SEMANA *da* Saúde 2024

Cineteatro de Serpa

8 de abril

9h30
Sessão de abertura
Edmundo Sá – Coordenador do Centro de Saúde de Serpa ULSBA
Luís Coentro – Diretor Clínico dos Cuidados de Saúde Primários ULSBA
João Palma – Presidente da Câmara Municipal de Serpa
Edgar Lézico – Presidente da União de Freguesias de Serpa
Local: Cineteatro

10h00
Sessão "Sexualidade no idoso"
Dinamizador: Vânia Ferreira – Psicóloga da CM Serpa
Local: Cineteatro

11h00
Sessão "Importância do exercício físico e impacto na saúde "
Dinamizador: Sara Duarte – Delegada de Saúde Pública do Baixo Alentejo ULSBA
Local: Cineteatro

11h40 Lanche – Oferecido após as atividades

12h00
Aula de ginástica para seniores
Dinamizadores: António Cachola e Nuno Mósca – Técnicos de Desporto CM Serpa
Local: Espelho d' água

14h00
Performance com debate
"Filho és, Pai serás!"
Dinamizadores: Grupo Teatro En(cena)
Isabel Sevinate – Representante do NACJR CS Serpa
Mariana Ramos – Presidente CPCJ
Local: Cineteatro
Público: Estudantes (2º, 3º ciclo e secundário), Pais e Comunidade

9 de abril

9h30
Sessão " Importância da proteção solar"
Dinamizadores: Valentin Caetano – Médico ULSBA
Local: Cineteatro

10h15
Sessão "Cancro da mama, do colo do útero e intestino – quais os sinais de alerta"
Dinamizador: Diana Lascas – Médica ULSBA
Local: Cineteatro

11h00
Sessão "Risco cardiovascular (hipertensão/ diabetes/ colesterol elevado e tabagismo) – quais os sinais de alarme"
Dinamizadores: Médicos Internos ULSBA (*a designar)*
Local: Cineteatro
Público: Comunidade, Academia Sénior, Liga Portuguesa Contra o Cancro

14h00
Performance com debate
"Saúde mental não tem idades"
Dinamizadores: Grupo Teatro En(Cena), Guida Ascensão e Cláudia Borralho – Psicólogas ULSBA, Vânia Ferreira – Psicóloga CM Serpa
Local: Cineteatro
Público: Academia Sénior, Estudantes (2º, 3º ciclo e secundário) e Comunidade

15h30
Sessão "Emoções e saúde mental: entre contentores, gatilhos e ventilação"
Dinamizadores: Guida Ascensão e Cláudia Borralho – Psicólogas ULSBA
Local: Cineteatro
Público: Academia Sénior, Estudantes (2º, 3º ciclo e secundário), e Comunidade

10 de abril

9h30
Sessão "Saúde oral na gravidez"
Dinamizador: Sandrina Paulo – Higienista Oral ULSBA
Local: Local: Cineteatro

10h15
Showcooking "Existe vida para além do trigo – a aveia"
Dinamizador: Barbara Valadas – Nutricionista ULSBA
Local: Cozinha do Mercado Municipal de Serpa

11h15 – Degustação

11h30
Ginástica para grávidas
Dinamizadores: António Cachola e Nuno Mósca – Técnicos de desporto CM Serpa
Local: Cineteatro
Público: Grávidas e Comunidade

14h00
Sessão "A importância da família no aleitamento materno"
Dinamizador: Jesus Caeiro – Enfermeira ULSBA

15h00
Sessão "Intimidade no pré e pós-parto"
Dinamizador: Vânia Ferreira – Psicóloga CM Serpa

15h45
"Dançando durante a gravidez"
Dinamizador: Iris Ferreira – Professora de dança da Musibéria de Serpa
Local: Cineteatro
Público: Grávidas, Mães, Pais e Comunidade

