



O terceiro VARGINHA MAIS SAUDÁVEL, uma iniciativa da prefeitura de Varginha, por meio da secretaria Municipal de Esporte e Lazer – Semel, repetiu o sucesso das edições passadas, com um público estimado de 700 pessoas que usufruíram das atividades oferecidas no Sest Senat, onde o evento ocorreu das 8h às 12h, com o tema “A SAÚDE NO TRÂNSITO – MAIO AMARELO”, visando despertar a atenção pela vida.

“Mais uma vez alcançamos nosso objetivo de reunir um público diversificado e ainda contribuindo para a construção de uma sociedade melhor, nossas crianças e jovens mais conscientes e saudáveis; nossos adultos também mais conscientes e responsáveis”, conclui o coordenador do Projeto e professor da SEMEL, Flávio Henrique Pontes.

Ao todo foram oferecidas mais de 40 atividades para crianças, adolescentes, jovens, adultos e idosos. Todas com o mesmo objetivo de despertar o interesse pelo cuidado com a saúde em todos os aspectos, emocional, cognitivo, afetivo, físico e social. “Estamos trabalhando a saúde de diversas maneiras, com várias atividades, de modo que Varginha cresça ainda mais na qualidade de vida e educação para evitar o sedentarismo e conseqüentemente prevenir uma série de doenças e complicações da saúde”, explica Flávio Pontes. Ele ressalta que a conscientização e a transformação da mentalidade e da realidade passam por mudanças de hábitos de vida, prática de atividades físicas e cuidado com a mente.

Quem esteve por lá foi o vice-prefeito Vérdi Melo, que tem prestigiado todas as edições, por acreditar no esporte com um meio de não só promover a saúde, mas também de interação entre as pessoas. “Estão todos de parabéns por este projeto que tem a frente o dedicado e responsável professor da Semel Flávio Poste, que com sua juventude e dinamismo, não tem medido esforços para descentralizar as atividades da Semel, favorecendo todos os bairros”, disse Vérdi.

## **Parcerias de sucesso**

Vários parceiros se uniram em prol dessa ideia, cada um com sua parcela de contribuição, trabalhando de uma maneira integral e despertando a importância de cuidar da saúde.

A abertura foi com a Banda Marcial Mirim do CDCA e logo após foram realizadas várias apresentações e um Aulão de Alongamento, Ginástica, Zumba e Funcional. Paralelamente foram oferecidos futebol para as crianças e adolescentes, basquetebol, tênis de mesa, jogos e brincadeiras, além de uma área kids equipada com cama elástica, escorregador, futebol de sabão, piscina de bolinhas, pintura de rosto, desenho e pintura, pipoca, algodão doce e outros atrativos.

Oficinas e serviços também estiveram à disposição do público como aferição de pressão arterial e glicemia, orientação nutricional e sobre diabetes, hipertensão, câncer bucal, auriculoterapia, peso, altura, IMC, avaliação física e liga do trauma. Na sessão de beleza destaque para limpeza de pele, maquiagem, manicure e cabeleireiro. Também foram oferecidos jogos terapêuticos, de memória, concentração e atenção; jogos lúdicos e gestão de conflitos. Uma oficina de cartão para Dia das Mães foi disponibilizada para quem não quis deixar o Dia das Mães passar em branco. O Centro de Convivência dos Idosos - CCI apresentou um número de balé. Os participantes puderam degustar produtos naturais e ortomoleculares e ainda receber informações sobre prevenção, captação e doação de órgãos, além de atendimento jurídico, saúde no trânsito e muito mais.

“O Sest Senat disponibilizou uma equipe de apoio especial para o dia 12 de maio, abriu suas portas e ofereceu toda sua infraestrutura para o cidadão; todos em prol de uma Varginha Mais Saudável, por isso agradecemos todos por essa união e realização”, conclui Flávio Pontes.

