

PROGRAMAÇÃO

Semana do Servidor e III SIPAT

Bem-estar: uma jornada em direção ao autoconhecimento

15, 16 e 17 de outubro de 2018

EDIFÍCIO SEDE			
Dia	Evento	Local	Horário
15 de outubro	Abertura Desembargadora Maria Regina Machado Guimarães Dança de balé da Casa Azul e banda	Auditório Oswaldo Neme	14h às 14h30
	Palestra: Biomúsica e musicoterapia – os sons da saúde Palestrante Fernando Salazar Serão sorteadas 5 vagas para sessões de acupuntura		14h30 às 15h30
	Vivência prática de <i>Wellness Dance</i> : A dança do bem-estar	Saguão do Pleno	16h às 17h
	Palestra: Cuidados com a saúde através de práticas naturais – Naturopatia Palestrante Pete Coe Mesa de Frutas	Auditório Oswaldo Neme	17h15 às 18h15
16 de outubro	Palestra: A modulação hormonal e suas contribuições para o ambiente de trabalho Palestrante Dr. Gustavo Mendonça	Auditório Oswaldo Neme	11h às 12h
	Palestra: Reprogramação emocional Palestrante Daniel Suassuna Serão sorteadas 5 vagas para sessões de acupuntura	Auditório Oswaldo Neme	14h às 15h
	Vivência prática de reprogramação emocional (exclusivo para quem estiver na palestra)	Hall do Auditório Oswaldo Neme	15h às 15h30
17 de outubro	Palestra: Dores nos ombros e coluna, causas e tratamento Palestrante Markus Praz	Auditório Oswaldo Neme	14h às 15h

	Bioimpedância e degustação de suplementos	Hall do Auditório Oswaldo Neme	14h às 16h
	Sessões de acupuntura 10 vagas serão sorteadas nas palestras de Biomúsica (15/10) e Reprogramação emocional (16/10)	Sala 203, Anexo I	14h às 19h
	Palestra: Respiração para o ganho de potência e clareza mental Palestrante Daniel Suassuna	Auditório Oswaldo Neme	16h30 às 17h30
	Vivência prática de respiração	Auditório Oswaldo Neme	17h30 às 18h

FORO DE BRASÍLIA

Dia	Evento	Local	Horário
15 de outubro	Palestra: Meditação – uma medicina antiga para males atuais Palestrante Fabrício Surya As inscrições para a palestra de meditação já estão abertas no portal da Escola Judicial Serão sorteadas 10 vagas para sessões de acupuntura	Auditório Coqueijo Costa	16h30 às 17h30
16 de outubro	Vivência prática de Yôga e relaxamento Instrutora Lisane Patusco (10 vagas, por ordem de chegada)	Sala Vip do auditório Coqueijo Costa	11h às 12h
	Sessões de acupuntura 10 vagas serão sorteadas na palestra de Meditação (15/10)	Sala Vip do auditório Coqueijo Costa	12h às 17h
	Palestra: Cuidados com a saúde através de práticas naturais – Naturopatia Palestrante Pete Coe Mesa de Frutas	Auditório Coqueijo Costa	15h às 16h
	Oficina de meditação Palestra: Domine o Estresse Palestrante Daniel Suassuna	Auditório Coqueijo Costa	16h às 16h40 17h às 18h

FORO DE TAGUATINGA

Dia	Evento	Local	Horário
15 de outubro	Palestra: Domine o Estresse Palestrante Daniel Suassuna Serão sorteadas 4 vagas para sessões de acupuntura	Auditório	15h às 16h
	Sessões de acupuntura 4 vagas serão sorteadas na palestra Domine o Estresse (15/10)	Sala de massagem	16h às 18h
17 de outubro	Vivência prática de Yôga e relaxamento Instrutora: Lisane Patusco (10 vagas, por ordem de chegada)	Auditório	11h às 12h

SEÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA NO TRABALHO

Para dúvidas ligue no ramal 1154
ou pelo e-mail: seqvt@trt10.jus.br