



SEMANA DA SAÚDE E CIDADANIA 2026

15 A 18 DE SETEMBRO DE 2026

PROGRAMAÇÃO

TERÇA-FEIRA (15/09)

- 12h00 - 12h30** **Abertura Oficial (Apresentação Musical e Varal de Pinturas)**
■ Área de convivência das Rosquinhas
- 13h00 - 17h00** **Saúde Bucal (dispositivos de higiene bucal)**
■ Espaço Saúde (Rosquinhas)
- 14h00 - 17h00** **Oficina de Primeiros Socorros (RCP e Desengasgo)**
■ Espaço Primeiros Socorros (Rosquinhas)

QUARTA-FEIRA (16/09)

- 08h30 / 16h00 / 18h40** **Alimentação Saudável (Oferta de lanche saudável especial)**
■ Refeitório do Campus
- 10h00 - 11h00** **Roda de Conversa (Uso de energéticos e cafeína na rotina)**
■ Espaço Alimentação e Nutrição
- 10h00 - 16h30** **Feira de Agricultura Familiar (Venda de produtos orgânicos)**
■ Espaço Alimentação e Nutrição
- 12h00 e 16h** **Bingo Temático (com kits saudáveis de brinde)**
■ Espaço Alimentação e Nutrição

QUINTA-FEIRA (17/09)

- 08h30 - 09h00** **Aulas de Movimento Corporal (Atividades nos intervalos)**
■ Área de convivência das Rosquinhas
- 08h30 - 11h00** **Just CNAT: Movimento e Saúde (Just Dance)**
■ Sala Reservada (C1)
- 08h30 - 16h30** **Espaço de Cuidado e Bem-estar (Trancista/Escova - Manhã)**
■ Espaço Cuidado e Bem-estar
- 14h30 - 16h30** **Just CNAT: Movimento e Saúde (Just Dance)**
■ Sala Reservada (C1)
- 14h30 - 16h30** **(Maquiagem - Tarde)**
■ Espaço Cuidado e Bem-estar (Rosquinhas)

SEXTA-FEIRA (18/09)

- 08h30 - 10h00** **Verificação de Saúde (Pressão arterial e glicemia capilar)**
■ Espaço Saúde (Rosquinhas)
- 10h00** **Roda de Diálogo de Psicologia: Entre conexões e desconexões: Redes Sociais e IA**
■ Sala Reservada (C1)



INSCRIÇÃO PRÉVIA VIA SUAP:

As seguintes atividades exigem inscrição pelo SUAP devido ao limite de vagas: **Just CNAT, Roda de Conversa e Psicologia.**



ESPAÇO DE CUIDADO (Rosquinhas):

Atendimento gratuito de **Trancista, Escova, Prancha e Maquiagem**. A retirada de fichas de atendimento será feita por ordem de chegada no próprio local.

ORGANIZAÇÃO: Diretoria de Atividades Estudantis (DIAES)

REALIZAÇÃO: Instituto Federal do Rio Grande do Norte (IFRN) • Campus Natal-Central