

# CERTIFICADO

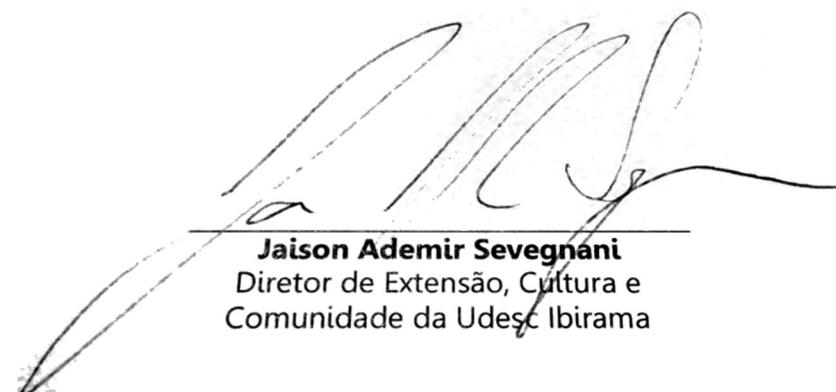
Certificamos que Lucas Prim, ministrou a “Oficina – Atividade física e a saúde mental: Estresse” realizada pelo Serviço de Apoio ao Estudante – SAE, da Udesc Ibirama, no dia 10 de maio de 2018 (Ext. 10).

Ibirama, 13 de agosto de 2018.



---

**Carlos Alberto Barth**  
Diretor Geral da Udesc Ibirama



---

**Jaison Ademir Sevegnani**  
Diretor de Extensão, Cultura e  
Comunidade da Udesc Ibirama

Tópicos abordados	Carga horaria
O que é o estresse na linguagem da neuropsicofisiologia; Como os exercícios físicos influenciam na diminuição do estresse; O que é a ginástica laboral.	2 horas

**UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA**  
Centro de Educação Superior do Alto Vale do Itajaí

**CERTIFICADO** registrado sob o nº 7584, as folhas do 36v Livro nº 03.

Ibirama (SC), 13/08/2018.



Jaison Ademir Sevegnani  
Diretor de Extensão, Cultura e Comunidade