

<b>Designação do Curso:</b>	<b>Cuidar de quem Cuida:</b> “Gestão de Stress e Auto-cuidado com Mindfulness para Profissionais de Saúde”-Ed.25	<b>Área de formação:</b>	729 – Saúde
<b>Carga horária:</b>	8 Horas	<b>Data de início:</b>	18/10/2025
<b>Local:</b>	Escola de Saúde Integral	<b>Data de fim:</b>	18/10/2025
<b>Modalidade:</b>	Presencial		

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
Outubro																		X												

**Horário:**

- 09:30 – 13:00 / 14:30-19:00
- 13:00 – 14:30 (pausa)