

RELATÓRIO VIVA MELHOR VIVA BEM

No dia 27 de agosto de 2024, aconteceu uma manhã de cuidados com aposentados da turma de hidroginástica no Clube dos Servidores do Município, através do Instituto de Previdência do Município de Teresina - IPMT. Essa ação faz parte do cronograma pós- aposentadoria VIVA MELHOR, VIVA BEM, realizado pelo Núcleo de Educação Previdenciária.

O objetivo principal dessa ação é levar informações e cuidados para servidores inativos, como prevenção de doenças, importância de exames, consultas de rotina, alimentação equilibrada e atividade físicas.

Essa conscientização para os idosos é importante para controle de doenças já existentes e também incentivo de uma rotina para prevenção .

Essa palestra foi conduzida através da parceria com a Faculdade Santo Agostinho e pela Profª Elane e sua turma de enfermagem, no final da apresentação teve aferição de pressão que é uma forma segura de saber como estão os níveis de pressão de uma pessoa e glicemia que é um teste para verificar principalmente a quantidade de açúcares presentes na circulação do sangue, onde todos os participantes participaram e tiraram suas dúvidas.

REGISTROS





