

A coordenação do Programa Ativa Idade, em funcionamento no Campus Uruguaiana da Universidade Federal do Pampa (UNIPAMPA) abriu inscrições para novos participantes. A inscrição é gratuita e serão feitas às segundas e quintas-feiras, a partir das 13h30 min, no Auditório do prédio 700 do Campus Uruguaiana.

Para participar, os interessados devem preencher os seguintes requisitos: Ter 60 anos ou mais; Participar de uma entrevista na Universidade; assinar um termo de consentimento para a aquisição de imagens e utilização dos dados em trabalhos científicos, preservando a identidade dos participantes.

Serão ofertadas 100 vagas, e em caso de preenchimento total será elaborada uma fila de espera, onde a medida que houver desistência e/ou exclusão de idosos, serão chamados os idosos que estiverem na fila de espera, respeitando a ordem desta.

Aos participantes serão oferecidas atividades como Palestras e debates para promoção da saúde do idoso: com profissionais da área da saúde; Exercícios de fortalecimento e alongamento que vão promover melhora da postura, equilíbrio e diminuição do risco de quedas; Atividades para estímulo da memória, para melhorar as funções cognitivas; atividades de canto, dança, música e poesia e cursos de capacitação.

Com informações por Graziela Morgana tavares, Heleno Nazário para Assessoria de Comunicação Social