



# Hospital de Braga comemorou Dia Internacional da Mulher

O Hospital de Braga comemorou, ontem, na entrada Principal, o Dia Internacional da Mulher com um programa repleto de atividades gratuitas dedicado ao público feminino.

Este programa foi organizado em parceria com duas associações de doentes que, diariamente, prestam apoio aos utentes do Hospital de Braga, o Movimento Vencer e Viver e a Associação Portuguesa de Leucemias e Linfomas (APLL).

O programa teve início com uma aula de Sh'bam, levada a cabo pelo Ginásio Fitness Hut, que



Hospital promoveu atividades dirigidas para as mulheres

contou com uma grande afluência de participantes. Durante uma hora, o Salão de Cabeleireiro sediado na Galeria Comer-

cial do Hospital, H2M, promoveu um workshop sobre cabelos e penteados. Para além dos penteados efetuados, as mulheres ti-

veram a oportunidade de aprender técnicas simples para melhorar o aspeto do seu cabelo.

O workshop de Nutri-

ção, ministrado por nutricionistas do Hospital, contribuiu para que as mulheres ficassem mais informadas sobre os hábitos alimentares que devem adotar para um estilo de vida saudável. Neste dia, as mulheres tiveram também a possibilidade de revitalizar a sua energia através de sessões de Reiki.

Para além de todas estas atividades, estiveram presentes, na entrada do Hospital, voluntárias de duas instituições, Movimento Vencer e Viver e a APLL, que promoveram uma venda de produtos artesanais cujos lucros revertem para a atividade que cada uma das instituições exerce no Hospital. Esta ação contou com a colaboração da Câmara de Braga.