFADEFI Assinatura: </p>				

Valor Tributável: R\$ 800,00	Valor não Tributável: R\$ 0,00	VALOR BRUTO DA NOTA			R\$ 800,00
Valor Total das Deduções: R\$ 0,00	Desconto Incondicionado: R\$ 0,00	Desconto Condicionado: R\$ 0,00	Base de Cálculo: R\$ 800,00	Alíquota: 2,0000%	Valor do ISS: R\$ 16,00
PIS: 0,000% R\$ 0,00	COFINS: 0,000% R\$ 0,00	INSS: 0,000% R\$ 0,00	IR: 0,000% R\$ 0,00	CSLL: 0,000% R\$ 0,00	Outras Retenções: R\$ 0,00
Valor Aproximado de Impostos: Federais R\$ 0,00 Estaduais R\$ 0,00 Municipais R\$ 0,00			VALOR LÍQUIDO DA NOTA		R\$ 800,00

ENQUADRAMENTO DO SERVIÇO

8.02 - Instrução, treinamento, orientação pedagógica e educacional, avaliação de conhecimentos de qualquer natureza.

OUTRAS INFORMAÇÕES

Mês de Competência: **10/2021**

Local do Recolhimento: **BALNEÁRIO CAMBORIÚ/SC**

Data Geração: **04/10/2021 10:39:26**

Recolhimento: **Sem Retenção**

Tributação: **Tributação por Faturamento (Variável)**

CNAE:

Observações:

Impresso em: 05/10/2021 às 15:38:15

O conteúdo deste documento fiscal é de inteira responsabilidade do emissor.

Recebi(emos) de: **JOSE GAMBA NETO**
Os serviços constantes nesta Nota Fiscal Avulsa de Serviços Eletrônica.

NOTA FISCAL DE SERVIÇOS ELETRÔNICA
Número: 5
Certificação
230E5-9F747

_____/_____/_____
Data

Assinatura do Recebedor



TED - Transferência Eletrônica Disponível

G3370709405006741
07/10/2021 09:59:33

Debitado

Agência 5271-X
Conta corrente 10047-1 ASSOC DE APOIO AS FAMILIA

Creditado

Banco 341 ITAU UNIBANCO S.A.
Agência (sem DV) 6615 BALNEARIO CAMBORIU/AV.ESTADO
Conta corrente (com DV) 227573
Conta Pagamento 0000
CPF ██████████
Nome favorecido JOSE GAMBA NETO
Finalidade CREDITO EM CONTA
Número documento 100.701
Valor 640,00
Data transferência 07/10/2021
"C" - CPF/CNPJ diferente
Autenticação SISBB 17E5FBA44D259EA7

Transação efetuada com sucesso por: J9482747 EVANDRO PREZZI.
Serviço de Atendimento ao Consumidor - SAC 0800 729 0722

Ouvidoria BB 0800 729 5678

RECIBO DE PAGAMENTO A AUTÔNOMO - RPA

Nro recibo	Nro talão

Nome ou razão social da empresa	Matrícula (CNPJ ou INSS)
56 - ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFICIENTES FISICOS - AFADefi	05.405.039/0001-02

Recebi da empresa acima identificada, pela prestação dos serviços de SERVIÇOS TÉCNICO DE TENIS, a importância de **R\$ 640,00** (seiscentos e quarenta reais).

Dependentes: 0 Competência: 09/2021 Centro de custo: 3 - CMAS 3

Salário - Base	Taxa	Valor máximo p/ reembolso
R\$ 800,00	0,00 %	R\$ 0,00

ESPECIFICAÇÃO

I Valor do serviço prestado	R\$	800,00
II Reembolso (0 % Val.Serviço)	R\$	0,00
SOMA	R\$	800,00

DESCONTO

III Inss Contribuinte Individual	R\$	160,00
IV	R\$	0,00
V	R\$	0,00
VI	R\$	0,00
VII	R\$	0,00
VIII	R\$	0,00
SOMA	R\$	160,00
Valor líquido	R\$	640,00

Valor já reembolsado no mês	Saldo

Carreiro (cálculo do valor do reembolso)
Aplicar % sobre o valor da mão-de-obra (% do FRETE). O resultado corresponderá ao REEMBOLSO, respeitando como limite máximo o valor registrado no campo SALDO.

