



Temporada do grupo “Mexa-se” é aberta oficialmente

Categoria: Saúde

Data de Publicação: 14 de março de 2019

Fonte: Ascom

Em 2018, a Secretaria Municipal da Saúde deu início a um projeto inovador em que ofertou a comunidade a oportunidade de praticar exercícios físicos, por meio do grupo “Mexa-se”. O projeto teve a sua abertura oficial realizada na tarde desta quarta-feira, 13, no salão do Sindicato dos Trabalhadores Rurais de Frederico Westphalen.

O prefeito José Alberto Panosso esteve presente na abertura do projeto, além da Secretária Municipal da Saúde, Marta Chielle, a chefe de gabinete da Secretaria Municipal da Saúde, Mariana Fátima Guglielmin e da coordenadora do curso de Educação Física da URI-FW, Claudinara Botton. Na ocasião, o chefe do Executivo destacou a continuidade do projeto.

– A nossa Administração Municipal deu início a esse importante projeto no ano passado e tenho a certeza de que a Secretaria da Saúde está realizando diversas ações para convocar ainda mais pessoas a participar desta ação que irá permanecer ativa durante muitos anos. Aproveito também para fazer um chamado à comunidade para participar deste importante projeto, afinal, estamos sempre pensando no bem-estar da população. – salientou.

O objetivo do grupo é promover, por meio de exercícios físicos, que os participantes tenham redução de dores no corpo, qualidade de vida, melhora da auto-estima, menor utilização de remédios, além de promover a integração entre os moradores de diversas localidades do município, tendo em vista que as atividades são abertas para pessoas de todas as idades.

Dentro das atividades previstas do grupo, estão: dança, alongamentos, circuitos físicos, zumba, e estas atividades são realizadas em parceria com o curso de Educação Física da URI-FW. A Secretária Municipal da Saúde, Marta Chielle, ressaltou o planejamento feito pela Secretaria. “Nós estamos sempre atentos às mais diferentes formas de incentivar a comunidade a realizar exercícios físicos e conseguir ter mais qualidade de vida, e claro, de saúde”, afirmou.

Os interessados em participar devem procurar os integrantes do projeto, diretamente no Salão do Sindicato dos Trabalhadores Rurais sempre às quartas-feiras, a partir das 15 horas, dia e horário em que são realizadas as atividades.