

REDE FEMININA DE COMBATE AO CÂNCER - POMERODE

PLANO DE TRABALHO

CONTRAPARTIDA – PROGRAMA UNIVERSIDADE GRATUITA

Instituição solicitante:	Rede Feminina de Combate ao Câncer - Pomerode
Curso:	Educação Física
Número de vagas:	1
Dia(s) da semana:	() seg (x)ter (x)qua ()qui ()sex ()sab ()dom
Horário(s):	Período matutino e vespertino
Carga horária mínima dia	2h
Tipo atividade:	(x) Presencial () Híbrida () Remota Síncrona
Público-Alvo	Pacientes, colaboradoras e voluntárias da RFCC-Pomerode
Atividades que o egresso desempenhará:	1. Ginástica laboral a. Planejamento e condução de sessões de alongamento e exercícios leves no ambiente de trabalho. b. Adaptação dos exercícios às funções específicas dos colaboradores (ex.: enfermagem, recepção, manutenção). 2. Avaliação física e postural a. Aplicação de avaliações simples para identificar riscos ergonômicos e posturais. b. Apoio na orientação sobre postura correta durante o trabalho. 3. Promoção da saúde e bem-estar a. Organização de campanhas internas sobre hábitos saudáveis, ergonomia, alimentação e atividade física. b. Apoio em eventos como semanas da saúde e ações de qualidade de vida. 4. Acompanhamento e motivação a. Monitoramento da participação dos usuários nas atividades físicas. b. Estímulo à adesão por meio de dinâmicas, desafios e feedbacks positivos. 5. Registro e relatórios a. Elaboração de relatórios de participação, evolução e sugestões de melhoria.

REDE FEMININA DE COMBATE AO CÂNCER - POMERODE**PLANO DE TRABALHO****CONTRAPARTIDA – PROGRAMA UNIVERSIDADE GRATUITA**

Instituição solicitante:	Rede Feminina de Combate ao Câncer - Pomerode
Curso:	Psicologia
Número de vagas:	1
Dia(s) da semana:	() seg (x)ter ()qua (x)qui ()sex ()sab ()dom
Horário(s):	Terça matutino e vespertino, quinta matutino (somente a última quinta do mês)
Carga horária mínima dia	4h
Tipo atividade:	(x) Presencial () Híbrida () Remota Síncrona
Público-Alvo	Pacientes da RFCC-Pomerode
Atividades que o egresso desempenhará:	1. Observação e escuta clínica Escuta ativa e acolhimento de demandas emocionais . 2. Entrevistas psicológicas Realização de entrevistas iniciais com pacientes e familiares para levantamento de histórico emocional, social e de enfrentamento da doença. Apoio na construção de vínculos terapêuticos. 3. Apoio psicossocial Identificação de sinais de sofrimento psíquico, como ansiedade, depressão, negação da doença ou baixa adesão ao tratamento. 4. Intervenções breves Aplicação de técnicas de manejo emocional, relaxamento, psicoeducação e estratégias de enfrentamento. Apoio na adaptação ao diagnóstico e à rotina de tratamento. 5. Atividades em grupo Participação de grupos terapêuticos ou de apoio com pacientes. Promoção de espaços de troca de experiências e fortalecimento emocional. 6. Apoio à equipe multiprofissional Contribuição com o olhar psicológico para o plano terapêutico do paciente.