



**“QUERER BEM NÃO TEM FRONTEIRAS”**

## **Outubro Prateado 2020**



Neste mês celebramos o Outubro Prateado em alusão ao mês do idoso. A campanha tem como objetivo estimular ações para hábitos de vida saudável, tanto no aspecto físico e mental, a preservação da autonomia, aumentar o tempo de vida funcional da população sem prejuízos decorrentes do agravamento de doenças além de estimular a participação social dos idosos. Com este propósito o IPGG-JEM programou várias atividades com o objetivo de fortalecer estas ações.

### **Atividades Externas**

**01/10/2020 - Dia Internacional do Idoso - Serão Musical e Distribuição de Folders sobre o Outubro Prateado nos Jardins Interno e Externo do Instituto.**

**07/10/2020 – 14h às 15h - Trovadores na ILPI São José Nitro Operário**

**14/10/2020 – 14h às 15h - Trovadores na ILPI do Lar Vicentino**

**21/10/2020 – 14h às 15h - Historiando e cantando na ILPI Iva Felipe**

**29/10/2020 – 14h às 15h - Trovadores na ILPI ADONAI**

### **Atividades Internas**

**02/10/2020 – Circuito de Quedas – 1º andar sala da Fisioterapia**

**02/10/2020 – Live: “Violência contra o idoso” às 10h – Equipe multidisciplinar – Especializando em Gerontologia.**

**02/10/2020 – Live: Musical em Comemoração ao Dia Internacional do Idoso às 14h30minh**

**09/10/2020 – Live: “Casa Segura” Prevenção de Quedas em Idosos às 10H - Equipe multidisciplinar – Especializando em Gerontologia.**

**14/10/2020 – Live: “Fortalecimento, alongamento na cadeira, prática e atividade física para idosos” às 15h – Educadora Física Monica C. B. Santos e Gabriel S. Delbue (Estagiário de Ed. Física)**

**16/10/2020 – Live: Live: “ Vida é Movimento, Movimento é Vida”, prática de exercícios em tempos de pandemia às 10h – Educador físico Alexandre M. Ogido.**

**23/10/2020 - Live: Trabalho Cognitivo com Idosos – às 10h - Equipe multidisciplinar – Especializando em Gerontologia.**

Link de acesso: <https://www.facebook.com/ipggiem/live>

# LIVE "PRÁTICA DE ATIVIDADE FÍSICA"

**14/10 QUARTA FEIRA ÀS 15H00**

**OUTUBRO PRATEADO 2020**  
"Querer bem não tem barreiras!"



**"Fortalecimento, Alongamento na  
Cadeira, Prática e Atividade Física para  
Idosos".**



**Mônica Cristina Brugnaro dos Santos**  
Profissional de Educação Física  
CREF: 30880-G/SP

**Gabriel Santos Delbue**  
Estagiário de Educação Física no  
IPGG



**Equipe de  
Apoio:**  
NSI  
Núcleo de  
Suporte à  
Informática

**LIVE**  
**"MUSICAL EM COMEMORAÇÃO AO**  
**DIA DO IDOSO"**

**02/10 SEXTA-FEIRA ÀS 14h30**

**OUTUBRO PRATEADO 2020**  
**"Querer bem não tem**  
**barreiras!"**



**Dr. Nilton da Silva Guedes**  
**Diretor de Convivência**



**Dr. Francisco Souza do Carmo**  
**Diretor do IPGG**