



4ª e 5ª Edições do Projeto *OLHAR+ para quem cuida*

A professora Susana Batista da ESSV, no dia 30 de março, realizou a 4ª sessão intitulada “**Eliminação vesical e intestinal**” no âmbito do Projeto de Intervenção Comunitária: **OLHAR+ para quem cuida**. Estiveram presentes 12 cuidadores, muito obrigada pela presença!

Hoje dia **6 de abril** realizámos a 5ª sessão “**Higiene oral**” dinamizada pelo Dr. Nélio Jorge Veiga, Professor e responsável pelo campo da Saúde Oral Comunitária no Instituto de Ciências da Saúde da Universidade Católica Portuguesa, Viseu. Falámos sobre cuidados e importância da saúde oral, da prevenção e recomendações de higiene oral, quando e como fazer, para um grupo de 15 cuidadores.

Na próxima semana não há sessão e retomamos o calendário formativo no dia **20 de abril às 15 horas** com a temática “Alimentação”.

Ainda estão planeadas as temáticas Gestão da terapêutica; Prevenção de acidentes / quedas; Cuide de si próprio; Sessão de Risoterapia; Como lidar com a pessoa com demência e Sessão de Ginástica laboral – exercícios para prevenção das lombalgias e melhoria da qualidade de vida.

Inscriba-se e apareça! A próxima é já no dia 20 de março às 15 horas no laboratório 5 da Escola Superior de Saúde de Viseu.

Quem ainda não o fez e está interessado nesta formação pode fazê-lo acedendo ao link elencado na página da ESSV: http://www.essv.ipv.pt/events/olhar_quem_cuida/

A ESSV está na comunidade e pretende contribuir para o desenvolvimento regional.

Viseu, 6 de abril de 2022

Odete Amaral • Docente da Escola Superior de Saúde

