



PREFEITURA MUNICIPAL DE CONTAGEM  
SECRETARIA MUNICIPAL DE FAZENDA  
NOTA FISCAL ELETRÔNICA DE SERVIÇO - NFS-e

Número da  
NFS-e  
43



Data e Hora da Emissão 07/07/2023 14:32:21 Competência 30/6/2023 Código de Verificação ZXM3HNLIM

Número do RPS No. da NFS-e substituída Local da Prestação CONTAGEM - MG

Prestador de Serviço

Razão Social/Nome 41.777.304 MARCO AURELIO RODRIGUES  
Nome Fantasia DM LIFE FIT  
CNPJ/CPF 41.777.304/0001-47 Inscrição Municipal 72138342 Município CONTAGEM - MG  
Endereço e CEP RUA RIO PARANAGUÁ ,452 - PARQUE RIACHO DAS PEDRAS - 1A CEP: 32280-300  
Complemento Telefone (31)9359-2810 e-mail FEEDBACKEMPRESARIAL@YAHOO.COM.BR

Tomador de Serviço

Razão Social/Nome ASSOCIACAO CUIDAR BEM/MG - ACB  
CNPJ/CPF 10.626.829/0001-58 Inscrição Municipal 72068977 Município CONTAGEM - MG  
Endereço e CEP RUA BENEDITO FERRARI ,74 - INDUSTRIAL 1A E 2A SECAO CEP: 32230-480  
Complemento Telefone (31)2567-4343 e-mail associacaocuidarbem@gmail.com

Discriminação do Serviço

PRESTAÇÃO DE SERVIÇO OFICINEIRO RELACIONADO AO PROJETO MAIS CIDADANIA, PREVISTO NO TERMO DE COLABORAÇÃO 023/2022 REFERENTGA AO PERÍODO DE 01 /06/2023 A30/06/2023

Código do Serviço / Atividade

12.17 / 932989999 - Outras atividades de recreação e lazer não especificadas anteriormente

Detalhamento Específico da Construção Civil

Código da Obra Código ART

Tributos Federais

PIS (R\$) COFINS (R\$) IR (R\$) INSS (R\$) CSLL (R\$)

Detalhamento de Valores - Prestador do Serviço

Outras Informações

Cálculo do ISSQN devido no Município

Valor do Serviço R\$	2.100,00	Natureza Operação	Valor do Serviço R\$	2.100,00
(-) Desconto Incondicionado	0,00	1-Tributação no município	(-) Deduções Permitidas em Lei	0,00
(-) Desconto Condicionado	0,00	Regime Especial Tributação	(-) Desconto Incondicionado	0,00
(-) Retenções Federais	0,00	5-Microempresário Individual (MEI)	Base de Cálculo	2.100,00
(-) Outras Retenções	0,00	Opção Simples Nacional	(x) Alíquota %	0,00
(-) ISSQN Retido	0,00	1 - Sim	ISSQN a Reter	( ) Sim (X) Não
(=) Valor Líquido R\$	2.100,00	Incentivador Cultural	(=) Valor do ISSQN R\$	0,00
		2-Não		

avisos

1- Uma via desta Nota Fiscal será enviada através do e-mail fornecido pelo Tomador do Serviço.  
2- A autenticidade desta Nota Fiscal poderá ser verificada no site, <http://contagem.ginfes.com.br> com a utilização do Código de Verificação.  
3 - Documento emitido por ME ou EPP optante pelo Simples Nacional.Não gera direito a crédito fiscal de ISS e IPI.

