

# Amar é o Elo:

PROBEM DO CAC EM AÇÃO NO SETEMBRO AMARELO



**DIA 23 DE SETEMBRO**

**NO CAC DA UFPE**

**8h30 às 20h30**

# PROGRAMAÇÃO

**Para mais informações:**

**[probemamarelo@gmail.com](mailto:probemamarelo@gmail.com)**

**instagram: @probemdocac**

# HALL DO CAC

9h-10h - Prática - Alongar o corpo para ter um bom dia: exercícios coletivos de alongamento: Cinthia Vasconcelos - UFPE

12h - Apresent. cultural - Chorar? só se for de emoção: roda de choro da UFPE (vem tocar você também): alunos de música - UFPE

13h - Apresent. cultural - Apresentação de dança de: John Lopes; Arxilen Xavier

16h-16h30 - Apresent. cultural - Apresentação musical: duo Allan Maykson e Gustavo Andrade

19h-20h30 - Jam Session - Expresse-se: vem fazer arte com a gente!!!  
Diretório Acadêmico de música da UFPE

## GALERIA

### Atividades com certificado

8h30-9h - Prática - Mediação de Coerência Cardíaca: Sayonara Fraga

10h30-12h - Quem dança seus males espanta: oficina de dança e expressão corporal: Maria Acselrad e Grupo Pisada - UFPE

13h-14h30 - Oficina de contação de histórias: trabalhando a inteligência emocional de forma lúdica: Sissi Loreto

14h30 - 16h - Oficina: Seja o outro por um dia: vivências em mobilidade para pessoas com deficiência visual e física: Anielirio, Cintia Gondim, Jessika Pacheco, Sueli Innammorato

# SALA DO CONSELHO DO CAC

**9h30-11h** - Alimentação saudável, bem-estar e saúde mental: Carlos Vasconcelos - UFPE

**11h-12h30** - Rotina universitária, exigência acadêmica e saúde mental - discussões a partir do filme wiplash: Sergio Godoy - UFPE

**13h-13h40** - Meditação Anapana: Artur Ortenblad - UFPE

**14h-16h** - Ações, experiências e propostas em saúde mental e Humanização no CAC: PROBEM DO CAC, NEAP, PET LETRAS e ESPAÇO ACOLHER: Viviane Louro, Chico Lacerda, Alery Felinto, Saulo de Souza, Joseildo Sousa

**16h-18h** - Inclusão, autoestima e saúde mental da pessoa com deficiência e transtorno no ambiente universitário: John Lopes, Sabrina Venâncio, Thais de Assis e Amanda Moraes - UFPE

**18h-18h40** - Meditação Anapana: Artur Ortenblad - UFPE

# PÁTIO

(Na frente do Mini auditório 2)

9h-12h - Reike: Cândida Rodrigues

Auriculoterapia: Jones Sidnei Barbosa

16h-20h30 - Aferimento de pressão - estudantes de enfermagem

18h30-19h30 - Aguenta coração e abaixa a pressão: uma conversa sobre estresse e hipertensão - Thaís Araújo da Silva

## PROGRAMAÇÃO VIRTUAL

Atividades com certificado

10h-11h30 - Roda de conversa - O cérebro depressivo e ansioso: Gabriel Lins e Convidados

14h-15h30 - Live - Inteligencia emocional no ambiente de aprendizagem: é urgente trabalharmos isso: Mariana Arantes

19h-20h30 Entrevista Suicídio: Mitos e Verdades: Maria Lucicleide Falcão - UFPE

**Pelo canal do youtube:**

<https://www.youtube.com/c/ProBemdoCAC>



INSCRIÇÕES PARA RODAS E OFICINAS:

**Vagas limitadas: 20**

**Inscrições presenciais:**

30 minutos antes de cada oficina ou roda (por ordem de chegada), mediante doação de algum dos itens abaixo

Alimento não perecível;  
Roupas;  
Absorventes;  
Fraldas descartáveis;  
Produtos de limpeza;  
Produtos de higiene pessoal;  
Material escolar;  
Livros;  
Ração para gatos e cães

Apoio:

**Mesmo se não  
participar, aproveite  
para doar !!!**

