

PROGRAMA

*Bem
Estar*

NO TRABALHO

24, 25 e 26 de Abril de 2024

Programação e Palestrantes 1ª edição

HORA	24/4 (QUARTA) 1º Dia	25/4 (QUINTA) 2º Dia	26/4 (SEXTA) 3º Dia
8h30	Abertura		
9h	<p>Roda de integração</p> <p>Condução: Fernanda Chede R. Caldas e Daniela Lavratti Infeld</p> <p>Psicóloga e Assistente Social/Seção Psicossocial Organizacional/DGP</p>	<p>Saúde emocional no trabalho: mudando o olhar</p> <p>Condução: Rafaela Pederiva</p> <p>Psicóloga da Seção Psicossocial em Saúde/DSQV</p>	<p>Qualidade de Vida e Saúde</p> <p>Condução: Dr. William Duailibi</p> <p>Médico/DSQV</p>
10h30 – 10h45	Intervalo	Intervalo	Intervalo
10h45	<p>Roda de integração</p> <p>Condução: Fernanda Chede R. Caldas e Daniela Lavratti Infeld</p> <p>Psicóloga e Assistente Social/Seção Psicossocial Organizacional/DGP</p>	<p>Alimentação saudável: mudança de hábitos e melhora do desempenho</p> <p>Condução: Gerusa Lorenzetti da Rosa</p> <p>Nutricionista/Servidora da DMP/DCC</p>	<p>“Aqui e agora”: respiração e meditação</p> <p>Condução: Luísa Bresolin</p> <p>Profª de Yoga/Servidora da Academia Judicial</p>
12h – 13h20	Almoço	Almoço	Almoço
13h30	<p>Diversidade e Inclusão</p> <p>Condução: Rodrigo Lima e Luciana Rabello Silva Equipe do Programa Integra</p>	<p>Você em Foco: Programa de Qualidade de Vida no PJSC</p> <p>Condução: Marcelo Dias e Silva Chefe da Divisão de Desenvolvimento e Valorização de Pessoas/DGP</p>	<p>Atividade Vivencial: um novo olhar</p> <p>Condução: Luciana Rabello Silva</p> <p>Psicóloga/Programa Integra</p>
15h30 – 16h	Intervalo	Intervalo	Sem intervalo
16h	<p>Importância da atividade física: saúde mental, motivação e mudança de comportamento</p> <p>Condução: Prof. Dr. Thiago Matias UFSC</p>	<p>Educação Financeira</p> <p>Condução: Leandro Gallon</p> <p>Equipe do Programa de Educação Financeira</p>	<p>Atividade Vivencial: um novo olhar</p> <p>Condução: Luciana Rabello Silva</p> <p>Psicóloga/Programa Integra</p>
17h	Término do 1º dia	<p>Ergonomia Física e Cognitiva</p> <p>Condução: Equipe da Seção de Ergonomia/ DSQV</p>	Término do 3º dia: <i>Coffee</i> de encerramento
18h		Término do 2º dia	