Número de Inscrição
NO INSS: ██████████
NO CPF: ██████████

Documento de identidade
Número ██████████ Órgão emissor SSP

Localidade	Data
BALNEARIO CAMBORIU	

Assinatura *Jose Gamba Neto*
Nome completo JOSÉ GAMBA NETO

LISTA DE PRESENÇA SETEMBRO DE 2021 - ALANA MASCHIO- AFADEFI- Tênis de Mesa
13:00 as 17:00 hrs

01- QUARTA Allana Maschio

02- QUINTA Allana Maschio

03-SEXTA Allana Maschio

06-SEGUNDA Allana Maschio

07-TERÇA Allana Maschio

08-QUARTA Allana Maschio

09-QUINTA

10- SEXTA

13 - SEGUNDA

14- TERÇA

15- QUARTA

16 - QUINTA

17 - SEXTA-

20 - SEGUNDA Allana Maschio

21 - TERÇA Allana Maschio

22 - QUARTA Allana Maschio

23 - QUINTA Allana Maschio

24 - SEXTA Allana Maschio

27 - SEGUNDA Allana Maschio

28 - TERÇA Allana Maschio

29 - QUARTA Allana Maschio

30 - QUINTA Allana Maschio



PREFEITURA
**BALNEÁRIO
CAMBORIÚ**

Laboratório Municipal de Testagem para COVID-19
Testes rápidos COVID-19 Antígeno

NOME DO PACIENTE: Allana Maschio

DATA DA COLETA: 13/09/2021 INÍCIO DOS SINTOMAS: 09/09/2021

DATA DE NASCIMENTO: 03/04/2006 SEXO: F M

CPF: 075 210 099 83

AMOSTRA: SWAB NASOFARÍNGEO

RESULTADO DO TESTE: POSITIVO

Isolamento social até 18/09/21

RESULTADO DO TESTE: NEGATIVO

Vide Observação 3

MÉTODO: IMUNOCROMATOGRAFIA

OBSERVAÇÕES

1. **CASO POSITIVO:** De acordo com as orientações do DIVE, deve ser feito isolamento por 10 dias, a partir do início dos sintomas, estando apto a retornar às suas atividades laborais, após esse período, com ausência de febre nas últimas 24 horas.
2. **CASO POSITIVO:** Se permanecerem os sintomas e o paciente não se sentir apto ao retorno das suas atividades, deverá procurar auxílio médico para continuidade do tratamento e/ou afastamento.
3. **CASO NEGATIVO:** a testagem está vinculada ao exame para infecção pelo SARS-CoV-2 não descartando outras patologias. Se os sintomas persistirem, o paciente deverá receber atendimento médico para avaliação e conduta.
4. O teste rápido não deve ser utilizado como método isolado para determinar infecção pelo SARS-CoV-2.
5. Sensibilidade do teste 91.4%. (95% CI: 85.5 - 95.5%) e especificidade de 99,8% (95% CI: 98.8 - 100%).

Cristiane F. Da Silva
Téc. Enfermagem
Coren: 635807

Executor do exame - assinatura e carimbo

DATA DO EXAME: 13/09/2021

HORARIO DE ATENDIMENTO: 10:40


Suzilene Martins de Oliveira
CRF-SC 18029
Farmacêutico Bioquímico
SUZILENE MARTINS DE OLIVEIRA

RESPONSÁVEL TÉCNICA CRF-SC: 18.029



AFADefi

*Associação de Apoio às Famílias de Deficientes Físicos
Balneário Camboriú – SC*

Utilidade Pública Municipal Lei nº 3816-12/12/2003 CNPJ; 05405039/0001-02

Utilidade Pública Estadual Lei nº13.398 de 22/06/2005.

Utilidade Pública Federal n.º08026.004113/2006-00

Relatório Tênis de Mesa AFADefi

Atleta Allana Maschio

Mês de Setembro

A atleta vem treinando muito bem, em dezembro teremos o campeonato Brasileiro que este ano será em Joinville, este mês ela contraiu Covid, mas teve uma rápida recuperação e voltou bem aos treinos após alguns dias de isolamento, (conforme atestado anexo). Allana vem participando de competições não oficiais conseguindo fazer bons jogos pegando ritmo de jogo para as competições oficiais.