 <b>SECRETARIA DE ESTADO DE FAZENDA DE MINAS GERAIS</b>		
<b>CERTIDÃO DE DÉBITOS TRIBUTÁRIOS</b>  <b>Negativa</b>	CERTIDÃO EMITIDA EM: 09/05/2023  CERTIDÃO VALIDA ATÉ: 07/08/2023	
NOME: MARCO AURELIO RODRIGUES 12165616646		
CNPJ/CPF: 41.777.304/0001-47		
LOGRADOURO: RUA RIO PARANAGUA	NÚMERO:	
COMPLEMENTO:	BAIRRO: PARQUE RIACHO DAS PEDRAS CEP: 32280300	
DISTRITO/POVOADO:	MUNICÍPIO: CONTAGEM UF: MG	
<p><b>Ressalvado o direito de a Fazenda Pública Estadual cobrar e inscrever quaisquer dívidas de responsabilidade do sujeito passivo acima identificado que vierem a ser apuradas, é certificado que:</b></p> <p><b>1. Não constam débitos relativos a tributos administrados pela Fazenda Pública Estadual e/ou Advocacia Geral do Estado;</b></p> <p><b>2. No caso de utilização para lavratura de escritura pública ou registro de formal de partilha, de carta de adjudicação expedida em autos de inventário ou de arrolamento, de sentença em ação de separação judicial, divórcio, ou de partilha de bens na união estável e de escritura pública de doação de bens imóveis, esta certidão somente terá validade se acompanhada da Certidão de Pagamento / Desoneração do ITCD, prevista no artigo 39 do Decreto 43.981/2005.</b></p> <p><b>Certidão válida para todos os estabelecimentos da empresa, alcançando débitos tributários do sujeito passivo em Fase Administrativa ou inscritos em Dívida Ativa.</b></p>		
IDENTIFICAÇÃO	NÚMERO DO PTA	DESCRIÇÃO
<p><b>A autenticidade desta certidão deverá ser confirmada através de aplicativo disponibilizado pela Secretaria de Estado de Fazenda de Minas Gerais, na internet: <a href="http://www.fazenda.mg.gov.br">http://www.fazenda.mg.gov.br</a> =&gt; Empresas =&gt; Certificação da Autenticidade de Documentos.</b></p>		
CÓDIGO DE CONTROLE DE CERTIDÃO:2023000645492705		



**MUNICÍPIO DE CONTAGEM / MG**

**Secretaria Municipal de Fazenda**

**Subsecretaria de Receita Municipal**

## **CERTIDÃO NEGATIVA DE DÉBITOS MUNICIPAIS**

**Nome:** 41.777.304 MARCO AURELIO RODRIGUES

**CPF/CNPJ nº:** 41.777.304/0001-47

Ressalvado o direito da Fazenda Municipal de cobrar e inscrever dividas de responsabilidade do sujeito passivo acima identificado que vierem a ser apuradas, é **certificado** que não constam pendências em seu nome relativas a tributos administrados pela Secretaria Municipal Adjunta da Receita e a inscrições em Dívida Ativa junto à Procuradoria da Fazenda Municipal.

A aceitação desta certidão está condicionada à verificação de sua autenticidade na Internet, no endereço: <http://receita.contagem.mg.gov.br>

### **Dados de emissão da certidão**

Número da certidão.....: 444150  
Data de emissão .....: 09/05/2023  
Data de validade .....: 07/08/2023  
Controle de autenticidade: 580778997580778

### **Observações:**

1. A quitação de tributos devidos mensalmente e declarados na Declaração Anual de Simples Nacional (DASN) e no Programa Gerador do Documento de Arrecadação do Simples Nacional (PGDAS-D) pelos contribuintes optantes pelo Simples Nacional deverá ser comprovada mediante apresentação da Certidão Conjunta Negativa de Débitos relativos a Tributos Federais e à Dívida Ativa da União.

2. A quitação do ITBI nos casos de transmissão onerosa de bens imóveis ou de direitos sobre estes deverá ser comprovada através da apresentação da Certidão específica para comprovação da quitação do imposto.

Certidão emitida gratuitamente através da internet no endereço: <http://receita.contagem.mg.gov.br>

**Atenção: qualquer rasura ou emenda invalidará este documento.**



PODER JUDICIÁRIO  
JUSTIÇA DO TRABALHO

### **CERTIDÃO NEGATIVA DE DÉBITOS TRABALHISTAS**

Nome: 41.777.304 MARCO AURELIO RODRIGUES (MATRIZ E FILIAIS)  
CNPJ: 41.777.304/0001-47  
Certidão n°: 19539257/2023  
Expedição: 09/05/2023, às 15:34:39  
Validade: 05/11/2023 - 180 (cento e oitenta) dias, contados da data de sua expedição.

Certifica-se que **41.777.304 MARCO AURELIO RODRIGUES (MATRIZ E FILIAIS)**, inscrito(a) no CNPJ sob o n° **41.777.304/0001-47**, **NÃO CONSTA** como inadimplente no Banco Nacional de Devedores Trabalhistas. Certidão emitida com base nos arts. 642-A e 883-A da Consolidação das Leis do Trabalho, acrescentados pelas Leis ns.º 12.440/2011 e 13.467/2017, e no Ato 01/2022 da CGJT, de 21 de janeiro de 2022. Os dados constantes desta Certidão são de responsabilidade dos Tribunais do Trabalho.

No caso de pessoa jurídica, a Certidão atesta a empresa em relação a todos os seus estabelecimentos, agências ou filiais.

