



Atividades do Departamento Uoluntárias Cisne Branco



SUMÁRIO

Siga pelas estações e conheça um pouco do nosso trabalho em benefício da Família Naval!



Diretoria Nacional	03
Campanha de Páscoa	05
Seccional Rio de Janeiro	06
Seccional Salvador	07
Seccional Natal	08
Seccional Belém	09
Seccional Rio Grande	10
Seccional Ladário	11
Seccional Brasília	12
Seccional São Paulo	13
Seccional Manaus	14
Seccional São Pedro da Aldeia	15

A Marinha do Brasil (MB) requer para o cumprimento de sua missão constitucional mais do que navios, submarinos, aeronaves e carros de combate anfíbios. É necessário dotar de um efetivo de profissionais comprometidos e dedicados que empreendam esforços, utilizando seus conhecimentos e sua energia para atuarem na defesa da Pátria; na fiscalização do cumprimento das leis, no mar e nas águas interiores; e na garantia da segurança da navegação aquaviária, contribuindo para a salvaguarda da vida humana no mar. Além disso, o valor da participação desses marinheiros no apoio às ações do Estado junto às comunidades ribeirinhas é reconhecido de longa data, assim como nas outras atividades subsidiárias sob a responsabilidade da Força Naval.

Para que tudo isso seja possível, é necessária a presença de militares e servidores civis distribuídos em Organizações Militares (OM) em todo o território nacional. Ao movimentá-los para servir nas diversas regiões do Brasil, a Marinha assevera o cumprimento de suas variadas atribuições, empenhando competência e apurado senso de dever. Esses marinheiros, além de prestarem importante serviço, ainda trazem consigo seus bens mais preciosos: suas famílias.

São pessoas que se afastam de seus parentes e amigos, enfrentando sacrifícios pessoais no cotidiano de sua vida, para atenderem a um chamamento maior. Os desafios do trabalho impõem a perda do convívio com entes queridos, cônjuges trocando ou largando seus empregos e crianças necessitando se adaptar a um novo local, novos colegas e escolas. Por isso, há de se ter o cuidado na manutenção do bem-estar físico, mental e social de todos os envolvidos. Dessa forma, é de fundamental importância o papel do cônjuge na vida do militar, não somente para a manutenção da unidade familiar, de sua felicidade, mas para garantir o equilíbrio que fornece a base sólida emocional, possibilitando o desenvolvimento de seu trabalho e o alcance de seu êxito profissional.



Diretoria Nacional

Nesse contexto, para cuidar daqueles que zelam pelos interesses do Estado brasileiro, protegendo nossas riquezas no mar, foi implantada, no ano de 2008, a Diretoria Nacional das Voluntárias Cisne Branco (VCB), por iniciativa das próprias esposas de militares da MB. Elas foram capazes de enxergar que um suporte seguro e presente proporciona um efeito restaurador para o indivíduo, tendo em vista que, em algum momento, também foram protagonistas em um cenário de sacrifícios pessoais. É bem verdade que, ao longo da vida, todos passam por situações difíceis, sejam elas: financeiras, emocionais ou de saúde física e mental. Nessas circunstâncias, uma mão estendida e o conforto de uma palavra podem ajudar alguém a sobrepor desafios ou aliviar dores.

Assim, as VCB atuam há 15 anos provendo, com solidariedade, mão-de-obra voluntária para as iniciativas dos projetos sociais que atendem à família naval. As VCB acolhem, cuidam e oferecem seus serviços, captando e efetuando doações para o apoio nas áreas médica, infantil, terceira idade e de saúde mental dos militares da MB e seus familiares. Atualmente, o trabalho é desenvolvido por 10 diretorias seccionais. Sob a jurisdição dos respectivos Distritos Navais, encontram-se as seccionais do Rio de Janeiro, Salvador, Natal, Belém, Rio Grande, Ladário, Brasília, São Paulo e Manaus. Há, ainda, a VCB de São Pedro da Aldeia (RJ). Ser um voluntário é desapegar de si mesmo, abrindo seu coração para doar, seja um recurso ou seu tempo, em prol do outro.

A nobreza do trabalho das VCB é constatada tanto por aqueles que se beneficiam ou interagem com as voluntárias, quanto por aqueles que, ao acessar a página oficial do instagram (@diretoria.vcb), visualizam as atividades desenvolvidas em cada região. Além dessa plataforma, idealizou-se este informativo digital, de periodicidade quadrimestral, para atender os propósitos de valorizar o trabalho voluntário, apresentando ao público a relevância desse suporte às necessidades da família naval, e ampliar a divulgação das grandes iniciativas regionais, permitindo que os projetos de sucesso observados em uma seccional possam ser implementados em outra.

Por conseguinte, esta publicação, ao incentivar a troca de experiências e a multiplicação de idéias entre as seccionais, pretende promover um incremento na qualidade de vida dos integrantes da Marinha e seus dependentes, por meio dos trabalhos sociais desenvolvidos com o carinho e o zelo das valorosas Voluntárias Cisne Branco.

Boa leitura!





Campanha de Páscoa



Criança atendida pelo GAAPE da Policlínica Nossa Senhora da Glória agraciada na Campanha de Páscoa.

Este ano foi realizada mais uma edição da Campanha de Páscoa VCB e, como sempre, foi um verdadeiro sucesso!

Com o propósito de arrecadar caixas de bombom para as crianças da Família Naval, a Campanha superou todas as expectativas, tornando possível atender também, em algumas Seccionais, as crianças participantes do Programa Forças no Esporte (PROFESP) e os idosos atendidos pelo Projeto Envelhecer, do Abrigo do Marinheiro.

Ao todo foram beneficiados mais de 4 mil integrantes da Família Naval!

Tudo isso só foi possível graças à dedicação de nossas Diretoras, Assessoras e voluntários, além da imprescindível contribuição de nossos apoiadores. Muito obrigado!

Primeira edição do Almoço Solidário

A primeira edição do Almoço Solidário, em prol das ações da Seccional Rio de Janeiro, reuniu cerca de 80 pessoas, no dia 29 de março, no Clube Naval Piraquê. Na ocasião, foi realizada a apresentação da Diretora Nacional, senhora Marcella Olsen, como também da Diretora da Seccional Rio de Janeiro, senhora Camila Arruda.

A ideia do evento surgiu em 2005, quando esposas de Oficiais da Marinha do Brasil organizavam almoços entre amigas com a intenção de estreitar ainda mais os seus laços. Com o passar do tempo, mais participantes aderiram à confraternização e, então, surgiu a oportunidade de apoiar as atividades de voluntariado da VCB. A cada edição são arrecadadas uma quantidade expressiva de doações, que otimizam os recursos das ações de voluntariado promovidas pela Seccional Rio.

Ações solidárias como esta contribuem, significativamente, para a continuidade das atividades dos voluntários, além de revelar a união e o sentimento de fraternidade, sempre com a intenção de ajudar o próximo.



Seccional Rio de Janeiro



Obra do Berço: materialização de amor e carinho ultrapassa 70 anos de existência distribuindo enxovais de bebê

Buscando contribuir significativamente com o bem-estar de mamães e bebês em um dos momentos mais emocionantes para muitas famílias, que é o do nascimento de uma criança, um grupo de voluntárias da Seccional Rio de Janeiro atua incansavelmente de forma artesanal. Essas valorosas mulheres saem, voluntariamente, do aconchego de suas casas, deixando a companhia de suas famílias, motivadas pelo mais nobre sentimento de amor, dedicação, solidariedade e alegria pela oportunidade de, com seu belo trabalho, ajudarem as famílias a receberem seus mais novos integrantes. Para isso, elas confeccionam enxovais de bebê.



Há mais de 70 anos, a Obra do Berço, com o apoio do Abrigo do Marinheiro, atua na produção e entrega de kits de maternidade para dependentes de militares da Marinha do Brasil. Semanalmente, as voluntárias se reúnem na sala da costura para prontificar os itens, como também, vivenciar momentos de diversão e novos aprendizados.

É um trabalho lindo e emocionante que faz a diferença na vida dessas famílias, estreitando o relacionamento da Marinha com seus militares e reforçando o sentimento de amizade entre o ajudador, na pessoa da voluntária, e o ajudado. Assim, saber que contribuímos de alguma forma cuidando, dando apoio e atenção para os nossos militares é uma grata recompensa. Projetos como este são muito importantes para a Família Naval", destaca a Diretora da Seccional Rio, senhora Camila Arruda.

Além de todo o acolhimento e carinho na preparação dos kits, os militares também assistem palestras do setor de assistência social sobre orientação familiar. Anualmente, é realizado um evento beneficente para arrecadação de fraldas descartáveis que compõem os enxovais.

Em março teve início o Grupo Terapêutico da Maturidade, conduzido pela Voluntária e Psicóloga, Ana Letícia Santiago de Oliveira. A atividade é um projeto do Abrigo do Marinheiro para o fortalecimento pessoal e social.

Durante a terapia as participantes do projeto compartilham experiências, são estimuladas a falar e a interagir com a turma e aprendem a lidar com os seus sentimentos, o que promove. dentre vários benefícios. o autoconhecimento, o bem estar e a melhora da qualidade de vida.

A Diretora Seccional, senhora Andréa Siciliano Cambra, prestigiou a primeira aula, durante a Terapia em Grupo da Maturidade, como também deu as boas-vindas a Psicóloga Voluntária, agradecendo pelo acolhimento e carinho com os idosos do projeto.





Contação de História

Também em março, as Voluntárias de Salvador atuaram na Oficina de Contação de História, do Projeto IntegrAção, com o tema A Gotinha Plim Plim.

A atividade foi conduzida pela Voluntária Miracy dos Anjos, que apresentou a história em homenagem ao Dia Mundial da Água, despertando de forma lúdica a importância da reflexão acerca das atitudes diárias e comportamentos que temos para o uso consciente da água.

As crianças da Família Naval ganharam uma medalha e troféu de protetores da água!

07

Seccional Salvador

Seccional Natal







1° Carnakids em Natal

O 1º CarnaKids ocorreu no dia 25 de fevereiro trazendo alegria e divertimento para a Família Naval de Natal. A atividade contou com mais de 100 integrantes da Família Naval!

As crianças chegaram fantasiadas e puderam desfrutar de diversos brinquedos e de atividades, bem como uma recreação dinâmica e instrutiva. Foi um dia cheio de diversão, de marchinhas de carnaval, de confetes e de muitas amizades. O Bloquinho Ondas Musicais realizou participação especial e conduziu um desfile cheio de músicas infantis levando um grupo de foliões mirins.

Para a Diretora Seccional, Sra. Rose Marins: "O mais maravilhoso foi ver o entrosamento das famílias e a alegria estampada em cada sorriso, mas não podemos deixar de destacar a organização do evento, que no conjunto ganhou nota "10". Desde a decoração, passando pela dedicação dos Voluntários, o capricho na comida, a alta qualidade de todos os equipamentos e profissionais contratados e voluntários para a execução dos serviços, contando inclusive com o apoio de uma ambulância para uma possível emergência. Todo esse carinho e preocupação expressado em cada detalhe fez com que os presentes entendessem o quanto cuidar da Família Naval é importante para a VCB . Bravo Zulu vocês realmente arrebentaram!".

Dia das Mulheres - Núcleos Aracati, João Pessoa e Fortaleza

No mês de março foram realizadas as festividades em homenagem ao Dia da Mulher nos Núcleos da Seccional Natal: Aracati, João Pessoa e Fortaleza.

Em Aracati, foram realizadas palestras sobre empoderamento feminino, autoconhecimento, direito da mulher e a importância do seu papel na família e na sociedade. E ao final, um maravilhoso café da tarde organizado pelas Voluntárias com sorteio de brindes para as presentes.

Já em João Pessoa, nossas guerreiras desfrutaram de um dia com muita atividade física, café da manhã e um cenário encantador da Praia de Cabo Branco em parceria com a SOAMAR-PB.

E em Fortaleza, em parceria com o Núcleo de Assistência Social da Marinha, foi realizado um lindo café da manhã, seguido da palestra "Desafio da Mulher na Contemporaneidade e a Importância das Ações de Autocuidado", também foram realizadas oficinas, aula de dança e entrega de mimo personalizado, feito com muito amor pelas Voluntárias da Seccional.





Seccional Belém

Musicoterapia no NAIM

No dia 25 de abril, nas dependências do Núcleo de Atendimento ao Idoso na Marinha – NAIM, os voluntários Ian Nogueira e Patrick Bahia, ministraram uma Oficina de Musicoterapia para Idosos.

A musicoterapia pode trazer muitos benéficos para a saúde, além de relaxamento e bem estar, assim como prevenir problemas cardiovasculares como pressão alta ou insuficiência cardíaca.

Foi uma tarde muito prazerosa e agradável, os idosos puderam soltar a voz e cantar suas músicas preferidas, além de relembrar momentos felizes que passaram ao longo da vida.

