



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.

