Fazer yoga para combater stresse da época de exames

●●● Foi um êxito a primeira aula gratuita do programa "Yoga e Exames Sem Stress 2014 ", que está a decorrer no Jardim Botânico da Universidade de Coimbra. A próxima sessão será a 21 de maio dia, às 17H00.

A iniciativa do departamento jovem da Confederação Portuguesa do Yoga visa preparar a época de exames que se aproxima e realiza-se em todos os seus 37 Áshrama – Centros do Yoga do país.

Em cada aula são ensinadas técnicas do yoga que ajudarão os alunos e professores a melhor gerir o stresse durante o estudo e durante os exames, permitindo-lhes estudar e trabalhar durante mais tempo e de forma mais lúcida e produtiva.

As inscrições podem ser feias em *yoga@yogacoimbra.com* ou pelos telefones 239 402 180 | 913 404 048.

41106
Clínica Estádio
Ginecologia Obstetrícia Doenças da Mama Doutor Carlos Guerra
Medicina Interna Reumatologia Professor Doutor Adriano Rodrigues
Terapia da Fala Dra. Ana Filipa Rocha Dra. Isabel Lucas Dra. Lígia Lapa
Imunoalergologia Alergias Asma Professor Doutor L. Taborda Barata
Psicologia Psicoterapia Psicopedagogia
Orientação Educacional e Profissional Dra. Fernanda Rosário
Dra. Paula Temudo Dra. Rosário Mendes
Avaliação de Incapacidades Peritagem Médico-Legal
Clínica Geral Cessação Tabágica Dr. Cesário Silva
Fisioterapia Massagens Dra. Helena Abreu Dra. Sofia Santos
Fisiatria Medicina no Trabalho Dr. Jorge Monteiro
Oftalmologia Dra. Arminda Neves Dr. Mário Neves
Ortopedia Dr. João Corte Real Dr. Higino Soveral
Psiquiatria Prof. Doutor Joaquim Cerejeira
Endocrinologia Dra. Beatriz Campos
Cardiologia Dr. Francisco Gonçalves
Neuropsicologia Dr. Pedro Batista
Neurologia Dra. Cristina Machado
Nutrição Dra. Mª João Campos
Podologia Dr. Gil Ferraz
Pediatria Dr. Rui Castelo
Rua Avelar Brotero, n.º 18 4º (frente à Igreja S. José) Coimbra
239 406 272 clinicaestadio@gmail.com

Armando Leandro fala de crianças e jovens em risco

●●● Armando Leandro, presidente da Comissão Nacional de Proteção de Crianças e Jovens em Risco, é o convidado da sessão sobre "Crianças e jovens em risco" que se realiza no dia 14 de maio, às 15H00, na Casa Municipal da Cultura.

A iniciativa conjunta da CCPJ e da Divisão de Educação da Câmara de Coimbra integra-se num ciclo de encontros informais sobre a temática, a decorrer ao longo de 2014. O objetivo é "consciencializar toda a comunidade para a importância da intervenção preventiva e para a sua participação ativa no bem estar da criança".

A sessão conta ainda com a presença do Centro de Apoio Social de Pais e Amigos da Escola n.º 10 (CASPAE 10), para entrega do livro "Histórias para partilhar".

Até final do ano em curso, o ciclo de encontros vai ainda debater os seguintes temas: "O mau trato na 1.ª infância"; "Vida saudável na infância"; "Entre a promoção e proteção e o tutelar educativo" e "Ciberbullying vs redes sociais".

Inquérito a médicos do Centro arrasa prescrição eletrónica

●●● Todos os meses 12 pessoas da região Centro são obrigadas a regressar à consulta para terem receitas, denuncia a Ordem dos Médicos. Em inquérito levado a cabo pela secção regional do Centro, 90% dos cerca de mil profissionais ouvidos consideram que o novo sistema de prescrição dificulta o trabalho e o contacto com os doentes.

A iniciativa da Secção Regional do Centro da Ordem dos Médicos surge na sequência dos problemas associados ao novo sistema de Prescrição Eletrónica Médica (PEM).

Das respostas obtidas, é possível constatar que, por cada cem consultas semanais, em quatro, os médicos não conseguem passar receitas por indisponibilidade do sistema. Por causa disso, há doze pessoas, por mês, que têm de regressar ao centro de saúde ou ao hospital apenas para conseguirem as receitas de que necessitam.

Outra das conclusões que o inquérito permite retirar é que a maioria dos médicos não consegue aceder à medicação crónica dos doentes. Ora, lê-se numa nota da Secção Regional do Centro, esta situação "pode comportar riscos para os próprios utentes, já que é fundamental conhecer a medicação habitual dos mesmos para poder prescrever um novo medicamento".

Arquivo-Luís Carregã

Carlos Cortes, presidente da Secção Regional do Centro da Ordem

Quanto ao tempo perdido devido ao mau funcionamento do sistema, os médicos inquiridos referem que perdem, em média, 16 minutos por hora a abrir a aplicação informática e a esperar pela impressão das receitas, sem que seja possível utilizar o computador, uma vez que o programa bloqueia os registos, até que termine a prescrição. Caso os médicos abram o acesso à medicação crónica, passam a perder uma média de 25 minutos por hora de trabalho, tempo no qual poderiam atender, em média, mais dois doentes por hora. Isto significa que há cerca de 320 pessoas que, por mês, deixam de ser atendidas devido ao tempo que os médicos perdem com o novo sistema.

Cáritas apoia peregrinos

●●● A Cáritas, o Movimento Mensagem de Fátima e um grupo de enfermeiros católicos estão a garantir apoio aos peregrinos de Fátima. Até amanhã, está em funcionamento um posto de apoio na zona da Pedrulha (Coimbra), num local já do conhecimento dos peregrinos nos anos anteriores. Está a ser prestado gratuitamente apoio sanitário (tratamentos de pés e massagens às pernas), alimentar (sopas, frutas, sandes), água, café, dormidas e conselhos práticos.

DR

41123
Rua Francisco Lucas Pires, Lt 19, Lj 52 3030-489 Coimbra
T. 239 095 812 - 936 930 967 - 911 890 710 | info@ruicarrilho.pt
Segunda a Sábado das 08:00 às 20:00, Domingos e Feriados das 09:00 às 13:00
facebook.com/Rui.Carrilho.Cabeleireiros
www.ruicarrilho.pt
Rui Carrilho 30 anos a cuidar de si
LOUNGE ROOM, HAIR STYLIST & SPA
25% EM MADEIXAS NA APRESENTAÇÃO DESTE JORNAL