Técnico

Jose Gamba Neto

Balneário Camboriú 05/10/21

Rua 1500 nº 1837 Centro Fone: 47 – 366-0678

E-mail – afadefi.bal@hotmail.com;

www.afadefi.org



GPS - Guia de Previdência Social - 30 nível

G337070940500674057

07/10/2021 10:12:10

SISBB - SISTEMA DE INFORMACOES BANCO DO BRASIL
 07/10/2021 - AUTOATENDIMENTO - 10.12.11
 5271X05271 0003

COMPROVANTE DE PAGAMENTO

MINISTERIO DA PREVIDENCIA E ASSISTENCIA SOCIAL
 INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL
 GUIA DA PREVIDENCIA SOCIAL - GPS


CLIENTE: ASSOC DE APOIO AS FAMILIA
 AGENCIA: 5271-X CONTA: 10.047-1

=====

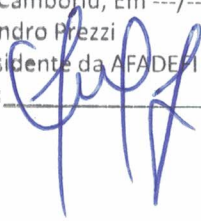
CODIGO DO PAGAMENTO	2305
COMPETENCIA	09/2021
IDENTIFICADOR	5405039000102
DATA DO PAGAMENTO	07/10/2021
VALOR DO INSS	420,00
VALOR OUTRAS ENTIDADES	0,00
VALOR ATM/JUROS/MULTA	0,00
VALOR TOTAL	420,00

=====

DOCUMENTO: 100702
 AUTENTICACAO SISBB: 1.8E4.60F.46F.39C.833

 <p>MINISTÉRIO DA PREVIDÊNCIA SOCIAL - MPS INSTITUTO NACIONAL DO SEGURO SOCIAL - INSS SECRETARIA DA RECEITA PREVIDENCIÁRIA - SRP</p> <p>PREVIDÊNCIA SOCIAL GUIA DA PREVIDÊNCIA SOCIAL - GPS</p>		3 - CÓDIGO DE PAGAMENTO	2305
		4 - COMPETÊNCIA	09/2021
		5 - IDENTIFICADOR	05.405.039/0001-02
1 - NOME OU RAZÃO SOCIAL / FONE / ENDEREÇO CNPJ 05.405.039/0001-02 ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFICIENTES FISICOS R 1500 1837 CENTRO BALNEARIO CAMBORIU SC CEP 88330-528		6 - VALOR DO INSS	420,00
2 - VENCIMENTO (Uso exclusivo INSS)		7 -	
20/10/2021		8 -	
ATENÇÃO: É vedada a utilização de GPS para recolhimento de receita de valor inferior ao estipulado em resolução publicada pelo INSS. A receita que resultar valor inferior deverá ser adicionada à contribuição ou importância correspondente nos meses subsequentes, até que o total seja igual ou superior ao valor mínimo fixado.		9 - VALOR OUTRAS ENTIDADES	0,00
		10 - ATM/MULTA E JUROS	0,00
		11 - TOTAL	420,00
AUTENTICAÇÃO BANCÁRIA			

1ª Via - INSS - 2ª Via - CONTRIBUINTE

Certifico que o material/serviço constante deste documento foi recebido/prestado e está em conformidade com as especificações nele contidas.
 Balneario, Camboriú, Em ---/---/---
 Nome: Evandro Prezzi
 Cargo: Presidente da AFADEFI
 Assinatura: 

CONECTIVIDADE SOCIAL



Protocolo de Envio de Arquivos

Prezado cliente PEREIRA & BRICK SERVICOS ADMINISTRATIVOS E CONTAB:15335200000172 ,

Seu arquivo Iw7dgCLy5o300002.zip foi armazenado na Caixa Econômica Federal em 06/10/2021 às 15:04:27.

O número do Protocolo de Envio deste arquivo é:
C3E2D840D9D1D7F240404040404040DA6C342EDE241217.

Este protocolo é sua garantia de que o arquivo foi devidamente recebido e armazenado para processamento pela Caixa Econômica Federal.

Havendo ocorrências impeditivas no processamento do arquivo, será enviada uma nota explicativa para a sua caixa postal no Conectividade Social contendo a(s) ocorrência(s) encontrada(s) e as ações necessárias para a solução.

