



**Beatriz
Godinho
Saúde**

Mais vida
à sua saúde

visite-nos na

Mercado
de Sant'Ana,
Leiria
5-7 Abril 2019

Programa



2019 / 9ª EDIÇÃO /

Sexta 5

*Durante a tarde,
no stand*

VISUALIZAÇÃO DE AMOSTRAS DE SANGUE E URINA

OBJETIVO Observar características químicas e biológicas de algumas doenças mais comuns

PÚBLICO-ALVO Toda a população



Sábado 6

*Durante a manhã,
no stand*

PRODUTOS ALIMENTARES

OBJETIVO Perceber a importância do controlo analítico dos alimentos

PÚBLICO-ALVO Toda a população



Sábado 6

*Durante a tarde,
no stand*

RASTREIO DE MOTRICIDADE FINA

OBJETIVO Realização de grafismos, exercícios de construção e de competências das atividades da vida diária para identificação de eventuais sinais de alerta (face ao expectável para a idade)

PÚBLICO-ALVO 3-10 anos

Sábado 6

PALESTRA

A IMPORTÂNCIA DA LINGUAGEM PARA O SUCESSO DA APRENDIZAGEM DA LEITURA ESCRITA

16h

OBJETIVO Dotar os pais de conhecimento sobre as competências de linguagem a serem desenvolvidas em idade pré-escolar e realçar a sua importância futura no processo da aquisição da leitura e escrita

PÚBLICO-ALVO Pais de alunos em idade pré-escolar

TERAPEUTA DA FALA Sónia Amado



Domingo 7

AVALIAÇÃO DO ÍNDICE DE MASSA CORPORAL (IMC)

OBJETIVO O Índice de Massa Corporal foi criado para uma melhor orientação do peso da pessoa em relação à sua altura. Esta avaliação permite averiguar se a pessoa se encontra acima ou abaixo dos parâmetros ideais de peso para a sua estatura.

PÚBLICO-ALVO Adultos

— Todo o dia, no stand

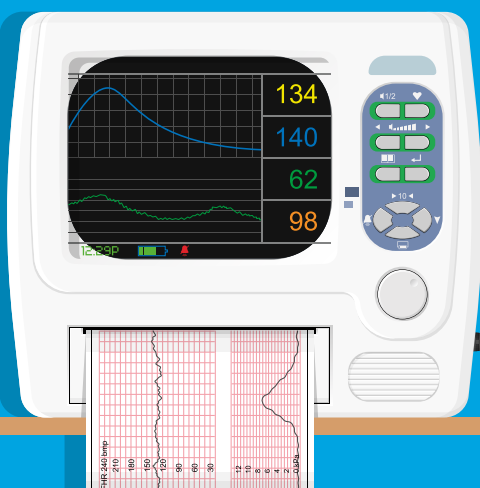
Domingo 7

Todo o dia,
no stand

ESPIROMETRIA

OBJETIVO Avaliação à capacidade pulmonar

PÚBLICO-ALVO Adultos



Domingo 7

Todo o dia,
no stand

DINAMOMETRIA

OBJETIVO Despiste de problemas neuromusculares dos membros superiores

PÚBLICO-ALVO Adultos

Domingo 7

15h30

AULA DE PILATES CLÍNICO

OBJETIVO Aula teórico-prática onde irá aprender e experienciar diversas adaptações de exercícios desenvolvidos por Joseph Pilates de forma a promover uma consciencialização corporal, bem como, um correto alinhamento corporal, fortalecimento de grupos musculares e bem-estar

PÚBLICO-ALVO Adultos

FISIOTERAPEUTA Tânia Gomes

MATERIAL Levar tapete e toalha pequena