

# EnvelheSER

Tendo como público alvo pessoas da comunidade do entorno da instituição na faixa etária hoje denominada 60+, estudantes do curso de Educação Física, orientados por seus professores, realizaram o atendimento de aproximadamente 50 idosos, com o objetivo de promover a saúde por meio do exercício físico e das práticas corporais da dança e de fortalecer vínculos sociais promovendo o convívio e ruptura do isolamento.



Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), saúde é “um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença ou enfermidade”, e assim o foco exclusivo na doença vem sendo substituído pelo estudo das influências exercidas em nossas vidas pelas atividades físicas, e principalmente os idosos, nas suas diferentes características sociais, culturais, econômicas e ambientais, demandam políticas que busquem espaços de sociabilidade e de interação entre eles, famílias e cuidadores, pois isso tem se mostrado como um marcador para a qualidade de vida. O projeto ocorreu no Complexo Esportivo UniBrasil

