



DESCRIÇÃO SUMÁRIA DAS ATIVIDADES

ATELIER DE MARCADORES DE LIVROS COM RELEVO

Venha aprender a fazer marcadores de livros com relevo, com os Utentes do Centro de Dia da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN.

ATELIER DE VELAS ECOLÓGICAS

Como fazer velas ecológicas? Venha aprender com os Utentes do Centro de Dia da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN.

ATIVIDADE MUSICAL DOS UTENTES DO CENTRO DE DIA

Os Utentes do Centro de Dia trazem, à Sede da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN, a sua habitual atividade musical das tardes de quinta-feira.

AULA DE YOGA

Aula com a duração de cerca de uma hora, ministrada por Instrutora da Associação Áshrama do Porto.

BIG PICTURE – EDUCAÇÃO E SAÚDE

Concurso adaptado do conhecido programa de televisão que, neste caso específico, apresenta o cancro de pele como o tema de discussão, nas suas 12 questões. Para além de fantásticos prémios, os concorrentes irão divertir-se e desenvolver conhecimentos na área. E quem pode ser concorrente? Qualquer pessoa com mais de 6 anos pode inscrever-se de forma individual ou mesmo em grupo! Contamos com todos para o concurso, porque com a saúde também se joga (para aprender).

CONSULTA DE DIAGNÓSTICO DO CANCRO DE PELE

Consulta de observação da pele e dos sinais, realizada por Médico Dermatologista Oncológico.

CONSULTA ABERTA DE DIAGNÓSTICO DO CANCRO DA CAVIDADE ORAL

Consulta de examinação da cavidade oral, realizada por Médico Dentista.



CONSULTA ABERTA DE PSICO-ONCOLOGIA

Consulta de apoio psicológico para doentes oncológicos e familiares, realizada por Psicólogo da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN.

CORO DO VOLUNTARIADO DA LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO-NRN

O Coro do Voluntariado nasceu no dia 14 de Maio de 2015, é composto por 17 elementos, todos Voluntários do Núcleo Regional do Norte da Liga Portuguesa Contra o Cancro, sendo dirigido pelo Sr. Professor Orlando Mesquita. Este Coro fará uma atuação de cerca de 10 minutos.

DESFILE E CONCURSO DE CHAPÉUS

Desfile e concurso de chapéus criativos, com o intuito educativo de estimular o uso de chapéu, aquando da exposição ao sol.

INAUGURAÇÃO DE UNIDADE MÓVEL DE RASTREIO DO CANCRO DE MAMA

O Programa de Rastreio do Cancro de Mama, na Região Norte, é da responsabilidade da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN, em parceria com a Administração Regional de Saúde do Norte.

As Unidades e os equipamentos de Rastreio do Cancro de Mama são propriedade da Liga Portuguesa Contra o Cancro. E, na abertura do “Liga de Portas Abertas”, o Núcleo Regional do Norte inaugura uma nova Unidade Móvel.

LIP – LABORATÓRIO DE INVESTIGAÇÃO PEDAGÓGICO

O laboratório de Investigação Pedagógico – LIP tem como objetivos fomentar a consciencialização, a formação e a prevenção do cancro na população jovem, nomeadamente jovens a frequentar a escolaridade obrigatória. O LIP possibilita a elaboração de experiências relacionadas com a oncobiologia, permitindo conciliar conceitos básicos adquiridos, segundo os planos curriculares em vigor, com a experimentação prática.

Os procedimentos experimentais visam uma melhor compreensão dos mecanismos subjacentes à funcionalidade do organismo humano e a sua relação com os processos inerentes ao desenvolvimento de cancro. Destacando-se o conhecimento da unidade básica de vida, a célula; da molécula chave da vida, o DNA; a influência da individualidade genética do indivíduo e a possível interação destes com o meio ambiente onde o indivíduo está inserido.

Esta atividade é destinada a estudantes do Ensino Secundário (10º, 11º e 12º anos).



LIGA-TE AO DESPORTO (pela Escola de Futebol Hernâni Gonçalves)

Atividades lúdico-desportivas, nomeadamente Jogos de Mini-Futebol, de 3 contra 3, bem como a prática de Habilidades Técnicas de Futebol, destinadas a crianças, adolescentes e jovens, dos 6 aos 18 anos.

PALESTRAS:

– **A CIRURGIA NO TRATAMENTO DO CANCRO DE MAMA** (Dr. Hernâni Silva, Médico)

- **VANTAGENS E DESVANTAGENS DO SOL** (Dr. Fernando Ribas, Médico Dermatologista)

Em cada uma das Palestras, um Especialista vem apresentar e transmitir importantes ensinamentos sobre a respetiva temática.

PASSADEIRA SOLIDÁRIA “UM DIA PELA VIDA”

A Passadeira Solidária surge como atividade do projeto "Um Dia Pela Vida" e simboliza a união das pessoas na luta contra o cancro.

Participe nesta passadeira e faça quadrados com tecido que tenha em casa com 25x25cm. Decore-os com pinturas e frases de motivação para as pessoas que estão a lutar contra o cancro e/ou de homenagem para aquelas que não resistiram.

ROLE PLAYING VOLUNTARIADO

Dramatização (representação teatral) do que é ser Voluntário Hospitalar da Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN.

SHOWCASE “CD CALENDÁRIO” – Luís Portugal e Tozé Per7ume

Mini concerto musical, em que os conhecidos músicos Luís Portugal (vocalista da banda Jafumega) e Tozé Santos (vocalista das bandas Per7ume e Blunder) vão interpretar algumas canções do Cd Calendário.

O Cd Calendário é um álbum composto por doze canções originais, com música e interpretação de Lúcia Moniz (cantora e atriz) e dos referidos Luís Portugal e Tozé Santos, e letras de José Guedes. O “Calendário” foi gravado, graciosamente, com o intuito de apoiar os doentes com cancro, revertendo o valor das vendas a favor da Liga Portuguesa Contra o Cancro.

E está à venda nos locais habituais.



SHOWCOOKING – ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL (Chef Maria João Clavel)

E PALESTRA “ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL NA PREVENÇÃO DO CANCRO” (Dr. Bruno Maia, Nutricionista)

Duas atividades complementares: por um lado, ensinamentos sobre como prevenir o cancro com uma alimentação saudável; por outro lado, a demonstração prática da arte de bem confeccionar cozinha saudável.

VETERANOS – “À CONVERSA COM ...”

Conversa informal sobre a vivência com o cancro.

Os Veteranos são um grupo de jovens, ex-doentes do Serviço de Pediatria do IPOFG, que prestam o seu apoio a crianças e jovens doentes, em colaboração com a Liga Portuguesa Contra o Cancro-NRN.

VISITAS GUIADAS À SEDE DO NÚCLEO REGIONAL DO NORTE DA LIGA PORTUGUESA CONTRA O CANCRO

O Núcleo Regional do Norte da LPCC abre as portas da sua Sede à Comunidade, possibilitando a realização de visitas guiadas aos seus diversos Departamentos, com vista a possibilitar às pessoas um melhor conhecimento da Instituição e dos seus serviços e atividades.