Informações Complementares:

Transmissor:	PEREIRA & BRICK SERVICOS ADMINISTRATIVOS E CONTAB:15335200000172
Inscrição Transmissor:	15.335.200/0001-72
Responsável:	PEREIRA E BRICK SERVICOS ADM E
Inscrição Responsável:	15.335.200/0001-72
Competência:	09/2021
NRA:	Iw7dgCLy5o300002
Base de Processamento:	SC - Balneario de Camboriu
Código de Recolhimento:	115
Contato:	CASSIO MANOEL PEREIR
Telefone:	004733635194

Atenção: Este Protocolo de Envio de Arquivos não garante a legitimidade do conteúdo das informações.

MINISTÉRIO DA FAZENDA - MF
 SECRETARIA DA RECEITA FEDERAL DO BRASIL - RFB
 GEIP - SEFIP 8.40 (30/07/2021) TABELAS 42.0 (15/01/2021)

DATA: 06/10/2021
 HORA: 15:10:16
 PÁG: 001/001

RELATÓRIO ANALÍTICO DE GPS

COMPETÊNCIA: 09/2021

EMPRESA	EMPRESA	OUTRAS ENT	INSCRIÇÃO	OUTRAS ENTIDADES	COD PAGTO	FPAS	
VALORES: SEGURADOS	EMPRESA	OUTRAS ENT	DED FPAS	VALOR DA RETENÇÃO	JUROS/MULTA	TOTAL	
ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC	0,00	0,00	05.405.039/0001-02	0,00	0000	2305	639
420,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	420,00	0,00

OBSERVAÇÃO : PERCENTUAL DE ISENÇÃO DE FILANTROPIA : 100,00 %

COMPROVANTE DE DECLARAÇÃO DAS CONTRIBUIÇÕES A RECOLHER À PREVIDÊNCIA SOCIAL E A OUTRAS ENTIDADES E FUNDOS POR FPAS EMPRESA

DATA: 06/10/2021
 HORA: 15:10:16
 PÁG : 0001

EMPRESA: ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC N° CONTROLE: CYBQPSULC0000-7 N° ARQUIVO: 1auCFc4XBEN00000-6
 COMP: 09/2021 COD REC: 115 COD GPS: 2305 FPAS: 639 OUTRAS ENT: 0000 SIMPLIS: 1 ALIQ RAT: 2,0 INSCRIÇÃO: 05.405.039/0001-02
 TOMADOR/OBRA: LOGRADOURO: RUA 1500 1837 UF: SC CEP: 88330-528 BAIRRO: CENTRO CNAE PREPONDERANTE: 9312300
 CIDADE: BALNEARIO CAMBORIU TELEFONE: 047-33617462 CNAE: 9312300
 APURAÇÃO DO VALOR A RECOLHER: 639 620 744 779 TOTAL

SEGUARDO								
Empregados/Avulsos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Contribuintes Individuais	420,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	420,00
EMPRESA								
Empregados/Avulsos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Contribuintes Individuais	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
RAT	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
RAT - Agentes Nocivos	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Valores Pagos a Cooperativas	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Adicionalização Cooperativas	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Comercialização Produção	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Evento Desportivo/Patrocínio	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
RECOLHIMENTO COMP ANT - VALOR INSS	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(-) Retenção Lei 9.711/98	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(-) Sal. Família/Sal. Maternidade	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
(-) Compensação	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VALOR A RECOLHER - PREVIDÊNCIA SOCIAL	420,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	420,00
OUTRAS ENTIDADES								
RECOLH COMP ANT - VALOR OUT ENTID	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
VALOR A RECOLHER - OUTRAS ENTIDADES	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
TOTAL A RECOLHER	420,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	420,00

(*) Os valores de retenção, salário-família/salário-maternidade e compensação demonstrados são os efetivamente abatidos.
 A DECLARAÇÃO DE DADOS CONSTANTES DESTA GFIP E DO ARQUIVO SEFIP CORRESPONDENTE A CONTRIBUIÇÃO PREVIDENCIÁRIA, EQUIVALE A CONFESSÃO DE DÍVIDA DOS VALORES DEIA DECORRENTES E CONSTITUI(EM) CREDITO(S) PASSIVEL(IS) DE INSCRIÇÃO EM DÍVIDA ATIVA, NA AUSÊNCIA DO OPORTUNO RECOLHIMENTO OU PARCEIAMENTO, E CONSEQUENTE EXECUÇÃO JUDICIAL NOS TERMOS DA LEI No 6.830/80.