Dia Internacional da Mulher é celebrado com programação esportiva em Belém (PA)

A Seccional Belém realizou, no dia 11 de março, a II Corrida e Caminhada em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, no Clube Albatroz, em Belém-PA.

Em uma manhã de muita interação, diversão e bem-estar físico, as participantes contaram ainda com aula de FitDance e café da manhã, em parceria com a Sociedade Amigos da Marinha – Pará.

As Voluntárias de Belém prepararam a decoração do espaço, recepcionaram as participantes, e animaram o evento com muito empenho, para agradar a Família Naval.







Seccional Rio Grande



Dança dos Idosos

A atividade Dança dos Idosos foi idealizada pela atual Diretora da Seccional, senhora Ana Cristina, e tem por objetivo atender os idosos da Família Naval, proporcionando integração social, saúde e bem-estar.

A Dança dos Idosos é apoiada por duas Voluntárias, que, com muita animação, ministram aulas uma vez por semana e atendem cerca de 16 usuários.



Terapiando com Amor

O Terapiando com Amor foi idealizado e implementado em 2022, no início da nova gestão da Diretora Seccional, senhora Ana Cristina.

A atividade é voltada para as crianças do Programa de Atendimento Especial (PAE), em sua maioria autistas, e seus respectivos responsáveis, e tem periodicidade mensal.

O Terapiando procura atender não somente as crianças com atividades direcionadas na Sala da Brinquedoteca, mas também os seus responsáveis, com orientações diversas, atividades físicas, rodas de conversa e embelezamento, entre outras. Após as atividades, todos desfrutam de um delicioso lanche.

As tardes do Terapiando com Amor são permeadas pelo acolhimento, inclusão e troca de experiências!

Recepção e Captação em Ladário

Em fevereiro, a Seccional Ladário promoveu um café da manhã de boas-vindas aos militares recém-embarcados no Comando do 6º Distrito Naval.

Na ocasião, foram apresentadas as Ações de Voluntariado da VCB e as atividades dos Projetos Sociais do Núcleo de Assistência Social da Marinha, do Serviço de Assistência Social Hospitalar da Marinha e do Abrigo do Marinheiro, evidenciando as oportunidades de adesão ao voluntariado.

A atividade ocorreu na ARES Marisco e o lanche foi preparado com todo carinho pelas Voluntárias!





Páscoa em Ladário

Com uma animada festa no dia 1º abril, na ARES Marisco, a comemoração de Páscoa da Seccional Ladário agitou a manhã de cerca de 60 crianças da Família Naval.

As Voluntárias receberam as crianças com brincadeiras e contação de história, além de um lanche com cachorro quente e entrega de caixas de bombons para todos, resultado da arrecadação da Campanha de Páscoa, que contou com o apoio das voluntárias e das OM do Comando do 6º Distrito Naval.

Seccional Ladário





Seccional Brasília





Voluntárias participam de inauguração no HNBra

As voluntárias da Seccional Brasília foram agraciadas com uma importante ação de valorização e conscientização, idealizada pela sua Diretora Seccional, senhora Jamyle Alvarenga.

Fruto da parceria com o Hospital Naval de Brasília (HNBra), em abril, as voluntárias foram as primeiras pacientes a fazerem o exame de mamografia, inaugurando o novo aparelho adquirido pelo HNBra.

A mamografia é um exame fundamental para o diagnóstico precoce do câncer de mama!

Inglês no HNBra

Em parceria com o Hospital Naval de Brasília (HNBra), a Seccional Brasília iniciou, em abril, Oficinas de Inglês para militares da unidade hospitalar.

Conduzida pela voluntária Nora Darr, a oficina tem como objetivo promover a aprendizagem da língua inglesa à Família Naval. Além disso, a troca de experiência cultural também é bastante valiosa, visto que a voluntária é natural dos Estados Unidos.

Depois da primeira aula, os militares atendidos pela ação demonstraram bastante entusiasmo com a oportunidade.





Seccional São Paulo



Inserção no Mercado de Trabalho

No dia 16 de março, a voluntária Inês Restier, Consultora em Treinamento e Desenvolvimento Empresarial, proferiu uma palestra com a temática Inserção no Mercado de Trabalho, voltada para os militares temporários do Comando do 8º Distrito Naval.

