

CAMPANHA "25 ANOS A APOSTAR EM SI"

Formação pedagógica inicial de formadores na "Conclusão" de Aveiro

■ A "Conclusão", no âmbito das actividades comemorativas do 25.º aniversário, lançou a campanha "25 anos a Apostar em Si" da qual integra o curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores, que teve início no passado dia 17, com preço promocional de 210 euros com 30 euros de custos de formalização de inscrição.

A Campanha "25 anos a Apostar em Si", apresenta preços e condições especiais de pagamento ajustadas às necessidades dos seus clientes nas mais diversas

áreas. O curso de Formação Pedagógica Inicial de Formadores é homologado pelo IIEFP, tendo como destinatários licenciados e bacharéis de qualquer área de formação profissional. A formação proporciona as competências necessárias em termos técnico-pedagógicos adequados para o exercício profissional da função formador. Com a duração de 90 horas, o curso decorre em horário laboral na "Conclusão" de Aveiro localizada na Rua de Angola n.º 28, na Força-Vouga.

EM NOVEMBRO E DEZEMBRO

Academia VLM leva a cabo acções de formação em contabilidade

■ Considerando que, face ao actual contexto económico, "a contabilidade assumirá um papel ainda mais preponderante e, consequentemente, obrigará a uma maior actualização dos responsáveis por preparar e prestar a informação", a Academia VLM vai levar a cabo, nos meses de Novembro e Dezembro, cinco acções de formação reconhecidas pela Ordem dos Técnicos Oficiais de Contas.

Esta oferta formativa é direccionada a Técnicos de Contas bem como outros profissionais, com vista a um maior rigor e qualida-

de no exercício da actividade, conferindo créditos nos termos previstos no RAC.

As acções (métodos e técnicas de análise económica e financeira; IRC: matéria colectável, benefícios fiscais e impostos diferidos; alterações ao código de trabalho; SNC: Enquadramento e aplicação das normas contabilísticas; liquidação e dissolução de empresas) caracterizam-se por "formadores de excelência, métodos pedagógicos activos e qualidade dos novos espaços afectos à formação no Aveiro Business Center", refere a VLM.

"Nutrisabores" educa para uma alimentação saudável

O novo espaço, em Travassô, disponibiliza consultas de nutrição personalizadas, aulas de culinária, workshops e palestras

Carla Real

■ O novo espaço "Nutrisabores" foi, recentemente, inaugurado, em Travassô (Águeda).

Tratando-se de um espaço inovador na área da saúde e nutrição, a sua aposta passa por sensibilizar para a importância da alimentação como motor de uma vida saudável.

Mas, mais do que orientação nutricional, a "Nutrisabores" dispõe de serviços diversos e complementares, que se centram num objectivo comum: a saúde física e emocional.

Entre as suas actividades, estão as consultas de nutrição personalizadas, aulas de cozinha, workshops, demonstrações e palestras temáticas, tendo como slogan principal "na saúde reside a cura, no bem-estar a felicidade."

Com o compromisso de aju-



A NUTRICIONISTA Sara Fernandes é a responsável pela Nutrisabores

dar as pessoas a atingir os objectivos traçados, a "Nutrisabores" foca-se na orientação e educação alimentar personalizada como

força motriz para uma vida saudável e plena.

Numa perspectiva holística e integrada, os seus planos nutricionais resultam de uma colaboração activa com o terapeuta e têm em conta a realidade individual de cada pessoa. O objectivo primário é identificar os factores subjacentes ao desequilíbrio, sugerindo alterações alimentares e comportamentais que permitam devolver-lhe o bem-estar.

Espaço amplo e versátil

Sara Fernandes, a nutricionista e responsável pela "Nutrisabores", é diplomada em Terapia Nutricional, pelo British College of Nu-

trition and Health, em Londres, e pós-graduada em Nutrição Clínica, pelo Instituto Superior de Ciências da Saúde Egas Moniz.

Em parceria com vários especialistas, a actividade da Nutrisabores centra-se, também, na realização de palestras e workshops temáticos, em três grandes áreas: a Nutrição, a Cosmética Natural e o Desenvolvimento Pessoal.

A "Nutrisabores" dispõe, ainda, de uma cozinha equipada para aulas e demonstrações, estando sempre receptiva a propostas e parcerias, no âmbito da saúde e bem-estar e disponibilizando um espaço amplo e versátil para a realização de actividades complementares aos seus serviços.

Ideias para refeições económicas e saudáveis

■ A partir do próximo mês, Sara Fernandes realizará uma série de palestras sobre nutrição, que terão lugar às quartas-feiras, pelas 19,30 horas.

A primeira será no dia 7, com

o tema "Ideias para Refeições Económicas e Saudáveis".

Nesse mesmo dia, será, também, apresentado o "Prato Saudável", um instrumento educativo que visa facilitar a percepção das proporções de nutrientes necessárias a uma refeição equilibrada. As reservas para esta palestra podem ser efectuadas para sara.fernandes@nutrisabores.net ou pelo telefone 911124486.

HOJE

Glicínias Plaza esteja 13 anos com presença de Paulo Futre

■ O Glicínias Plaza sopra, hoje, as velas dos seus 13 anos de existência com muita animação, música, bolo, espumante, brindes e a presença do ex-jogador de futebol Paulo Futre, também conhecido por "El Portugues".

A animação inicia-se às 16 horas, com a actuação da "Tuna Universitária de Aveiro". Pelas 17,30

horas, o Glicínias Plaza, o hipermercado Jumbo e Paulo Futre convidam todos os visitantes a soprar as velas do 13.º aniversário, a comer uma fatia dos 130 quilogramas de bolo e a beber uma taça de espumante pela celebração de mais um aniversário. A festa prossegue com uma sessão de autógrafos de Paulo Futre, até às 20



horas, na Praça da Restauração.

Antes, pelas 18,30 horas, os "The Paperboats" - umas das mais promissoras bandas portuguesas de rock - vão dar um showcase acústico, na Praça da Restauração. Para os clientes VIP, portadores do "Cartão Cliente Glicínias Plaza", serão oferecidos guarda-chuvas. Para recolher o seu brinde, que é limitado ao stock existente, terá de se dirigir; a partir das 14 horas, ao Balcão Cartão Cliente, entre as lojas "Lanidor Loft" e "Sephora", com o seu Cartão de Cliente e SMS enviado pelo Centro Comercial. Uma promoção que termina quando o stock de brindes se concluir.