O EMPREGADOR/CONTRIBUINTE, RENUNCIANDO EXPRESSAMENTE A QUALQUER CONTESTAÇÃO QUANTO AO VALOR E PROCEDÊNCIA DESTA DECLARAÇÃO/DÍVIDA, ASSUME INTEGRAL RESPONSABILIDADE PELA EXATIDÃO DO MONTANTE DECLARADO E CONFESSADO, FICANDO, ENTRETANTO, RESSALVADO A SECRETARIA DA RECEITA FEDERAL DO BRASIL O DIREITO DE APURAR, A QUALQUER TEMPO, A EXISTÊNCIA DE OUTRAS IMPORTANCIAS DEVIDAS NÃO INCLUIDAS NESTE INSTRUMENTO, AINDA QUE RELATIVAS AO MESMO PERÍODO.

O EMPREGADOR/CONTRIBUINTE RECONHECE QUE A PRESENTE CONFISSÃO DE DÍVIDA NÃO OBRIGA A SECRETARIA DA RECEITA FEDERAL DO BRASIL A EXPEDIR DOCUMENTO COMPROBATORIO DA INEXISTENCIA DE DEBITO, SALVO SE SEU CREDITO FOR GARANTIDO NA FORMA DOS ARTS. 258 E 259 DO REGULAMENTO DA PREVIDENCIA SOCIAL, APROVADO PELO DECRETO 3.048, DE 12/05/1999, E ALTERAÇÕES POSTERIORES.

RELAÇÃO DOS TRABALHADORES CONSTANTES NO ARQUIVO SEFIP
 MODALIDADE : 1-DECLARAÇÃO AO FGTS E À PREVIDÊNCIA

EMPRESA: ASSOCIAÇÃO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC
 COMP: 09/2021 COD REC:115 COD GPS: 2305 FPAS: 639 OUTRAS ENT: SIMPLES: 1 RAT: 2,0
 TOMADOR/OBRA: INSCRIÇÃO: 05.405.039/0001-02
 FAP: 1,00 RAT AJUSTADO: 2,00
 INSCRIÇÃO:

NOME TRABALHADOR	REM SEM 13º SAL	REM 13º SAL	BASE CÁL 13º SAL PREV SOC	BASE CÁL PREV SOCIAL	PTS/PASEP/CI	CONTRIB SEG DEVIDA	ADMISSÃO	CAT	OCOR	DATA/COD MOVIMENTAÇÃO	CBO
ANNY CAROLINE DE BASSI	1.300,00	0,00	157.21541.27-3	0,00	260,00	13	0,00	02237			0,00
JOSE GAMBÁ NETO	800,00	0,00	207.36778.81-5	0,00	160,00	13	0,00	02394			0,00

TOTALS DA EMPRESA/TOMADOR 2.100,00 0,00 0,00 420,00 0,00 0,00

RELAÇÃO DOS TRABALHADORES CONSTANTES NO ARQUIVO SEFIP
 RESUMO DO FECHAMENTO - EMPRESA
 MODALIDADE : 1-DECLARAÇÃO AO FGTS E À PREVIDÊNCIA

EMPRESA: ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC N° DE CONTROLE: CYBcpsUtlc0000-7 N° ARQUIVO: AaucFc4XBN000000-6
 COMP: 09/2021 COD REC: 115 COD GPS: 2305 FPAS: 639 OUTRAS ENT: SIMPLES: 1 RAT: 2,0 INSCRIÇÃO: 05.405.039/0001-02
 TOMADOR/OBRA: FAP: 1,00 RAT AJUSTADO: 2,00 INSCRIÇÃO:

LOGRADOURO: RUA 1500 1837 UF: SC CEP: 88330-528 BAIRRO: CENTRO CNAE PREPONDERANTE 9312300
 CIDADE: BALNEARIO CAMBORIU

CAT	QUANT	REMUNERAÇÃO SEM 13°	REMUNERAÇÃO 13°	BASE CÁL PREV SOC	BASE CÁL 13° PREV SOC
13	2	2.100,00	0,00	2.100,00	0,00
TOTAIS:	2	2.100,00	0,00	2.100,00	0,00