A aceitação desta certidão condiciona-se à verificação de sua autenticidade no portal do Tribunal Superior do Trabalho na Internet (<http://www.tst.jus.br>).

Certidão emitida gratuitamente.

#### **INFORMAÇÃO IMPORTANTE**

Do Banco Nacional de Devedores Trabalhistas constam os dados necessários à identificação das pessoas naturais e jurídicas inadimplentes perante a Justiça do Trabalho quanto às obrigações estabelecidas em sentença condenatória transitada em julgado ou em acordos judiciais trabalhistas, inclusive no concernente aos recolhimentos previdenciários, a honorários, a custas, a emolumentos ou a recolhimentos determinados em lei; ou decorrentes de execução de acordos firmados perante o Ministério Público do Trabalho, Comissão de Conciliação Prévia ou demais títulos que, por disposição legal, contiver força executiva.

[Voltar](#)[Imprimir](#)

## Certificado de Regularidade do FGTS - CRF

**Inscrição:** 41.777.304/0001-47  
**Razão Social:** MARCO AURELIO RODRIGUES 12165616646  
**Endereço:** R RIO PARANAGUA 452 / PARQUE RIACHO DAS P / CONTAGEM / MG / 32280-300

A Caixa Econômica Federal, no uso da atribuição que lhe confere o Art. 7, da Lei 8.036, de 11 de maio de 1990, certifica que, nesta data, a empresa acima identificada encontra-se em situação regular perante o Fundo de Garantia do Tempo de Serviço - FGTS.

O presente Certificado não servirá de prova contra cobrança de quaisquer débitos referentes a contribuições e/ou encargos devidos, decorrentes das obrigações com o FGTS.

**Validade:** 19/06/2023 a 18/07/2023

**Certificação Número:** 2023061902183145702219

Informação obtida em 07/07/2023 11:04:24

A utilização deste Certificado para os fins previstos em Lei esta condicionada a verificação de autenticidade no site da Caixa:  
**[www.caixa.gov.br](http://www.caixa.gov.br)**



**MINISTÉRIO DA FAZENDA**  
**Secretaria da Receita Federal do Brasil**  
**Procuradoria-Geral da Fazenda Nacional**

**CERTIDÃO NEGATIVA DE DÉBITOS RELATIVOS AOS TRIBUTOS FEDERAIS E À DÍVIDA  
ATIVA DA UNIÃO**

**Nome: MARCO AURELIO RODRIGUES**  
**CPF: 121.656.166-46**

Ressalvado o direito de a Fazenda Nacional cobrar e inscrever quaisquer dívidas de responsabilidade do sujeito passivo acima identificado que vierem a ser apuradas, é certificado que não constam pendências em seu nome, relativas a créditos tributários administrados pela Secretaria da Receita Federal do Brasil (RFB) e a inscrições em Dívida Ativa da União (DAU) junto à Procuradoria-Geral da Fazenda Nacional (PGFN).

Esta certidão se refere à situação do sujeito passivo no âmbito da RFB e da PGFN e abrange inclusive as contribuições sociais previstas nas alíneas 'a' a 'd' do parágrafo único do art. 11 da Lei nº 8.212, de 24 de julho de 1991.

A aceitação desta certidão está condicionada à verificação de sua autenticidade na Internet, nos endereços <<http://rfb.gov.br>> ou <<http://www.pgfn.gov.br>>.

Certidão emitida gratuitamente com base na Portaria Conjunta RFB/PGFN nº 1.751, de 2/10/2014.

Emitida às 13:33:07 do dia 14/08/2023 <hora e data de Brasília>.

Válida até 10/02/2024.

Código de controle da certidão: **4065.CBF3.2A10.99AA**

Qualquer rasura ou emenda invalidará este documento.

02/09/2023

GERENCIADOR  
**CAIXA** empresas



## Comprovante de Transação Pix

Via Gerenciador CAIXA

### Detalhes do pagamento

**ID da transação:** E003603052023071212599929e96fc81  
**Situação:** EFETIVADA    **Data e Hora:** 12/07/2023 às 10:07:01  
**Valor Original:** R\$ 2.100,00    **Valor Atualizado:** R\$ 2.100,00

### Origem

**Nome:** ASSOCIACAO CUIDAR BEM/MG - ACB  
**CNPJ:** 10626829000158  
**Instituição:** CAIXA ECONOMICA FEDERAL

### Destino

**Nome:** MARCO AURELIO RODRIGUES  
**CPF:** XXX.656.166-XX  
**Instituição:** BANCO INTER  
**Chave Pix:** 12165616646

**Código da operação:** 19144133618  
**Chave de segurança:** T305G5L2GQYYGRLY

Caso tenha dúvidas ou não reconheça esta transação, entre em contato com o Alô CAIXA e informe o ID Transação presente neste comprovante.

Alô CAIXA: 0800 104 0104 (Capitais e Regiões Metropolitanas: 4004-0104)  
SAC CAIXA: 0800 726 0101  
Ouvidoria: 0800 725 7474  
Pessoas com deficiência auditiva: 0800 726 2492



SECRETARIA MUNICIPAL DE DIREITOS HUMANOS E CIDADANIA



# RELATÓRIO DE EXECUÇÃO

TERMO DE FOMENTO 023/2023

Entidade Executora: ASSOCIAÇÃO CUIDAR BEM

Coordenador: VIVIANE DA SILVA ABREU

Oficineiro: MARCO AURÉLIO

Atividade: ATIVIDADE FÍSICA/GINÁSTICA

Período: 01 a 30 JUNHO 2023

## ATIVIDADES REALIZADAS NO MÊS:

Na primeira semana utilizamos as atividades lúdicas.

A atividade lúdica auxilia no desenvolvimento das capacidades cognitivas, físicas, sociais e psicológicas, possibilitando a socialização e a interação das pessoas durante a prática da atividade.

O lúdico envolve a significação e a atenção do aluno, servindo para a adaptação em grupo e a preparação para as interações sociais. Ele serve como ferramenta de desenvolvimento da linguagem e do imaginário, proporcionando a expressão de habilidades espontâneas e naturais das pessoas que demonstra sua natureza psicológica. A prática lúdica traz o aprendizado de valores importantes, como a socialização e a construção de conceitos de forma significativa.

### Atividade

- 1 - Os participantes de pé, formam um círculo e dão as mãos. Pedir para que não se esqueçam quem está a seu lado esquerdo e direito.
- 2 - Após esta observação, o grupo deverá caminhar livremente. A um sinal do animador o grupo deve para de caminhar e cada um deve permanecer no lugar exato que está.

3 - Então cada participante deverá dar a mão a pessoa que estava a seu lado (sem sair do lugar, ou seja, de onde estiver) mão direita para quem segurava a mão direita e mão esquerda para quem segurava a mão esquerda. (como no início)

4 - Com certeza, ficará um pouco difícil devido a distância entre aqueles que estavam próximos no início, mas o animador tem que motivar para que ninguém mude ou saia do lugar ou troque o companheiro com o qual estava de mãos dadas.

5 - Assim que todos estiverem ligados aos mesmos companheiros, o animador pede que voltem para a posição natural, porém sem soltarem as mãos e em silêncio.

6 - O grupo deverá desamarrar o nó feito e voltar ao círculo inicial, movimentando.

7 - Se após algum tempo não conseguirem voltar a posição inicial, o animador libera a comunicação.

#### Observação

Sempre é possível desatar o nó completamente, mas quanto maior for o grupo, mais difícil fica. Sugerimos que se o grupo passar de 30, os demais ficam apenas participando de fora.

Segunda semana de atividades com os grupos foi realizado o treinamento funcional e para a terceira idade é uma ótima maneira de garantir melhor qualidade de vida e independência. O treinamento funcional é um conjunto de exercícios com propósitos específicos, reproduzindo ações motoras e trabalhando o equilíbrio, a força, a resistência, a coordenação, a velocidade e a flexibilidade. Ele pode ser realizado com elásticos, cordas, cones, bancos, escadas, cadeiras etc. O foco é fazer com que eles treinem da forma mais parecida com as atividades que exercem na rotina, para que haja uma transferência de desempenho na hora que as forem colocar em prática, por exemplo: pegar roupas do chão, trocar coisas de lugar e tudo o que possa lhes ser útil.

Principais exercícios funcionais para idosos.

## Membros superiores

Puxadas, remadas, supinos e desenvolvimentos com garrafas trazem ganhos de força e potência, devendo ser realizados com contrações rápidas.

## Tronco

Exercícios com foco na ativação dos músculos do corpo, assim como flexões e rotações de tronco; de preferência, exercícios de estabilização.

## Membros Inferiores

Agachamento, sentar e levantar, abduções, aduções, extensões e flexões de quadril. Os membros inferiores são os que mais sofrem desgaste devido ao envelhecimento, por isso desenvolver a força nesta região pode evitar a perda da funcionalidade do idoso.

## Equilíbrio

Podem ser realizados em bases instáveis ou com apoio do bastão tentar equilibrar-se sob os calcanhares fazendo dorsiflexão, ficar na ponta dos pés. Além da melhora do equilíbrio, este treino ainda pode aumentar as funções proprioceptivas, fortalecendo os músculos.

## Coordenação Motora

Estes são realizados na escada ou com uso de chapéu chinês, para ajudar na melhora da coordenação motora. Até mesmo tricô e costura podem ser utilizados para estimular a coordenação motora fina, que é bastante prejudicada no processo de envelhecimento.

Terceira semana utilizamos os pesos livres com uma garrafa com areia fazemos o trabalho de força com os alunos, O treinamento de força realizado na terceira idade é um meio de diminuir, retardar ou mesmo reverter à perda da capacidade funcional e torna-se um aliado na recuperação dos componentes básicos da estrutura corporal e da força física do indivíduo favorecendo uma melhora de sua qualidade de vida.

Movimentos realizados durante os exercícios;

Encolhimento de trapézio

Elevação escapular

Tríceps Francês bilateral

Rosca direta

Crucifício reto

Remada reta e etc.

Nessa quarta semana fizemos o trabalho de membros inferiores, utilizando o peso do próprio corpo, o movimento corporal pode ajudar a restaurar e preservar todos os sistemas fisiológicos; destacando o sistema imunológico, ajudando assim a prevenir e diminuir o risco de doenças, trazendo um fortalecimento das articulações e muscular.

Extensão do joelho:

Posicionamento: Sente-se em uma cadeira, com as costas bem alinhadas no encosto da mesma.

Faça com que sua perna forme um ângulo de 90° graus.

Estique e abaixe sua perna.

Objetivo: Fortalecer e mobilizar as pernas.

Elevação dos dedos dos pés:

Posicionamento: Fique em pé em frente a uma superfície firme (mesa, bancada, cômoda).

Mantenha coluna ereta e olhe para frente.

Mantenha seus pés alinhados na largura do quadril voltados para frente.

Levante os pés do chão, mantendo o calcanhar na superfície, em seguida retorne a posição inicial.

Objetivo: Fortalecer membros inferiores em ênfase na panturrilha e músculos do tornozelo.

Elevação do calcanhar Posicionamento:

Fique em pé de frente a uma superfície firme (mesa, cômoda, bancada).

Apoie suas mãos nesta superfície, mantendo sua coluna ereta e olhe para frente.

Mantenha os pés alinhados na largura do quadril voltados para frente.

Faça movimentos de elevação apoiando-se nas pontas dos pés em seguida volte à posição inicial.

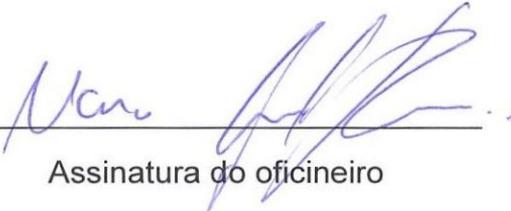
Objetivo: Fortalecer membros inferiores com ênfase na panturrilha e músculos do tornozelo.

### **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A prática de atividades físicas espontânea no dia a dia é recomendada para melhorar a qualidade de vida, mas também é importante ter um programa de exercícios físicos planejados para impulsionar esses ganhos. É consensual desde a antiguidade de que a prática regular de exercícios físicos resulta em diversos benefícios para pessoas que não tem nenhum tipo de doença, mas também cabe relacionar a prática de exercícios físicos regulares a pessoas que possuem doenças crônicas como diabetes, obesidade e doenças coronarianas. O exercício físico tem a função de minimizar esses efeitos no organismo, neste sentido com os exercícios físicos existe um aumento de força dos músculos, tornando mais lenta essa redução de massa muscular e óssea que ocorrerá naturalmente na vida do indivíduo, melhorando sua função cardiovascular e respiratória. A prática da atividade física beneficia o idoso na obtenção das capacidades físicas, força, equilíbrio, coordenação, velocidade, agilidade, flexibilidade, contribuindo também na alta confiança e na prevenção de quedas

e lesões. Idosos que tenham pouca força muscular são mais propensos a aumentos de frequência cardíaca e pressão arterial em atividades simples do dia a dia, esta situação pode ser revertida com o aumento da força muscular, dado pelos exercícios com pesos. Dessa maneira, idosos fisicamente ativos, podem manter-se mais participativos, aumentando as relações sociais, melhorando a autoestima e autocontrole, tornando-se menos propensos em adquirir doenças físicas e psíquicas.

**Contagem, 30 de Junho de 2023**

  
Assinatura do oficineiro

  
Assinatura do coordenador



















