

24MAIO^{'24}
10h15

programa >>

TUDO EM PROL DO



ODEMIRA

Cineteatro Camacho Costa
Jardim Sousa Prado

Inscrições
www.cm-odemira.pt

Odemira
MUNICÍPIO



ODEFARMA



◆ CINETEATRO CAMACHO COSTA

Manhã (Atividade dirigida à comunidade escolar)

10h15 Sessão abertura

10h30 Apresentação "Bate, bate coração...", Psicóloga Carla Oliveira

10h50 Apresentação "Em forma de ♥mor", Enfermeira Sílvia Cunha

11h15 Pausa para café

11h30 Apresentação pelo Serviço de Nutrição da ULSLA, Nutricionista Dora Faria

11h50 Debate

Moderação: Enfermeira Ana Raquel Pereira (Enfermeira Coordenadora da UCC "Saúde na Mira")

Tarde (Atividades dirigidas à comunidade em geral)

14h30 - Palestra 1

"Insuficiência Cardíaca", Dra. Teresa Bernardo (Médica de medicina interna da ULSLA, responsável pela Unidade de Medicina Ambulatória, Núcleo Coordenador dos Percursos Assistenciais Integrados da ULSLA)

"Percurso Assistencial Integrado da Insuficiência Cardíaca da ULSLA", Enfermeira Mónica Raimundo (Membro da equipa local dos Percursos Assistenciais Integrados da ULSLA)

"Insuficiência Cardíaca - Sinais e sintomas; autovigilância - Viver a vida com insuficiência cardíaca", Enfermeiro Luís Gomes (Enfermeiro da Unidade Cuidados de Saúde Primária de Odemira)

Moderação: Dr. Antoni Jimenez (Coordenador da UCSP de Odemira)

15h30 - Pausa para café

15h45 - Palestra 2

"Hipertensão e Dislipidemia – Fatores de risco Cardiovasculares", Dra. Cátia Albino (Médica de medicina interna da ULSLA, elemento da equipa de gestão de caso da ULSLA, Consulta de medicina interna descentralizada de Odemira)

"Diabetes", Dr. Diogo Chula, Médico Interno, Especialidade Medicina Geral e Familiar pela ULSLA

"Comportamentos de vida saudáveis; Coração Saudável – Comunidade saudável", Enfermeiro Vitor Gomes (Enfermeiro da Unidade Cuidados de Saúde Primária de Odemira)

Moderação: Enfermeira Judite Belchior Gestora da Unidade de cuidados de Saúde personalizados pela ULSLA

16h45 – Encerramento

◆ Jardim Sousa Prado

17h00/20h00 Rastreios de Saúde pela Farmácia Confiança Odemira (Tensão arterial e colesterol, glicemia)

17h00/17h30 Ação de Sensibilização Primeiros Socorros/Suporte Básico de Vida pelos Bombeiros Voluntários de Odemira

17h30/18h30 Showcooking sobre alimentação saudável pela Escola Profissional de Odemira

18h45/19h30 Aula de Zumba pelo Vicentina Studio Fitness

19h30/20h00 Jantar volante

20h15 Caminhada Noturna (5km)

21h30 Encerramento

