



NOVA BASSANO - RS

---

## **Programa “estica a vida” levando saúde à comunidade**

Data de Publicação: 1 de abril de 2016

Crédito da Matéria: Assessoria de Imprensa

O Programa “Estica a Vida”, mantido pela Secretaria Municipal da Saúde, promove momentos de descontração e muita atividade física para os participantes, onde a palavra- chave é movimento. As aulas acontecem sempre com a supervisão de profissionais da área de Educação Física, que tornam a manhã e tarde das alunas, especial e divertida. Atualmente 100 participantes estão inseridos no programa vinculado a secretaria, que prioriza a atividade física, auxiliando pacientes no tratamento e prevenção de doenças crônicas e na melhora da autoestima. Segundo a coordenadora do programa, Lidiane Zanon Durante, as atividades não se restringem somente aos idosos, mas podem participar homens e mulheres, jovens e adultos, que tenham disposição e que queiram melhorar seu condicionamento físico e fazer novas amizades. Os encontros acontecem no Centro nas terças-feiras das 8h às 9 horas, na Casa das Feiras e na Academia ao Ar Livre. Nas terças-feiras e quintas-feiras no ginásio do bairro Cristo Redentor, das 14h às 15h. Nas terças e quintas-feiras no ginásio do bairro Saúde, das 15h30min às 16h30min. Nas quintas-feiras no ginásio do bairro Bassanense, das 8h às 9 horas e no Povoado Zanetti no salão, nas sextas-feiras das 15h às 16h. As pessoas interessadas em participar do Programa “Estica a Vida”, devem dirigir-se aos locais mencionados e fazer a sua inscrição totalmente gratuita.