



# JORNADAS DA SAÚDE

MAIO . 2026

## PROGRAMA

### Dia 4 Segunda-Feira

- 14h00| Sessão de Abertura
- 14h15| **Musicoterapia: "A Música que Cuida"**, com Beatriz Teixeira
- 14h45| **"Pilates e(m) Harmonia"**, com Mariana Fernandes
- 15h30| Intervalo
- 15h45| **"Yoga e Música ao Vivo"**, com Dra. Cátia Ferreira

### Dia 5 Terça-Feira

- 9h30| Sessão de boas vindas
- 9h45| **"Onde o Curso nos Pode Levar... "**, com antigos alunos
- 10h30| **"E Depois da Escola?... "** com Dr. César Ferreira (IEFP)
- 11h00| Intervalo
- 11h15| **"Cuidar de Quem Cuida: Gestão Emocional e Comunicação em Contexto de Saúde"**, com Dra. Tânia Teixeira e Dra. Joana Sousa (PIPSE)
- 12h15| Almoço
- 14h30| **Oficina "Mãos Cuidadas"**, com alunos do 3ºE
- 15h30| Projeto **"Momentos que Importam: Cada Ruga uma História"**, com alunos do 2ºA

### Dia 6 Quarta-Feira

- 10h00-12h30| **Agroescola Solidária** (Mercado aberto à comunidade cinfanense)
- 10h00-13h00| **"O Sangue que nos Une"** - Dádiva de Sangue, Instituto Português do Sangue (com a colaboração da Associação de Pais)
- Ao longo da manhã| Rastreios-** Farmácias Correia e Vieira Marques

- 10h00-15h30| **Rastreios Visuais**, com Opticenter
- 12h45| Almoço
- 14h00| **"Métodos Contracetivos: à conversa com EE"**, com Enf.ª Marlene Cunha
- 15h00| **Como chegar a ti? "Conhecer para Prevenir- Métodos Contracetivos"**, com Enf.ª Marlene Cunha

### Dia 7 Quinta-Feira

- 9h30| Acolhimento aos Participantes no Projeto de Intercâmbio Escolar **"Partilha Comigo"**
- 9h45| **"Quando as Palavras Falham: Novas Formas de Comunicar"**, com Dra. Paula Valente (Instituto Português de Afasia)
- 9h45| **"Aprender para Prevenir: Suporte Básico de Vida (SBV)"**, com Equipa de Saúde Escolar da UCC- Cinfães; BV de Cinfães; BV de Nespereira
- 10h15| **"Cuidar Hoje: o Desafio da Humanização e Segurança nos Cuidados de Saúde"**, com Enf.º Hélder Vieira
- 11h00| Intervalo
- 11h15| **"Aprender para Prevenir: SBV."**, sessão 2
- 13h00| Almoço
- 14h00| **"Competências Relacionais e de Comunicação"**, com Dra. Susana Pereira
- 14h00| **"Aprender para Prevenir: SBV."**, sessão 3
- 14h40| **Peddy Paper "A Saúde em Ação"**, com alunos do 3ºE

### Dia 8 Sexta-Feira

- Caminhada "Saúde, dá Cor à Liberdade"**
- 8h45| Marcelim-Parque do Ladário