

CICLO DE FORMAÇÕES: A PESSOA DO IDOSO

## O BEM-ESTAR DO IDOSO

17 e 20 de maio de 2022 | 20h00 – 22h00 | 4 horas

Cláudia Nogueira

Mara Nicolau

FORMAÇÃO E-LEARNING

Mais informações e inscrições em:

[www.kairosport.pt](http://www.kairosport.pt)

Iniciativa realizada com o apoio de:



Apoiamos:



## APRESENTAÇÃO

Numa sociedade que se reconhece cada vez mais envelhecida, somos, a cada dia, alertados para a importância de olharmos de uma forma mais atenta para a situação dos Idosos. Para isso, apresentamos um ciclo de formações sobre “A Pessoa do Idoso”, ao longo do qual abordaremos diversas temáticas desde a promoção do envelhecimento ativo, à problemática da institucionalização, passando pelas adaptações que podem/devem ser feitas em casa, a estimulação cognitiva e os cuidados básicos de saúde física e mental.

Esta formação, subordinada ao tema “O Bem-estar do Idoso”, é a sexta formação realizada no âmbito deste ciclo. Nesta formação serão abordados alguns aspetos essenciais para o bem-estar de todos os idosos, desde os cuidados de higiene e com o vestuário, à sua saúde mental e motivação.

## LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

17 e 20 de maio de 2022 – 20h00 – 22h00 (4 horas)

## DESTINATÁRIOS

- Técnicos em IPSSs e outras estruturas de apoio a idosos;
- Cuidadores informais;
- Todas as pessoas interessadas na temática.

## CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

Data	Hora	Duração	Formadores	Tema
17/05/2022	20h00	2h	Cláudia Nogueira	Bem-estar Físico do Idoso
20/05/2022	20h00	2h	Mara Nicolau	Bem-estar Psicológico e Qualidade de Vida do Idoso

**FORMADORES****Cláudia Patrícia dos Santos Nogueira**

Licenciou-se em 2008 em Enfermagem (Universidade Católica do Porto), e mestre (2012) em Enfermagem de Reabilitação (CESPU – IPSN – Escola Superior de Saúde do Vale do Sousa).

Colaborou como formadora em várias instituições nomeadamente, no INEM e IEFP.

Atualmente exerce funções no ACES de Gondomar, UCC Inovar - ECCI Rio Tinto/ São Pedro da Cova.

**Mara Nicolau**

- Mestre em Psicologia Clínica e da Saúde pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto.
- Membro efetivo da Ordem dos Psicólogos Portugueses.
- Formação e experiência em Psico-Oncologia (estágio na Liga Portuguesa Contra o Cancro- NRN)
- Formadora (certificado n.º F690564/2020);
- Hipnoterapeuta- certificada pela International Hypnosis Association.
- Intervenção Psicológica com crianças e jovens (em Contexto de Clínica e no Centro de Recursos para a Inclusão- Cerciستا)
- Intervenção em Psicologia e Hipnose Clínica com população adulta.

### VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	25€
-------------	-----

### CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

[geral@kairosport.pt](mailto:geral@kairosport.pt)

### APOIOS E PARCERIAS



### APOIAMOS



Esta formação é organizada pela BizPoint, Lda – Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

