

A Diretoria de Atenção à Saúde e Acessibilidade da Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis (Proace) realizará na próxima semana o "Saúde Em Dia na UFVJM". A ação de promoção à saúde ocorrerá de 19 a 22 de novembro, com atividades no Campus JK e no Campus I abertas a toda comunidade universitária: estudantes, servidores e colaboradores terceirizados.

A programação oferece as oficinas "Repensando a alimentação" e "Cultivo de hortas" e as palestras "Exercício físico e saúde mental: dos benefícios aos mecanismos" e "SOU60 - envelhecer com saúde". Além disso, haverá avaliação oftalmológica, aferição de pressão arterial, glicemia, medidas corporais e orientação nutricional.

Confira a [programação completa](#) e fique atento aos locais de realização!

Como as vagas para as oficinas são limitadas, é preciso fazer uma pré-inscrição [neste formulário](#).

Haverá certificados de participação para as oficinas e para a palestra "Exercício físico e saúde mental: dos benefícios aos mecanismos".

O "Saúde Em Dia na UFVJM" é uma ação vinculada ao programa Bem-Estar, do Agenda 19, e conta com a colaboração dos departamentos de Enfermagem, Nutrição e Educação Física, da Faculdade de Medicina de Diamantina (Famed), de estudantes do curso de Agronomia e da Caixa de Assistência à Saúde da Universidade (Casu).

Venha cuidar da sua saúde! Participe!

Em comemoração aos
25 anos da CASU,
preparamos uma atração
especial para você.



**PALESTRA SOU60
ENVELHECER
COM SAÚDE**

Um bate-papo sobre a
maturidade e a importância
de se preparar para um
envelhecimento mais
saudável.



Apresentadora
**Roberta
Zampetti**

22/11, ÀS 19H

Auditório da UFVJM – Campus 1
Diamantina

Evento gratuito | Aberto ao público

Sorteio de
brindes

