

Ciclo de Debates: Autocuidado e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)

Olá a todos,

É com grande entusiasmo que apresentamos nosso Ciclo de Debates 2024, uma iniciativa voltada para promover discussões enriquecedoras e reflexões profundas sobre Autocuidado e Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS). Este evento trará convidados especiais com vasta experiência e conhecimento nos temas abordados, oferecendo um espaço para troca de saberes e aprendizados.

1. Debate: Autocuidado e Bem-Estar Pessoal

Data e Horário: 01/11/2024

Local: Rua Botucatu, 740, 4 andar

O primeiro encontro será focado em autocuidado, uma prática essencial para a promoção da saúde e o equilíbrio emocional. Nossos convidados compartilharão suas experiências sobre como inserir o autocuidado na rotina diária, abordando desde práticas simples que podem ser aplicadas no dia a dia até reflexões mais amplas sobre saúde mental e qualidade de vida. Vamos explorar juntos como o autocuidado é um pilar fundamental para a construção de um estilo de vida mais saudável e pleno, tanto no âmbito pessoal quanto no contexto profissional.

Convidados:

- Profissionais da área da psicologia e saúde mental.
- Autores e especialistas em práticas de autocuidado.
- Representantes de movimentos sociais e comunitários voltados para a promoção do bem-estar.

2. Debate: PICS - Integrando Saúde e Saberes Tradicionais

Data e Horário: 06/12/2024

Local: Rua Botucatu, 740, 4 andar

O segundo encontro será dedicado ao universo das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), que incluem desde a medicina tradicional até abordagens contemporâneas que valorizam o ser humano em sua totalidade. Neste debate, nossos convidados discutirão como as PICS estão sendo inseridas no sistema de saúde, os desafios e avanços nessa área e como essas práticas têm ajudado na promoção e recuperação da saúde.

Falaremos sobre terapias como acupuntura, homeopatia, fitoterapia, práticas corporais e mentais, e como elas se integram ao cuidado convencional. Será um momento para entender como as PICS podem ser aliadas na construção de uma saúde mais holística e acessível.

Convidados:

- Pesquisadores e professores que atuam no campo das PICS.
- Profissionais de saúde que utilizam práticas integrativas no atendimento.
- Representantes de políticas públicas para PICS.

Objetivos do Ciclo de Debates:

- Promover a disseminação de conhecimentos sobre autocuidado e PICS.
- Criar um ambiente de diálogo aberto entre especialistas e participantes, estimulando a troca de experiências e práticas.
- Fomentar a reflexão sobre a integração de novas abordagens de cuidado no sistema de saúde.
- Incentivar a adoção de práticas de autocuidado e de PICS no cotidiano dos participantes.

Formato do Evento:

Cada encontro contará com palestras breves dos convidados, seguidas por uma rodada de perguntas e um debate aberto entre todos os participantes. Ao final, haverá um momento para networking e troca de contatos.

Estamos ansiosos para compartilhar esse espaço de construção conjunta e diálogo com todos vocês. Contamos com a presença de cada um para enriquecer ainda mais essa jornada!

Participe e ajude a transformar a saúde com conhecimento e práticas integrativas!

Abraços,

Equipe de Organização do Ciclo de Debates