RELACÃO DOS TRABALHADORES CONSTANTES NO ARQUIVO SEFIP
RESUMO DO FECHAMENTO - EMPRESA
FGTS

EMPRESA: ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC N° DE CONTROLE: CYBCpsUtlc0000-7 N° ARQUIVO: AaucFc4XBN00000-6
COMP: 09/2021 CQD REC: 115 COD GPS: 2305 FPAS: 639 OUTRAS ENT: SIMPLES: 1 RAT: 2,0 INSCRIÇÃO: 05.405.039/0001-02
TOMADOR/OBRA: INSCRIÇÃO: FAP: 1,00 RAT AJUSTADO: 2,00
LOGRADOURO: RUA 1500 1837 BAIRRO: CENTRO CNAE PREPONDERANTE 9312300
CIDADE: BALNEARIO CAMBORITU UF: SC CEP: 88330-528 CNAE: 9312300

MODALIDADE : 1-DECLARAÇÃO AO FGTS E À PREVIDÊNCIA

	FGTS - 8%
REMUNERAÇÃO SEM 13° SALÁRIO	0,00
REMUNERAÇÃO 13° SALÁRIO	0,00
QUANTIDADE TRABALHADORES	0

RESUMO DAS INFORMAÇÕES À PREVIDÊNCIA SOCIAL CONSTANTES NO ARQUIVO SEFIP
 EMPRESA

EMPRESA: ASSOCIACAO DE APOIO AS FAMILIAS DE DEFIC N° DE CONTROLE: CYBcPsuTlc0000-7
 COMP: 09/2021 COD RE C:115 COD GPS: 2305 FPAS: 639 OUTRAS ENT: SIMPLES: 1 RAT: 2,0
 TOMADOR/OBRA: LOGRADOURO: RUA 50 1837 BAIRRO: CENTRO CNAE PREFONDERANTE 931230
 CIDADE: BALNEARIO CAMBORIU UF: SC CEP: 88330-528 TELEFONE: 0047 3361 7462 CNAE: 931230

VALOR DEV PREV SOC INCLUIDO SEFIP: 420,00 CONTRIB SEGURADOS - DEVIDA:
 SALÁRIO FAMÍLIA: 0,00 RECEITA EVENTO DESP/PATROCÍNIO: 0,00
 VALORES PAGOS COOP TR ABALHO - SEM ADICIONAL: 0,00 PERC DE ISENÇÃO DE FIANTROPIA: 100,00
 VALORES PAGOS COOP TR ABALHO - ADIC. 15 ANOS: 0,00 13° SALÁRIO MATERNIDADE: 0,00
 VALORES PAGOS COOP TR ABALHO - ADIC. 20 ANOS: 0,00 COM PRODUÇÃO PJ: 0,00
 VALORES PAGOS COOP TR ABALHO - ADIC. 25 ANOS: 0,00 COM PRODUÇÃO PF: 0,00
 VALOR DAS FATURAS EMITIDAS PARA O TOMADOR: 0,00

COMPENSAÇÃO
 PERÍODO INICIAL: 0,00 VALOR A COMPENSAR:
 VALOR ABATIDO: 0,00 VALOR FINAL:
 PERÍODO FINAL: 0,00 VALOR EXCEDENTE AO LIMITE DOS 30%:
 VALOR INFORMADO: 0,00 VALOR ABATIDO PELO SEFIP: 0,00 VALOR A COMPENSAR/RESTITUIR: 0,00

RETENÇÃO (LEI 9.7 1/ 8)
 BASE DE CÁLCULO APENAS TADORIA ESPECIAL/OCCORRÊNCIA
 15 ANOS: 0,00 20 ANOS: 0,00
 QUANTIDADE: 0 QUANTIDADE: 0 QUANTIDADE: 25 ANOS: 0,00
 QUANTIDADE: 0 QUANTIDADE: 0 QUANTIDADE: 0

QUANTIDADE DE MOVIMENTAÇÕES / CÓDIGOS

H :	0	I1:	0	I2:	0	I3:	0	I4:	0	I5:	0	J :	0	K :	0	L :	0	M :	0
N1:	0	N2:	0	N3:	0	O1:	0	O2:	0	O3:	0	P1:	0	P2:	0	P3:	0	Q1:	0
Q2:	0	Q3:	0	Q4:	0	Q5:	0	Q6:	0	Q7:	0	R :	0	R1:	0	S2:	0	S3:	0
T1:	0	T2:	0	U1:	0	U2:	0	U3:	0	V3:	0	W :	0	X :	0	X1:	0	Y :	0
Z1:	0	Z2:	0	Z3:	0	Z4:	0	Z5:	0	Z6:	0	Z6:	0	X :	0	X1:	0	Y :	0