11 de abril

9h15
"Gincana com circuitos lúdicos"
UCC Serpa | CPCJ | Bombeiros | Proteção Civil | GNR – Escola Segura
Dinamizadores: UCC Serpa, CPCJ, Bombeiros, Proteção Civil, GNR e ULSBA

"Brincar com o corpo através da dança"
Dinamizador: Iris Ferreira – Professora de dança da Musibéria de Serpa
Local: Espaço Exterior do Cineteatro
Público:. Estudantes (pré – escolar e 1º ciclo)

Lanche – Oferecido após as atividades

11h00
Performance com debate "Desconstruir para Construir"
Dinamizadores: Grupo Teatro En(cena)
Edmundo Sá – Médico CS Serpa
Ana Isidro – Enfermeira Gestora CS Serpa
Local: Cineteatro
Público: Estudantes (2º ciclo) e Comunidade

14h30
Performance com debate "Parlamento de Proteção de Jovens – Sejam responsáveis!"
Dinamizadores: Grupo Teatro En(cena)
Guida Ascensão – Psicóloga ULSBA
Cláudia Penacho, Bruno Monteiro e Carmen Santos – Psicólogos dos Agrupamentos de Escolas nº 1, nº 2 de Serpa e Escola Profissional de Serpa
Local: Cineteatro
Público: Estudantes (2º, 3º ciclo, secundário, ensino profissional) e Comunidade

12 de abril

9h15
"O que faz o médico de família?" – Leitura dinâmica da história.
Dinamizadores: Sílvia Lourenço – Médica
Local: Cineteatro

"**Gincana com circuito lúdico"**
UCC Serpa | CPCJ | Bombeiros/Proteção Civil | GNR – Escola Segura
Dinamizadores: UCC Serpa, CPCJ, Bombeiros, Proteção Civil, GNR e ULSBA
Local: Espaço Exterior do Cineteatro
Público:. Estudantes (pré – escolar e 1º ciclo)

Lanche – Oferecido após as atividades

11h00
Criação do Laço Azul
Dinamizadores: CPCJ, NACJR CS Serpa
Público: Comunidade e Público escolar

14h00
Performance com debate "Esta estranha forma de vida" – Igualdade de Género
Dinamizadores: Grupo Teatro En(cena)
- **Testemunho de uma mãe –** Manuela Ferreira – Associação AMPLOS

Debate
Dinamizadores: Elisabete Silva, Guida Ascensão, Cláudia Borralho – Psicólogas ULSBA, Vânia Ferreira – Psicóloga da CM Serpa
Local: Cineteatro
Público: Estudantes (2º, 3º ciclo e secundário), Pais, Academia Sénior, Associação de Pais, Associação de Estudantes e Comunidade

16h00
Sessão de encerramento
Edmundo Sá – Coordenador do Centro de Saúde de Serpa ULSBA
Luís Coentro – Diretor Clínico dos Cuidados Saúde Primários ULSBA
João Palma – Presidente da Câmara Municipal de Serpa
Edgar Lézico – Presidente da União de Freguesias de Serpa
Ana Apolinário – Diretora do Agrupamento de Escolas nº 1 de Serpa
Francisco Féria – Diretor do Agrupamento de Escolas nº 2 de Serpa
Paula Bento – Diretora da Escola Profissional de Desenvolvimento Rural de Serpa
António Campos – Diretor Técnico da Creche e JI de N. Sr.ª da Conceição de Serpa
Local: Cineteatro
Público: Comunidade

16h15
Atuação do grupo musical "Trigo Roxo"
Local: Cineteatro

Grupo Organizador:

Barbara Valadas – Nutricionista
Cristiana Guerreiro – Enfermeira Especialista
Luísa Correia – Enfermeira Especialista
Sandrina Paulo – Higienista Oral
Sílvia Lourenço – Médica

Unidade móvel IPDJ
Jogos lúdicos, exposição de trabalhos
Toda a semana no espaço do Cineteatro