



### **Passeio até a Usina de Energia Eólica**

Categoria: Última Hora

Data de Publicação: 8 de agosto de 2019

Crédito da Matéria: Departamento de Comunicação e Estratégia

Na última terça-feira (06), CRAS Armour e CRAS Prado, reuniram seus grupos de idosos para realizar um passeio até a Usina de Energia Eólica, contando com a presença do professor de Tai Chin Chuan Angel Gutierrez, Coordenadoras dos Cras Armour Niáhskara do Prado Lima e Coordenadora do Cras Prado Taline Bustamante, os técnicos dos Cras Irene Cardoso (Assistente Social) e Glen Silva (Psicólogo).

O passeio teve como objetivo despertar as potencialidades para aspectos criativos e sociais, estimulando a socialização, o compartilhar experiências, a sensibilidade, as emoções, a comunicação, a vivência de coisas novas, permitindo-lhes uma vida ativa sem obrigações. Primando pela qualidade de vida e optando por atividades que façam bem ao corpo e a mente.

Valorização da terceira idade - com a participação mais efetiva em diferentes grupos sociais, valoriza-se cada vez mais a sua memória e vivência. Sem contar que essas atividades vão fomentar a formação de relações saudáveis, contato com pessoas e uma sensação diferente sobre o envelhecimento.

O contato social e as atividades físicas que integram as diversas opções de lazer influenciam a saúde física e psicológica. A imunidade melhora, o corpo fica mais forte, equilibrado e flexível, e o cérebro ganha metabolismo mais rápido.



SANT'ANA DO LIVRAMENTO

---