



PREFEITURA DE CARAPICUÍBA/SP

“Agita Idoso” leva orientação e exercícios à comunidade

Secretarias: Saúde

Data de Publicação: 28 de setembro de 2011

Nesta sexta-feira, dia 23, a Prefeitura de Carapicuíba, através da Secretaria de Saúde, realiza o “Agita Idoso”, atividade que reúne cerca de 100 pessoas em idade acima de 60 anos, para participarem de uma série de exercícios físicos e orientações sobre os cuidados com a saúde.

O evento acontece na sede do NUPI (Núcleo de Participação do Idoso), localizado à Av. Amazonas, 60, Cohab 2, onde profissionais da saúde, das 14 às 17 horas, oferecem palestras sobre hábito saudável de vida, tai-chi-chuan, dicas de alimentação, música, dança, entre outras atividades, frisando que o combate ao sedentarismo com apenas trinta minutos diários de atividade, pode evitar doenças.