



PREFEITURA MUNICIPAL DE COTIPORÃ/RS

Vida Saudável: Academia da Saúde

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 3 de agosto de 2023

Crédito da Matéria: Assessoria de Imprensa

O projeto visa propagar hábitos de vida mais conscientes e saudáveis. Esta semana ocorreram:

- Ontem, 02 de agosto, Grupo de Promoção da Saúde, em que as atividades consistiram em palavras cruzadas de alimentos saudáveis, seguida de uma caminhada com parada na praça para fazer exercícios. O foco esteve voltado para o exercício da cognição e do corpo, tão importantes para nos manter em constante funcionamento e desafiando nossos limites de forma saudável.
- Hoje, 03 de agosto, Grupo Promovendo Saúde no Interior, no qual foi realizada uma atividade de receitas na Comunidade N. Sra. do Rosário. A ação, planejada para falar sobre alimentação, contou com a preparação de um patê de atum, biscoitos e torta de Rap10. Todas elas opções saudáveis para inserirmos na rotina.

As profissionais fisioterapeuta Luana Moraes Giacomini e nutricionista Gabriela Nespolo se dedicam para trazer teorias e práticas relevantes para o contexto do dia-a-dia da população.
