



Digite um termo que deseja encontrar

Buscar

04/08/2011



## Parque Botânico Vale de São Luís celebra o Dia Nacional da Saúde com programação especial

"Celebrar a vida é cuidar da saúde". Com este tema, o Parque Botânico Vale realiza neste sábado, 06/08, a partir das 8h, o projeto Parque Saúde, com atividades que promovem o desenvolvimento de hábitos saudáveis, com técnicas de relaxamento e dicas de receitas alternativas. Com o evento, a Vale pretende celebrar o Dia Nacional da Saúde, comemorado no dia 5 de agosto.

Para os participantes esta será uma oportunidade de investir na saúde física e mental. "O Parque Saúde tem a proposta de despertar nas pessoas a importância de cuidar da saúde de forma preventiva, praticando atividades físicas e utilizando receitas saudáveis que garantem uma alimentação nutritiva", comenta a supervisora do Parque, Marília Gabriela Diniz.

As atividades serão iniciadas com a oficina de Tai Chi Chuan, arte marcial chinesa reconhecida pelos benefícios que traz a saúde. Também serão oferecidas aulas de pilates, massagem oriental, dança de salão e culinária alternativa.

Entre os destaques da programação, está o Espaço Beleza, no qual o participante terá acesso a corte de cabelo, análise capilar e maquiagem. Já na Tenda da Saúde, os serviços oferecidos envolvem aferição de pressão, glicemia e cálculo do índice de massa corporal (IMC), higiene bucal para crianças com aplicação de flúor, além da distribuição de brindes, contendo um guia com dicas importantes e utensílios úteis como garrafa para água, entre outros. A programação também inclui uma palestra com o tema "Qualidade de vida", da nutricionista Elaine Rodrigues, que abordará temas relacionados à saúde do coração e à boa alimentação.

As crianças podem participar das atividades oferecidas ou se divertir nos novos brinquedos do Parquinho Infantil, como a casinha de bonecas com balanço, escorregador, gangorras e cavalinho duplo que faz a alegria da criançada que frequenta o local.

O projeto conta com a parceria da Federação das Indústrias do Maranhão (FIEMA), Serviço Social da Indústria (SESI) e Instituto Embelleze. Os interessados em participar da programação devem fazer inscrição. Mais informações pelo telefone 3218 6245. O Parque Botânico Vale está localizado na Avenida dos Portugueses, s/n, Anjo da Guarda. A entrada é gratuita.

Mais informações