A Voluntária apresentou um panorama atual do mercado de trabalho e orientações de como se preparar para as oportunidades em meio à concorrência. Ela deu dicas para a elaboração de um currículo e de como se portar durante uma entrevista de emprego.

A atividade fez parte do Projeto Capacitar, do Abrigo do Marinheiro, e foi muita bem recebida pelos usuários.

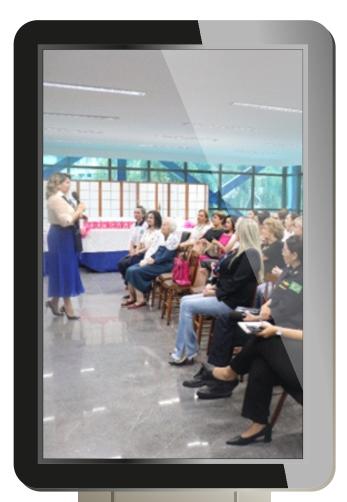
Dia da Mulher em São Paulo

No dia 14 de março, a Seccional São Paulo promoveu uma tarde de atividades voltadas para o público feminino da Família Naval, alusiva ao Dia Internacional da Mulher, na sede do Comando do 8º Distrito Naval (Com8ºDN).

O evento teve início com uma palestra sobre superação e valorização feminina, ministrada pela voluntária, Dra. Naíle Mamede. A autora do Best Seller "Dos pés sujos de barro aos sapatos de solados vermelhos" emocionou o público presente com sua inspiradora trajetória de vida, evidenciando o poder da força de vontade da mulher.

A Primeiro-Tenente (RM2-T) Camila Brotti destacou o valor da palestra e o desejo por mais eventos como este. "Usufruímos de uma tarde muito agradável e fomos agraciadas com uma palestra enriquecedora. Agradeço pelos momentos proporcionados a nós mulheres e que venham eventos tão gratificantes e memoráveis como este."

A atividade incluiu massagem relaxante, sorteio de brindes, café da tarde e apresentação da Banda de Música do Com8°DN.







Seccional Manaus



1^a Corrida e Caminhada das Guerreiras Navais

Em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, a Seccional Manaus promoveu, no dia 12 de março, a 1a Corrida e Caminhada das Guerreiras Navais.

O evento contou com a participação de 169 mulheres, em uma manhã muito animada, quando todas puderam se sentir cuidadas e valorizadas.

A importância da atividade física para a saúde está diretamente relacionada à melhoria da qualidade de vida, reduzindo consideravelmente os riscos de desenvolvimento de doenças cardiovasculares, diabetes, problemas relacionados a baixa imunidade, além dos transtornos de fundo emocional.

Gincana Inclusiva em Manaus

Em alusão ao Abril Azul — Mês de Conscientização sobre o Autismo, a Seccional Manaus promoveu, no dia 28 de abril, uma gincana inclusiva para as crianças da Casa de Apoio Escolar (CAE), do Projeto Adolescer+, do Abrigo do Marinheiro.

A atividade proporcionou uma oportunidade para conversar e conscientizar as demais crianças sobre o cuidado, carinho e respeito que todos merecem receber!





Torneio de Futebol Amigos da Vila

A manhã de 25 de março foi marcada pelo 1° Torneio da Oficina de Futebol Amigos da Vila, que é conduzida por Voluntários da Seccional São Pedro da Aldeia. A oficina de Futebol do AMN ocorre semanalmente na Vila Naval de Praças, com o apoio de instrutores Voluntários

Por meio de um torneio de Futebol, com mais 3 times convidados, as crianças participantes puderam trabalhar em equipe e competir de forma saudável e respeitosa.

Corrida Alusiva ao Dia Internacional da Mulher

Em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, a Seccional São Pedro da Aldeia, promoveu, no dia 11 de março, uma corrida com a finalidade de relembrar a importância da mulher para a sociedade.

A atividade foi iniciada com um alongamento, seguido da corrida com um trajeto de aproximadamente 5Km. Na chegada, todos os corredores receberam medalhas de participação e os cinco primeiros colocados, das categorias feminina e masculina, foram premiados com troféus. Todos puderam compartilhar uma mesa de frutas, barra de cereal e hidratação, além de momentos de muita alegria e integração.

Para finalizar a manhã, o evento contou com um aulão super animado de dança fitness, onde as mulheres receberam uma linda lembrancinha da VCB.



Seccional São Pedro da Aldeia







diretoriavcb



diretoria.vcb



Realização:



Apoio:





