

## **Dia Nacional do Idoso – Dia Internacional do Idoso – Mês do Idoso**

### **PROGRAMAÇÃO:**

**Palestra: "Importância das vitaminas e sais minerais na 3ª idade", realizada pela nutricionista Patrícia O. Souza:**

Dia 02/10 no CS Centro, às 15h

Dia 05/10 no CS Conceição, às 15h

Dia 06/10 no CS Taquaral, às 15h

Dia 07/10 no CS São Quirino, às 15h

#### **Centro de Saúde Boa Esperança**

- Palestra sobre hipertensão, diabetes e alimentação
- Bazar e exposição de artesanato confeccionado por idosos da comunidade e outras pessoas que desejarem participar
- Caminhada
- Lian Gong
- Dança circular
- Coral
- Café da manhã de encerramento

#### **Centro de Saúde Conceição**

Dia 02/10: às 8h - café da manhã na Igreja Conceição

Dia 05/10: às 14h30 - passeio no Parque Ecológico

#### **Centro de Saúde Figueira**

Dia 02/10:

Local: Salão da Igreja Perpétuo Socorro, na Rua São Miguel Arcanjo, s/n, Jd. Nova Europa

8h - Lian Gong;

9h - Apresentação do Teatro Portal das Artes;

10h - Palestra do Fisioterapeuta Diego sobre dores em geral;

11h – Confraternização com mesa de frutas.

Dia 07/10:

Local: Praça de Esportes Pompeu Vítor – Av. Estados Unidos, s/nº

Várias atividades programadas pela Praça de Esportes

8h - Lian Gong pelo Centro de Saúde.

## Centro de Saúde Costa e Silva

Palestras na IGREJA IMACULADA, às 8h30

Dia 02/09: "Demência e Alzheimer" – Dr. Ivo Gilberti - psiquiatra

Dia 29/09: "Educação Postural" - Dra. Ana Paula - fisioterapeuta

Dia 06/10: "Saúde Bucal" – Dr. Daniel Boklis – dentista

Grupo de Idosos CS C Silva

Dia 05/10 - Apresentação de coral

Dia 19/10 - Viagem p/ Atibaia - Festa Morango e flores

Cartazes de divulgação interna

Distribuição de folders no CS com "Direitos do Idoso"

Divulgação do acesso ao Conselho Municipal do Idoso

Equipe: Ana Paula(AE), Terezinha(ACS), Lourdinha (ACS) e Miriam (TO)

Dia 22/9: Coral do grupo de Idoso se apresenta na Conferência do Idoso

Dia 05/10: Coral do grupo de Idoso – se apresenta no Encontro de Corais no Centro de Convivência

Dia 09/10: “Macarrão com arte”, almoço no Salão da Igreja Imaculada

Rotina Lian Gong

Salão da Igreja Imaculada - todas 2ª, 4ª e 6ª feiras, das 7h às 8h e das 8h às 9h

Espaço das Vilas – todas 3ª e 5ª feiras, das 7h30 às 8h30

## Centro de Saúde Santa Odila

De 1 a 7 de outubro: Aferição da Pressão Arterial e Dextro, Orientação Nutricional, entrega de folder com orientações.

Dia 07/10 – No Centro de Saúde Santa Odila: Encerramento da Semana - Café da manhã comunitário, Bingo, Lian Gong.

Dia 07/10 – Na Praça Rui Barbosa, das 9h às 12h

1. Orientação para a população idosa pela Coordenadoria de Assistência Farmacêutica da SMS, com distribuição de folders sobre medicação e orientação sobre a auto-medicação.

2. Orientação nutricional com a Nutricionista Ana Alice do Distrito de Saúde Leste, sobre alimentação saudável.

## Centro de Saúde São Quirino

Dia 07/10: Após 14h – Gincana da Saúde para “Maior Idade” no Antigo Nosso Clube

## **Centro de Saúde de Sousas**

Palestras “Qualidade de vida na 3ª idade”

Dia 01/10, às 8h30h, no Centro Comunitário, no bairro Nova Sousas

Dia 01/10, às 8h30, na Igreja São Francisco, no bairro Vila Brandina

Dia 06/10, às 7h30, na Igreja Santana

Dia 07/10, às 7h30, na Igreja Santo Antônio, no Jardim Conceição

Dia 07/10, às 7h30, no Salão Social do Condomínio San Conrado

## **Centro de Saúde São José**

Dia 06/10:

### **Manhã**

8h30 – Abertura, ao lado da farmácia

8h45 – Qigong perfumado

9h30 – Debate sobre Estatuto do Idoso

10h20 – Confraternização com lanche

### **Tarde**

15h – Abertura, ao lado da farmácia

15h15 – Qigong perfumado

15h30 – Debate sobre Estatuto do Idoso

16h – Confraternização com lanche

## **Centro de Saúde Vila Ipê**

De 5 a 9 de outubro, sempre das 8h às 10h e das 14 às 16h: Projeto Multiplicadores de Sorriso na Terceira Idade

Trata-se de um grupo de pessoas acima de 60 anos que foi capacitado para abordar a população sobre os cuidados com a saúde bucal e importância do auto-exame preventivo do Câncer Bucal. Eles estarão com mesas demonstrativas com macro modelos, evolução das doenças - cárie e doença Periodontal. Também farão demonstração de técnicas de uso do fio dental e escovação. A atividade inclui ainda exposição de cartazes.

Dia 09/10: Festa de encerramento, no período da manhã, com entrega do certificado de participação.