

## Oficina de FisioDança

Secretarias: Saúde

Data de Publicação: 17 de abril de 2024

A Secretaria da Saúde de Veranópolis está ofertando oficinas de FisioDança na rede de saúde municipal.

A FisioDança convida o corpo e a mente a sentir a música, permitindo que os movimentos tomem forma. Por meio de exercícios em forma de dança, o desenvolvimento da consciência corporal é estimulado, além de promover ganhos na qualidade de amplitude de movimento, equilíbrio, força e coordenação motora. Além disso, os participantes também recebem orientações de postura para realizar atividades do cotidiano, prevenindo dores, lesões e quedas.

A Oficina de FisioDança pode ser definida como uma abordagem terapêutica corporal integrativa (física, psicossocial e cognitiva), que une fisioterapia e dança, trazendo a reabilitação de uma forma prazerosa e lúdica.

É oferecida nos Postos de Saúde dos bairros Santo Antônio, Renovação e São Francisco. Quem desejar participar, deve entrar em contato com a unidade de saúde de sua referência.

ESF Renovação: 3441-8341

ESF São Francisco: 3441-4491

ESF Santo Antônio: 3441-817

Atividade do projeto “Mais saúde para você” ♥