



BOM PRINCÍPIO - RS

Outubro Rosa: informação, acolhimento e autocuidado em Santa Teresinha

Secretarias: Saúde e Assistência Social

Data de Publicação: 14 de outubro de 2026

O Outubro Rosa começou em Santa Teresinha com momentos de informação e autocuidado para as mulheres. Dentro da programação do município, a equipe da UBS Santa Teresinha promoveu um encontro especial no Clube de Mães da comunidade.

A nutricionista Monique Juchem conversou com as participantes sobre alimentação no climatério e na menopausa. Já a equipe da Hamamelis proporcionou um momento de cuidado com limpeza de pele. ☐

E a programação continua! Neste sábado (17), às 9h, a comunidade está convidada a participar de um encontro na UBS, com a mentora e terapeuta espiritual Morgana Machado e com farmacêutica e especialista em Medicina Tradicional Chinesa Paula Maria Fracasso, que abordarão temas como Sagrado Feminino, padrões repetitivos e curas ancestrais.

Na segunda-feira (19), às 16h, será a vez de conversar sobre autoestima, com Arlete Regina Ritter, que tem formação de Práticas Integrativas, Reiki e Florais de Minas e Bach, Radiestesia e Cristais, além de momentos de limpeza de pele e massagem.

☐ A equipe da UBS Santa Teresinha convida a comunidade a participar dos próximos encontros, reservar um tempo para si e fortalecer o autocuidado.