

**DIA INTERNACIONAL DO
ENFERMEIRO**
12 DE MAIO 2025

OS NOSSOS ENFERMEIROS. O NOSSO FUTURO.

**CUIDAR DOS ENFERMEIROS
FORTALECE AS ECONOMIAS**

DE 7 A 11 DE MAIO

PASSATEMPO INSTAGRAM

CONSULTE O REGULAMENTO DO PASSATEMPO EM WWW.ACENFERMEIROS.PT

12 DE MAIO

Anfiteatro do Hospital Júlio de Matos

13H30 - ACOLHIMENTO E SESSÃO DE ABERTURA

Enfermeira Diretora Maria José Costa Dias

**14H00 - CONFERÊNCIA | A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL:
REFLEXOS NA VIDA PESSOAL E PROFISSIONAL DOS ENFERMEIROS**

Enfermeira Idália Cardoso

14H45 - 16H00 - DINÂMICAS DE AUTOCONHECIMENTO

SESSÃO DE TESTEMUNHOS: COMO CUIDO DA MINHA SAÚDE MENTAL

Enfermeiro Paulo Rocha e Enfermeira Rafaela Gonçalves

SESSÃO DE YOGA DO RISO

Enfermeira Albertina Gonçalves

16H00 - INTERVALO

**16H15 - SESSÃO REFLEXIVA: DO SILÊNCIO AO PROPÓSITO – UMA
VIAGEM PELO SENTIR E PELO SER**

Enfermeiro Francisco Cruz

17H15 - SESSÃO DE ENCERRAMENTO

Enfermeira Cristina Amaral e Enfermeiro Francisco Cruz

ATIVIDADE EM PARALELO

Ginásio do Hospital Júlio de Matos

14H45 - 16H00 - DINÂMICAS DE AUTOCONHECIMENTO: GRUPO TERAPÊUTICO

Enfermeiro Alexandre Costa

INFORMAÇÕES EM

WWW.ACENFERMEIROS.PT