

## Grupo de Coluna no Contexto do SUS – Grupo Regular

- Coordenadora: Profª Adriane Vieira
- Autores: Márcia da Jornada, Gabriela Vasconcelos e Patrícia Bartz;
- Área de trabalho: Saúde;

O Grupo Regular é um projeto de práticas corporais que visa estimular a incorporação de uma postura adequada na execução de atividades de vida diária, além de proporcionar aos alunos momentos agradáveis através de atividades lúdicas e interação social. Os hábitos posturais saudáveis são trabalhados através de exercícios de percepção corporal, de coordenação e de alongamento, relaxamento e fortalecimento muscular. O Grupo Regular é destinado aos pacientes da UBS do Hospital de Clínicas de Porto Alegre que já tenham participado do Grupo de Coluna.

