

Publicado em 18/02/2025 - 10:11

## Centros da Terceira Idade de São Caetano retomam Atividades Físicas



**SÃO CAETANO DIGITAL**  
**Centros da Terceira Idade de São Caetano retomam Atividades Físicas**

saocaetano.digital • Seguir  
São Caetano do Sul

saocaetano.digital A Prefeitura de São Caetano do Sul, por meio da Comtid (Coordenadoria Municipal da Terceira Idade), iniciou a volta das férias das atividades físicas nos sete CISEs (Centros Integrados de Saúde e Educação) da Terceira Idade.

A retomada ocorreu nesta segunda-feira (17/2), com uma ampla variedade de programas voltados ao bem-estar e à socialização dos idosos.

As aulas tiveram início com as atividades de Hidroginástica, aulas de dança, alongamento, ginástica e musculação.

Cada uma dessas modalidades foi pensada para atender a diferentes necessidades e proporcionar uma reintegração gradual.

Além das atividades físicas, os CISEs oferecem cursos de Idiomas, Oficinas de Artesanato, Oficinas Culturais (como dança, yoga, violão, canto, desenho e teatro), passeios, viagens, bailes, eventos e jogos de mesa, bocha e malha.

→ Novas vagas serão disponibilizadas em março, com divulgação antecipada pelos canais oficiais da Prefeitura de São Caetano do Sul.

LEIA A NOTÍCIA COMPLETA: [www.saocaetanodigital.com.br](http://www.saocaetanodigital.com.br)

177 curtidas  
há 6 horas

Adicione um comentário... Publicar

<https://www.instagram.com/p/DGNnIdEKNuS/>

**Veículo:** Online -> Instagram -> Instagram São Caetano Digital

**Seção:** São Caetano