

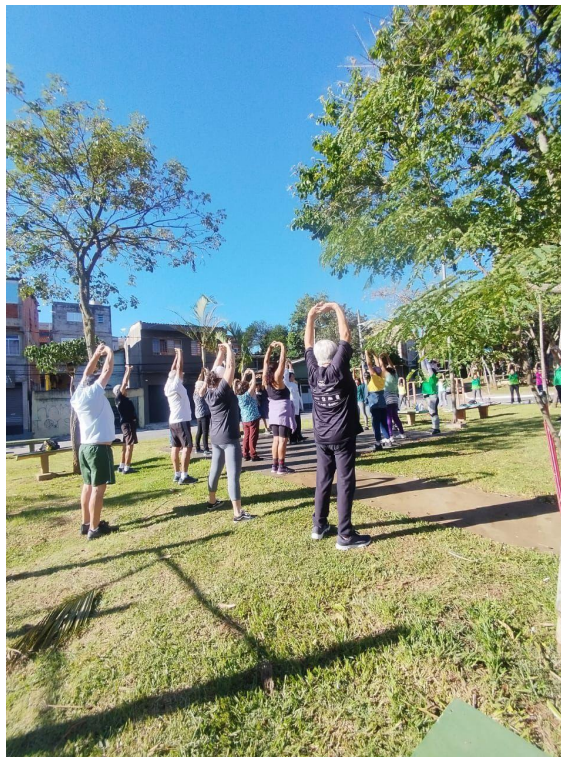
# UBS JARDIM LÍDIA

Dezembro/2025



**Nome da Ação:**  
**Caminhada e**  
**saúde**  
**biopsicossocial**

Nº de Participantes:  
57



Alongamento/fortalecimento muscular global com ênfase no fortalecimento de MMII para prevenção de quedas.



# Nome da Ação: Natal solidário do Cnar

Nº de Participantes: 25  
pessoas



Levar um pouco de alegria com entrega de kits de lanches, higiene e redução de danos e entregas de roupas e a magia do Natal com a presença do papai noel

**Nome da  
Ação:  
Fortalecendo  
a coluna e  
membros.**

Nº de  
Participantes: 24



Alongamento/fortalecimento muscular global com ênfase no fortalecimento do CORE para prevenção de quedas.

