

EM FOCO

Saúde e bem-estar dos idosos



Cuidados constantes

A Prefeitura de São José dos Campos, por meio da Assessoria de Políticas e Direitos dos Idosos da Secretaria de Apoio Social ao Cidadão, ao longo de todo o ano realiza ações em prol da saúde e do bem-estar dos idosos. A Assessoria promoverá, neste mês de setembro e depois em outubro, palestras "As Emoções e Seus Reflexos na Saúde" nas Casas do Idoso Centro, Sul, Leste e Norte. O objetivo é ajudar os idosos a cuidarem da saúde emocional, o que contribuirá para melhoria da disposição e prevenção de doenças.

Respeito no trânsito

A Prefeitura de São José realiza, no dia 24 de setembro, uma ação de conscientização sobre o respeito às vagas de estacionamento reservadas aos idosos. Será das 12h às 16h, na região sul da cidade. É mais uma iniciativa da Assessoria de Políticas e Direitos dos Idosos e da Assessoria de Políticas para Pessoas com Deficiência, vinculadas à Secretaria de Apoio Social ao Cidadão. A ação, que terá a participação da Secretaria de Mobilidade Urbana através do Educamob, foi denominada "Essa vaga não é sua nem por um minuto". Serão distribuídos materiais para orientar a população sobre o assunto. Mais informações pelo telefone 3909-2697, da Assessoria de Políticas e Direitos dos Idosos.

**ESTA VAGA
NÃO É SUA**



**NEM POR
UM MINUTO
RESPEITE!**

Palestra "As Emoções e Seus Reflexos na Saúde"

Das 9h30 às 10h30

Dia 16 de setembro
Casa do Idoso Sul

Dia 30 de setembro
Casa do Idoso Leste

Dia 14 de outubro
Casa do Idoso Centro

Dia 21 de outubro
Casa do Idoso Norte

SERVIÇOS DE ATENDIMENTO

CREAS (Centros de Referência Especializados de Assistência Social)

Creas Sul
Av. Cidade Jardim, 5.431
Bosque dos Eucaliptos
☎ 3922-5558

Creas Centro/Norte
Rua Sebastião Humel, 523, Centro
☎ 3923-7200 / 3913-2827 / 3913-2829

Creas Leste
Praça José Molina s/n, Vila Industrial
☎ 3941-2800

LOCAIS PARA DENÚNCIA

Ministério Público do Estado de São Paulo
Avenida Salmão, 678, Jardim Aquarius
☎ 3921-6856

Conselho Municipal do Idoso
Rua Euclides Miragaia, 508, centro
☎ 3909-8617

Assessoria de Política e Direito dos Idosos
☎ 3909-2697

DISQUE-DENÚNCIA (ligações gratuitas)

100 Direitos Humanos
153 Prefeitura (Guarda Civil Municipal) 24 h
190 Polícia Militar - 24h

Casa do Idoso

EDIÇÃO DE
SETEMBRO/2022

INFORMATIVO



Vida longa para as Casas



As Casas do Idoso de São José dos Campos estão em festa. No último dia 27 de julho, dia do aniversário da cidade, a Casa Centro comemorou 15 anos. A Casa Norte completou 8 anos também em julho, no dia 1º. Já a Casa Sul celebrou aniversário de 10 anos no último dia 30 de junho. E vem mais festa por aí. No próximo dia 18 de outubro, a Casa Leste comemorará 10 anos. Motivos para alegria não faltam. **Vida longa para as Casas do Idoso.**

ENVELHESER

Amor traduzido em palavras



"A Casa do Idoso é minha segunda casa. Fico praticamente o dia todo aqui. Participo de todas as atividades."

Joana da Silva, 70 anos, frequentadora da Casa do Idoso Centro



"Eu me sinto muito bem na Casa do Idoso. É tudo de bom e representa muito na minha vida."

Auberano Pacheco, 78 anos, frequentadora da Casa do Idoso Sul



"A Casa do Idoso é tudo na minha vida. Muitas vezes, passo mais tempo aqui do que na minha casa."

Rita de Cássia do Prado, 64 anos, frequentadora da Casa do Idoso Norte



"A Casa do Idoso representa muito na minha vida. É uma terapia. Sempre me sinto bem à vontade."

Everaldo Martins de Souza, 55 anos, frequentadora da Casa do Idoso Leste



"É sempre uma alegria quando estou na Casa do Idoso. Faz bem para a alma e para o corpo."

Cleide Mieko Izumi, 67 anos, frequentadora da Casa do Idoso Sul



"Todo dia estou na Casa do Idoso. Moro longe, mas quase não falto às atividades. É minha terapia."

Cecília de Fátima Garcia de Oliveira, 66 anos, frequentadora da Casa do Idoso Norte



"A Casa do Idoso é o meu lugar de repouso. Gosto de todas as atividades que nos oferecem."

Hércio Pires Brandão, 71 anos, frequentadora da Casa do Idoso Centro



"A Casa do Idoso é muito importante na minha vida. É minha motivação de vida e de saúde."

Arminda Rodrigues dos Santos, 72 anos, frequentadora da Casa do Idoso Leste

Informativo produzido pelo Departamento de Comunicação Social - Prefeitura de São José dos Campos - Tiragem: 2.000 exemplares

ATIVA IDADE

Atividades para todos os gostos



"Gosto de tudo na Casa do Idoso. Se não tivesse vindo para cá, continuaria doente e depressiva"

Fátima Ladeia, de 64 anos



As Casas do Idoso estão abertas para todos os moradores de São José dos Campos que têm pelo menos 60 anos. Frequentar e participar das atividades é muito fácil: basta ir até as unidades e se matricular. São pelo menos 40 atividades, com muita diversão e interatividade para todos os gostos. Bailes noturnos e saraus são abertos à toda a comunidade de São José dos Campos.

Atividades variadas

- Coral • Saraus • Bailes
- Yoga • Pintura • Passeios
- Aulas de dança • Hidroginástica
- Rodas de conversa
- Terapia ocupacional



Você sabia?

As Casas do Idoso oferecem, diariamente, 40 atividades artísticas, culturais e esportivas? **Conheça e participe!**