

Estudantes do Curso de Fisioterapia da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) do Campus Uruguaiana, em parceria com o Programa de Extensão Ativa\_Idade, realizaram atividades sobre Exercício Físico e Memória com os idosos participantes da UMA (Universidade da Maturidade Ativa), que realiza seus encontros na Escola Metodista União de Uruguaiana/RS. A atividade ocorreu nos dias 7 e 14 de junho de 2011, sob a orientação das professoras Aline Martinelli Piccinini e Pâmela Billig Mello Carpes.



As atividades realizadas pelos acadêmicos foram uma oficina sobre Exercício Físico na Melhor Idade e uma roda de conversa sobre Envelhecimento e Memória, que incluíram atividades relacionadas à importância de se exercitar e seus benefícios, especialmente os preventivos, uma seqüência de exercícios físicos aeróbicos e atividades para melhora e manutenção da memória. Além disso, foram distribuídos folders incentivando a prática de exercícios para promoção da qualidade de vida na melhor idade. Como forma de agradecimento os acadêmicos entregaram maçãs com uma mensagem para os idosos

**Com informações e imagens do projeto Ativa\_Idade, Heleno Nazário para Assessoria de Comunicação Social**