



O esporte pode transformar vidas, disso já sabemos. No caso das pessoas com deficiência (PCDs), ele cumpre um papel ainda mais importante, ao contribuir para o fortalecimento físico e mental, promovendo a socialização e o desenvolvimento da autoestima. Para falar sobre o assunto com mais propriedade, convidamos o Prof. Dr. Flávio Melo [CREF 001372-G/AL], coordenador do Comitê de Handebol Adaptado da Confederação Brasileira de Handebol.



ottowashingtonlondres A equipe da @esportelazerpjf Secretaria de Esportes e Lazer da Prefeitura de Juiz de Fora, sem dúvidas coleciona brilhantes profissionais e projetos de esportes Paralímpicos da nossa região.

19 sem 2 curtidas Responder Ver tradução



roque.abraham A toda comissão, parabéns pela conquista do Mundial e que as ações do HCR se multipliquem pelo nosso Brasil BR

19 sem 1 curtida Responder Ver tradução



profjaimetorres Boa Flávio! Sucesso! Orgulho do nosso HCR campeão mundial 2022!

19 sem 2 curtidas Responder Ver tradução



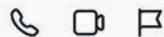
profluizcarlos Parabéns Prof. Flávio pelo trabalho!!!!

9 sem 1 curtida Responder Ver tradução

## HUMOR



**Viraterim**  
@Viraterim



"Não sei o que fazer para me sentir melhor..."

**Terapeuta: exercício físico**  
**Cardiologista: exercício físico**  
**Psiquiatra: exercício físico**  
**Neurologista: exercício físico**  
**Nutricionista: exercício físico**

"Acho que vou comer um docinho"



É unanimidade. Não há um profissional da saúde sequer que não reconheça o exercício físico como fonte de bem-estar. Além de promover diversos benefícios para o corpo físico, a prática, desde que regular e orientada, é essencial para a saúde mental do ser humano. Um bom treino estimula a liberação de hormônios responsáveis pela sensação de bem-estar. Conte com o Profissional de Educação Física e usufrua!