

## 8 DE MARÇO

**Dia Internacional da Mulher:  
Homenagem às mulheres na  
perspectiva do autocuidado.**

Em comemoração ao dia internacional da mulher o SIAPSS - Setor Integrado de Ações de Promoção à Saúde do Servidor, com apoio da DIRQS - Diretoria de Qualidade de Vida e Saúde do Servidor, que integra a PROGEP - Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas, realiza várias ações com o objetivo de homenagear as mulheres pelo seu dia, pelas conquistas de direitos alcançados e debater sobre vários temas relacionados a mulher na atualidade.

**Local: Sala dos Conselhos Bloco 3P Reitoria**

**Horário: 14:00 às 16:30 h**

**Vagas: 60**

**Inscrições via formulário Office na  
página da PROGEP**

**Datas: 09 e 14 de março / 2023**



**PÚBLICO**

Técnicas administrativas, professoras, aposentadas, terceirizadas e fundacionais.

**09/03/2023 (quinta-feira)**

**14:00 às 16:30**

Conceito sobre autocuidado - com Assistente Social Sandra Moura e Psicóloga Vanessa Oliveira

Palestra - Direitos das mulheres na atualidade - Professora da Faculdade de Direito (Fadir) Neiva Flávia de Oliveira

Aplicação de auriculoterapia com sementes durante todo o evento - Profissionais da área de enfermagem Ilda e Daiane

**Coffee Break**

**Inscrições**

<https://forms.office.com/r/KyerNyOKzT>

**Dia 14/03/2023: (terça-feira)**

**Horário: 14:00 às 16:00**

Palestra Síndrome metabólica e mudanças de hábitos saudáveis na alimentação - Médica endocrinologista Ana Carolina Duarte Esperidião (ASSER);

Momento de relaxamento - Psicóloga Maria Amélia (PROAE)

Apresentação sobre as Práticas Integrativas: Benefícios da auriculoterapia Ilda Cristina da Silva Constantim - Especialista em práticas integrativas e complementares (DIRQS)

Aplicação de auriculoterapia com sementes durante todo o evento - Profissionais da área de enfermagem Ilda e Daiane

**Coffee Break**

**APOIO:**

