



UNIVERSIDADE FEDERAL DO PIAUÍ – UFPI
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE – CCS
DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA - DEF



Projeto de extensão: A dança em Saúde na UFPI

A liberdade da capacidade de expressão corporal e criativa atuam como ferramenta primordial para o esvaziamento das tensões diárias. Revigorar-se dançando é uma prática desde os primórdios, dançando percebemos e (re)conhecemos que somos seres integrais e que todas as nossas dimensões (cognitiva, física, social e emocional) são interconectadas e interdependentes umas das outras. Venha dançar e relaxar conosco!

- **Estimular o movimento criativo e a espontaneidade de cada um, promovendo a comunicação e a integração entre as pessoas.**
- **Relacionar-se em grupo, conhecer a diferença, respeitando o indivíduo como ser humano.**
- **Reconectar a fluidez e a integração corpórea, flexibilizando padrões de rigidez corporal que resistem as mudanças.**

- ✚ 20 vagas para alunos da UFPI
- ✚ 15 vagas para a comunidade (universitários)
- ✚ Encontros: Terça e quinta
- ✚ Horário: 16:00 às 17:00
- ✚ Local: Sala de Dança – Setor de Esportes
- ✚ Link das inscrições: https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe9_W-WLJ5TOTIDRvoU4yiP1FnRAwYGaSUS1fIBOBgaNHRI2w/viewform