

## **Sesc São João de Meriti realiza 2ª Feira de Saúde com serviços gratuitos nesta quinta**

*Programação terá aferição de indicadores de saúde, orientações sobre cuidados com o coração, oficinas e atividades recreativas das 9h às 16h*

RIO DE JANEIRO – Nesta quinta-feira (02/04), o Sesc São João de Meriti abre as portas para a saúde, com uma programação gratuita voltada ao bem-estar, focada em promover conhecimento, estimular a autonomia das pessoas e favorecer escolhas mais saudáveis na população da Baixada Fluminense. É a 2ª edição da Feira de Saúde da unidade, que vai acontecer das 9h às 16h.

Em diferentes espaços da unidade, o público poderá obter informações e orientações sobre cuidados com o coração, controle do estresse e como a alimentação saudável é fundamental para a saúde. Haverá ainda estações para aferição de indicadores de saúde (pressão arterial e glicemia), atividades físicas e oficinas que estimulam a criatividade e o relaxamento.

A feira abre a extensa programação do Sesc RJ que, ao longo deste mês de abril, quando se celebra o Dia Mundial da Saúde, comemorado no próximo dia 07/04, vai promover, em unidades do estado, atividades educativas, interativas e vivenciais que incentivem a população a experimentar práticas de cuidado com a saúde.

As ações reforçam informações sobre os cuidados com as Doenças Crônicas Não Transmissíveis (DCNT), como diabetes, hipertensão, obesidade, doenças cardiovasculares e alguns tipos de câncer, que representam atualmente uma das principais causas de adoecimento e mortalidade no Brasil e no mundo.

Segundo o Ministério da Saúde, esses agravos estão fortemente relacionados a fatores de risco que podem ser modificados, como sedentarismo, alimentação inadequada, estresse e uso de álcool e tabaco. Acompanhe a programação em [sescrj.org.br](http://sescrj.org.br)

### **SERVIÇO**

2ª Feira de Saúde Sesc São João de Meriti

Data: 02/04/2026, das 9h às 16h

Endereço: Av. Automóvel Clube, 66 - Centro

Entrada gratuita