



I ENCONTRO DAS SERVIDORAS DO PAÇO MUNICIPAL

PROGRAMAÇÃO:

| TEMAS DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE ATIVIDADES | OBJETIVOS |
|--|--|
| 1-Saúde Ocupacional | <ul style="list-style-type: none">• Orientar servidoras sobre a Prevenção de lesões por esforços repetitivos-LER e Distúrbios Osteomusculares relacionados ao trabalho- DORT. |
| 2- Prevenção do câncer de colo do útero e Mama; | <ul style="list-style-type: none">• Ensinar às mulheres a identificar nódulos mamários e informá-las sobre as medidas preventivas para o câncer de colo do útero e de mama. |
| 3-Dengue, Chikungunya e Zika; | <ul style="list-style-type: none">• Esclarecer as Servidoras sobre a importância da erradicação do Aedes aegypti, transmissor da Dengue, Chikungunya e Zika para o controle desses agravos. |
| 4- Hipertensão e Diabetes | <ul style="list-style-type: none">• Identificar riscos de doenças crônicas não transmissíveis. |
| 5-Índice de massa Corporal-IMC | <ul style="list-style-type: none">• Avaliar o IMC de servidoras para evidenciar riscos de doenças crônicas degenerativas; |
| 6- Saúde Vocal | <ul style="list-style-type: none">• Manter a saúde vocal.• Orientar sobre as práticas da saúde da voz; |
| 7- Saúde Mental | <ul style="list-style-type: none">• Empoderar as servidoras para identificar os fatores de riscos existentes no ambiente de trabalho, os quais levam trabalhadores ao desenvolvimento de transtornos mentais. |
| 8- DST/AIDS e Prevenção às violências no trânsito e à mulher; | <ul style="list-style-type: none">• Orientar as servidoras para identificação de sinais e sintomas de DST/AIDS e sua prevenção. |
| 09- Diretoria de Saúde e Segurança do Servidor. Violência contra a Mulher | <ul style="list-style-type: none">• Informações sobre os Direitos e Deveres do Servidor Readaptado de Função;• Divulgação das Atribuições do Serviço de Saúde e Segurança no Trabalho;• Identificação dos tipos de violência contra a mulher e divulgação dos Órgãos competentes de proteção à Mulher. |
| 10- Técnica Reik; Música Ambiente. Práticas alternativas; | <ul style="list-style-type: none">• Promover a cura e a prevenção de doenças nos níveis emocional, físico e mental. Trazer equilíbrio e saúde integral das servidoras. Inscrições no local do evento. |
| 11- Oficina de Estética | <ul style="list-style-type: none">• Ensinar as servidoras como utilizar lenço na modalidade do turbante.• OBS: Inscrição no local do evento. Cada participante deverá trazer um lenço ou uma canga. |
| 12- Ginástica Laboral | <ul style="list-style-type: none">• Diminuir a incidência de lesões decorrentes da atividade laborativa- LER-lesões por esforço repetitivo e DORT- distúrbios osteomusculares relacionados ao trabalho. |

LOCAL: HALL DA ACADEMIA DO PAÇO MUNICIPAL

DATA: 08/03/2016 - HORÁRIO: 08 ÀS 12H