

**PROJETO BEM-ESTAR NA VIDA
ACADÊMICA**



IOGA NA USP 2020

TERÇAS E QUINTAS-FEIRAS, DAS 7H10 ÀS 8H

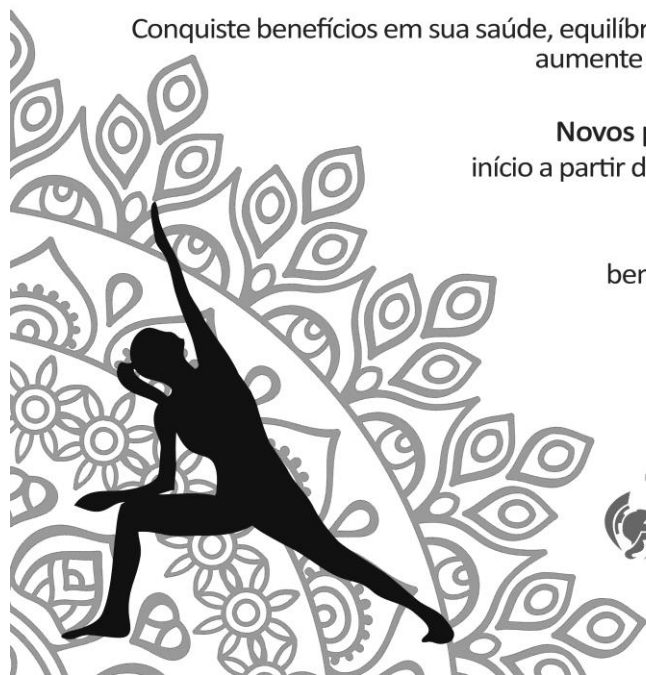
No Ginásio de Esportes do CEFER,
entrada pelo portão azul de baixo

Práticas guiadas por Patrícia Leme (Pazu),
educadora da Prefeitura do Campus (PUSP-SC)

Conquiste benefícios em sua saúde, equilíbrio emocional e
aumente seu bem-estar.

Novos participantes:
início a partir de 10 de março.

Inscrições:
bemestar@usp.br



MEDITAÇÃO

GRATUITA NA USP 2020

👁️ **SEGUNDAS-FEIRAS**
Das 12h30 às 13h00
Na Biblioteca da EESC

👁️ **QUARTAS-FEIRAS**
Das 7h15 às 7h50

No Ginásio de Esportes do CEFER,
entrada pelo portão azul de baixo

Das 12h30 às 13h00
Na Biblioteca do IFSC, no piso superior

Reinício das práticas: **9 de março**

Sem inscrição

Aberta a todos

Use roupas confortáveis

Não precisa saber meditar

Seja pontual, também seremos

Práticas guiadas por Patrícia Leme (Pazu),
educadora da Prefeitura do Campus (PUSP-SC)

Contato: bemestar@usp.br

