



Evento online promove atividades e reflexões ligadas ao bem-estar

Ex-goleiro Jakson Follmann, sobrevivente do acidente da Chapecoense em 2016, é um dos convidados da Semana do Bem-Estar da PUCPR

Em meio à pandemia do novo coronavírus, quando nunca se falou tanto sobre saúde, tanto física quanto mental, a Pontifícia Universidade Católica do Paraná (PUCPR) promove um evento que tem como objetivo gerar reflexões para o bem-estar individual e coletivo. A edição de 2021 da Semana do Bem-Estar ocorre de 23 a 26 de fevereiro de forma totalmente online. A participação é gratuita e aberta a toda a comunidade.

Na programação, palestras e bate-papos com personalidades conhecidas no Brasil todo, pesquisadores de relevância internacional e profissionais especializados atuantes em diversos setores da PUCPR, além de oficinas especiais. Os temas são variados: nutrição, gastronomia, ação social, saúde mental, jardinagem, atividade física, paratletismo, espiritualidade, arte e cultura, trabalho remoto, terceira idade, aprendizagem, plataformas digitais, entre outros.

“Sabemos que a sociedade vive um momento desafiador pelo crescimento de doenças e distúrbios que podem ser evitados, controlados e minimizados por um estilo de vida mais saudável. Especialmente diante do atual cenário da pandemia, a PUCPR deseja contribuir com a promoção do conhecimento e o incentivo de atividades que contribuam com o bem-estar de todos”, conta o professor André Luiz Braga Turbay, diretor de Cultura e Esporte da PUCPR.

Entre os convidados, destaque para o ex-futebolista Jakson Follmann, sobrevivente do acidente aéreo de novembro de 2016 envolvendo a equipe da Associação Chapecoense de Futebol, que terminou com 71 mortos. Após contar sua história, Follmann vai participar de um bate-papo com os paratletas do setor de Esportes da PUCPR e responderá a perguntas enviadas pelo público.

Também vão ministrar palestras Rosana Alves, diretora acadêmica do Neurogenesis Institute (EUA) e pós-doutora em Neurociência; Sophie Deram, doutora em Nutrição e autora do best-seller “O Peso das Dietas”; e Joachim Andrade, pós-doutor em Teologia. Na programação cultural, os destaques ficam com o grupo Brejeiras, no Momento “Samba, Choro e Riso”, e, especialmente para as crianças, o grupo Tupi Pererê, no Momento Bem-Brincar.



PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO PARANÁ

INSCRIÇÕES – As atividades da Semana do Bem-Estar da PUCPR são gratuitas e abertas a quaisquer interessados. É preciso, contudo, inscrever-se com antecedência, na plataforma Sympla. Alguns encontros serão realizados via Zoom, sendo que o link para ingresso na sala será encaminhado ao e-mail cadastrado na inscrição, enquanto outros serão transmitidos ao vivo no canal oficial da PUCPR no YouTube. Inscrições, programação completa e demais informações podem ser conferidas no link:

https://www.simpla.com.br/semana-do-bem-estar-pucpr---oficinas-e-palestras_1112324