



JORNADAS *da* *Saúde & Bem estar*

MUNICÍPIO DA PÓVOA DE LANHOSO

24 A 26 DE MAIO 2023

PRAÇA ENG.º ARMANDO RODRIGUES

24 DE MAIO, QUARTA FEIRA 10H – 17H

10h00 **Abertura Oficial**

Visita do Executivo Municipal
Atribuição pelo Executivo Municipal de manequins para formação em Suporte Básico de Vida à Unidade de Cuidados na Comunidade (UCC – Coração do Minho) do ACES Gerês-Cabreira

10h30 **Conversa Aberta sobre Acupuntura e Cristaloterapia**

A Par da Idade

11h00 **Sessão de Formação em Suporte Básico de Vida**

Dirigida a elementos do Executivo Municipal e do Gabinete de Apoio à Presidência
UCC “CORAÇÃO DO MINHO” – Unidade de Cuidados na Comunidade

14h00 **Uso excessivo de ecrãs**

Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes

15h00 **Conceitos base de Nutrição Clínica para doentes com necessidades nutricionais**

Farmácia Milénio

15H30 **Saúde Oral e Cuidados da Pele no Idoso**

Dental Póvoa

Destaques em Stand

Durante a manhã

Workshop de Nutrição Clínica com apresentação e degustação – Fresubin

Rastreios de tensão arterial e glicemia

Farmácia Milénio

Degustação de produtos Fortimel e amostras de Fraldas TENA

Nutrição clínica – perdas de peso súbitas, doentes acamados, doentes oncológicos

Farmácia Matos Vieira

Rastreios (Tensão Arterial, Glicemia, Colesterol)

Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes

Saúde Oral

Farmácia Carminho

Durante a tarde

Degustação – Fresubin

Farmácia Milénio

Dermoaconselhamento e avaliação cutânea

Farmácia da Misericórdia

Durante todo o dia

Rastreio de pele (medição da hidratação da pele) e cosmética Activa

Farmácia Matos Vieira

25 DE MAIO, QUINTA FEIRA 10H – 17H

- 10h00** **A Saúde Visual é importante?**
ÓPTICA VIA TODOS
- 10h30** **Intolerâncias alimentares e a importância do rastreio**
SYNLAB
- 11h00** **Apresentação de Programa Funcional para Séniores**
A Par da Idade / SIOSLIFE
- 11h30** **O que é a Medicina Natural?**
Em que consiste uma consulta de Naturopatia?
Natural Cura Ervanária
- 14h00** **Workshop em Suporte Básico de Vida Pediátrico**
Dirigido a pais, mães, pessoas cuidadoras de crianças e comunidade
UCC "CORAÇÃO DO MINHO" – Unidade de Cuidados na Comunidade
- 15H30** **Aromaterapia no dia a dia**
Farmácia Milénio
- 16h00** **A Felicidade nas Organizações: o seu valor como ativo estratégico**
Eng.º Ricardo Costa, Presidente da Associação Empresarial do Minho

Destques em Stand

Durante a manhã

- Aconselhamento de produtos de saúde íntima e suplementação**
Farmácia Matos Vieira
- Rastreio de Nutrição**
Farmácia Milénio – Good Diet
- Workshop de massagem infantil e consultas gratuitas de Plano de Parto**
- Rastreios (Tensão Arterial, Glicemia, Colesterol)**
Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes
- Surpresa – Gelado de fruta**
Farmácia Milénio

Durante a tarde

- Workshop – Marmitas Saudáveis**
Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes
- Rastreios de tensão arterial e glicémia**
Farmácia Matos Vieira
- Apresentação e degustação de gelados funcionais cardio-saudáveis**
Parceria do Hospital António Lopes com o INL, Universidade do Minho e Sense test
- Aromaterapia Pranarom**
Farmácia Milénio

Durante todo o dia

- Rastreio endovenoso**
Farmácia Carminho
- Rastreio de Iridologia, Osteopatia e Avaliação do Sangue por Microscópio de Câmara Escura**
Natural Cura Ervanária
- Terapias alternativas e apresentação de produtos de desinfeção**
A Par da Idade

26 DE MAIO, SEXTA FEIRA 10H-19H

10h00	Rotulagem alimentar (conheça melhor os rótulos dos alimentos) Clipharma
10h30	Saúde Oral e Cuidados da Pele em Jovens Dental Póvoa
11h30	Efeitos do Mindfulness e da Meditação na qualidade de vida DeROSE Self Improvement
14h00	Osteopatia e as plagiocefalias em bebés (assimetria do crânio) Clipharma
15h00	Projeto “Maternitas” (recém –mães e pós-parto) Farmácia Matos Vieira
15H30	Miopia, como prevenir e tratar. Dirigido a pais, mães, e pessoas cuidadoras de crianças entre os 6 e os 16 anos Óptica Queirós by Opticalia
16H30	Sessão Prática de Pilates Clínico com Fisioterapeuta Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso
17H30	Dance na Batida do seu Coração! Demonstração e aula de dança por Augusto Henriques e Ramona Sousa Co-organização: Projeto “PÓVOA DANÇA” – Município da Póvoa de Lanhoso e UCC “CORAÇÃO DO MINHO” – Unidade de Cuidados na Comunidade do ACES Gerês- Cabreira

Destaques em Stand

Durante a manhã	Rastreios de Nutrição/Emagrecimento com Nutricionista Farmácia Matos Vieira Rastreios de tensão arterial e glicemia Farmácia Milénio Degustação de Top Drain – drenante Farmácia Matos Vieira Rastreios (Tensão Arterial, Glicemia, Colesterol) Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes Aconselhamento a grávidas – Enfermagem Farmácia Carminho
Durante a tarde	Projeto Maternitas e surpresas para as crianças Farmácia Matos Vieira Avaliações gratuitas para Pilates Clínico Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso – Hospital António Lopes
Durante todo o dia	Diagnóstico de pele e cabelo Farmácia Milénio Terapias alternativas e apresentação de produtos de desinfeção A Par da Idade

TODOS OS DIAS

Destques em Stand

Rastreio oral e Rastreio de pele

Dental Póvoa

Rastreios diversos e Massagem Terapêutica

Clipharma

Rastreios: Tensão arterial, saturação de oxigénio, glicemia, valores de triglicerídeos e colesterol

Atividades cognitivas com tablet

A Par da Idade

Degustação de drenantes

Natural Curva Ervanária

Rastreio visual completo

Multiópticas

Óptica Queirós By Opticalia

Óptica 1

Óptica Via Todos

Óptica Novo Visual – Carrinha de Rastreio

Medição da pressão arterial e mostra de produtos ortopédicos

Ortopedia Mendes

Rastreio de Nutrição

Dr.^a Martinha Gomes – manhãs

Exposição e divulgação

Saúde Natural

Aduário Móveis – Colchões & Saúde

Terapias D´ouro

DeROSE Self Improvement – Tardes

Entidades parceiras no evento

A Par da Idade

Natural Cura Ervanária

Multiópticas

Ortopedia Mendes

Dental Póvoa

Óptica Queirós by Opticalia

Farmácia Matos Vieira

Saúde Natural

Aduário Móveis – Colchões & Saúde

Clipharma

Farmácia Milénio

Óptica 1

Óptica Via Todos

Terapias D´ouro

Nutrição Dr.^a Martinha Gomes

DeROSE Self Improvement

Farmácia Carminho

Santa Casa da Misericórdia da Póvoa de Lanhoso

Óptica Novo Visual

Synlab

UCC “Coração do Minho”

Associação Empresarial do Minho - AEMinho

Município da Póvoa de Lanhoso