



SEMANA DE QUALIDADE DE VIDA DO SERVIDOR



DIA 25/10 (Quarta-feira)			LOCAL
9h	Abertura		Reitoria
10h às 11h	Café da manhã		Reitoria
10h às 11h	Ginástica Laboral (UNAMA) Avaliação com Nutricionista (UNAMA)		Reitoria
14h às 17h	Cuidando da aparência (Mary Kay)		Reitoria
14h às 17h	Massagem Terapêutica: Massagem seguida de alinhamento da coluna vertebral		Reitoria
16h às 17h	Aula de Consciência Corporal para relaxar o corpo e a mente		Reitoria
DIA 26/10 (Quinta-feira)			
9h às 12h	Distribuição de folders sobre câncer de mama, laços comemorativos do outubro rosa e novembro azul (SESMA) Orientação sobre saúde preventiva do homem (SESMA) Orientações DST e testagem (SESMA) Verificação de PA e Glicemia (SESMA)		Reitoria
14h às 17h	Cuidando da aparência (Instituto Embelleze) Cuidando da aparência (Mary Kay)		Reitoria Reitoria
DIA 27/10 (Sexta-feira)			
9h às 17h	Atividade	Modalidades	Categoria
	Jogos	Futsal	Masculino e Feminino
	Jogos	Vôlei	Masculino e Feminino
			Campus Castanhal