Saúde e Bem-Estar

UDESC UNIVERSIDADE DO ESTADO DE SANTA CATARINA

ATIVIDADES EM FLORIANÓPOLIS
Campus Itacorubi (Reitoria, Esag, Ceart, Faed e Cead)

15/08
14h: Palestra "Qualidade de vida e trabalho", com Rafaela Trevisan na Sala 144 da Esag
– Sorteio de brindes
– Mesa de frutas e chás

20/08 ATIVIDADES NA TENDA EXTERNA
12h às 13h: Show Misturada Musical - Os Bárbaros
13h30 às 16h30: Auriculoterapia e aferição de pressão arterial com enfermeira Valdirene
13h30 às 17h: Massagem relaxante e avaliação de equilíbrio estático
13h30 às 17h: Teste de HIV
13h30 às 17h: Orientações com nutricionista, psicólogo, educador físico e enfermeiros
15h às 15h30: Aulão funcional com a educadora física Eduarda Cristina Pinto
14h às 16h: Biblioterapia com a bibliotecária Karin Vanelli
– Mesa de frutas e chás e distribuição de pipocas
– Informações sobre acidente em serviço

21/08
16h: Palestra "Dores do corpo como reflexos das dores da mente" com Josiene Gomes no Auditório da Esag
– Sorteio de brindes
– Mesa de frutas e chás

Cefid

14/08
14h às 17h: Palestra "Qualidade de vida e felicidade no mundo em transformação" com Patrícia Portezani no Auditório do Cefid

16/08
13:30 às 16:30: Palestra "Nutrição e saúde de modo prático" com Mahmud Isid no Auditório do Cefid

ATIVIDADES EM OUTROS CENTROS

Ceavi

13/08
16h às 17h30: Oficina Desmistificando a Hipnose

15/08
14h: Minicurso Direção Defensiva

CEO

13/08
13h30: Palestra "Saúde e Qualidade de Vida" com Maikelli Simes no Auditório da Enfermagem

Ceres

13/08
10h às 12h e das 14h às 17h: Avaliação da Composição Corporal (percentual de gordura e massa muscular) com Luiz Rodrigo de Lima na Sala de Motoristas
12h: Palestra para servidores - "Clima Organizacional" com Samia Rahim na Sala 213
12h: Palestra para alunos - "Ansiedade, Neurobiologia e Prevenção" com Gustavo Reolon no Auditório do Bloco II
15h: Palestra para público em geral - Constelação Familiar com Tatiane Gomes Nazário na Sala 211
– Sorteio de duas constelações

14/08
10h: Yoga com Juliana Regazoli na sala de dança
15h: Yoga com Gabriela Gonçalves na sala de dança

15/08
10h às 12h e das 14h às 17h: Avaliação da Composição Corporal (percentual de gordura e massa muscular) com Luiz Rodrigo de Lima na Sala de Motoristas
10h: Palestra "Stress e Ansiedade" com Sâmia Rahim no auditório bloco II
15h: Palestra "Fadiga e Depressão" com Sâmia Rahim no auditório bloco II
14h às 17h: TENDA COM VÁRIAS AÇÕES:
- Planejamento Sexual e Reprodutivo e IST
- Forró: Dança é Vida
- Biblioterapia
- Aferição de pressão
- Massagem – parceria Estética Medeiros
- Teste de visão – parceria com Ótica Diniz
- Auriculoterapia com a enfermeira Valdirene
- Corte de cabelo, barbearia, manicure, maquiagem, design de sobrancelhas em parceria com Yesbras

CAV

12/08
13h30: Palestra: Ginástica Laboral com Mabel Olkoski no Auditório Pinhão

13/08
13h30: Palestra: Saúde Mental e Trabalho com Lilia Kanan no Auditório Pinhão

14/08
10h: Palestra: Saúde Bucal com Cesar Poletto no Salão de Atos
13h30 : Palestra: Nutrição para Transformar com Renato Rebello no Auditório Pinhão

20/08
16h: Aulão de Yoga no gramado em frente ao CTG (em caso de chuva, ocorrerá no ginásio de esportes)