

Liga Acadêmica de Educação em Saúde dá início ao treinamento dos funcionários da Fazenda São Roque

No início do mês de setembro, a **Liga Acadêmica da Educação em Saúde** deu início ao ciclo de palestras, como parte do treinamento dos funcionários do Centro Pioneiro em Atenção Psicossocial, conhecido como Fazenda São Roque. A série de palestras começou com o tema “Cuidando do Cuidador”. Na ocasião, foram abordados aspectos relacionados ao desenvolvimento do auto cuidado e a importância do aprimoramento de um olhar mais humanizado para si e para o outro.

Outro tema, muito atual, abordado em palestra, foi o “Gerenciamento do Estresse” que se desdobrou para a prática de uma técnica de meditação, conhecida como *Mindfulness*, atualmente, estudada em linha de pesquisa pela Universidade de São Paulo (USP) no controle do estresse crônico. A palestra foi tão bem aceita que recebemos o convite para desenvolver, durante as atividades da Liga, um grupo aberto para estudo e prática dessa técnica.

As alunas da **Liga Acadêmica** durante as palestras, desenvolveram dinâmicas bem alegres, contribuindo para a integração entre os funcionários.

Momentos do evento:



