

## São Caetano do Sul abre pré-inscrições para atividades físicas da terceira idade

---

Redação

*Cadastro será online e escalonado; vagas são limitadas*



A Prefeitura de São Caetano do Sul, por meio da Coordenadoria Municipal da Terceira Idade (Comtid), abrirá na próxima segunda-feira (10) as pré-inscrições para atividades físicas nos Centros Integrados de Saúde e Educação (CISEs). O cadastro será realizado de forma online e escalonado, priorizando a população idosa da cidade.

As atividades disponíveis incluem ginástica, alongamento, pilates, danças, vôlei adaptado, musculação e hidroginástica. Os interessados devem acessar o link disponível no site oficial da Prefeitura: <https://terceiridade.saocaetanodosul.sp.gov.br>.

Segundo Lucila Lorenzini, coordenadora da Comtid, a iniciativa reforça o compromisso do município com a qualidade de vida dos idosos. “Com a abertura das pré-inscrições, a Prefeitura reafirma seu compromisso com a promoção da saúde e qualidade de vida da população idosa, proporcionando atividades físicas adaptadas para a terceira idade”, destacou.

## **Regras para inscrição**

Para garantir a vaga, os idosos devem estar previamente cadastrados em um dos CISEs e anexar um atestado médico atualizado no momento da inscrição. Já para as aulas de hidroginástica, será necessário apresentar também um atestado clínico e dermatológico.

As vagas são limitadas e serão preenchidas seguindo critérios de prioridade conforme a faixa etária, de acordo com o Estatuto do Idoso (Lei 10.741/2003). Caso todas as vagas sejam ocupadas antes do prazo final, as inscrições serão encerradas antecipadamente.

## **Calendário das pré-inscrições**

10 de março, a partir das 8h: Exclusivo para pessoas com 80 anos ou mais

12 de março, a partir das 8h: Exclusivo para pessoas com 60 anos ou mais

14 de março, a partir das 8h: Exclusivo para pessoas com 50 anos ou mais (caso ainda haja vagas disponíveis)

Após a inscrição online, os participantes deverão confirmar sua matrícula presencialmente entre os dias 17 e 21 de março no CISE onde realizarão a atividade. As aulas estão previstas para começar em 24 de março.

## **Foco na saúde e no bem-estar da terceira idade**

A oferta de atividades físicas para idosos é uma das principais estratégias da Prefeitura de São Caetano do Sul para incentivar a qualidade de vida e o bem-estar na terceira idade. Além de estimular a prática esportiva, essas atividades ajudam na socialização e na promoção da saúde física e mental dos participantes.

Com o alto interesse pelos programas voltados à terceira idade na cidade, a orientação é que os interessados realizem a inscrição o quanto antes para garantir uma vaga.

<https://abcagora.com.br/sao-caetano-do-sul-abre-pre-inscricoes-para-atividades-fisicas-da-terceira-idade/>

**Veículo:** Online -> Site -> Site ABC Agora

**Seção:** São Caetano