

Promessas de Ano Novo e superação de traumas em foco

Assunto:

TV CÂMARA



Deixar de fumar, ter uma dieta mais saudável, fazer um novo curso, investir mais no trabalho ou, até mesmo, mudar de área são promessas comuns de ano novo. Para o cumprimento das metas pessoais, financeiras e profissionais traçadas no Réveillon, a indicação de muitos especialistas é o planejamento. Os meios para desenvolver um planejamento eficaz e garantir que as promessas de Ano Novo se tornem realidade serão discutidos na edição do Câmara Debate que estreia esta quinta-feira (14/1). Já o Câmara Entrevista, cuja nova edição vai ao ar esta sexta-feira (15/1), vai apresentar histórias de superação de quem transforma diariamente obstáculos em oportunidades. O programa também vai ouvir de um especialista o que a psicologia diz sobre os meios corretos de se lidar com traumas. As edições inéditas poderão ser assistidas às 18h no canal 11 a cabo e 61.4 na frequência digital aberta.

No Câmara Entrevista, o telespectador vai conhecer a história de Viviane Baumgratz Reis, que teve a perna amputada há oito anos após um acidente de trânsito. O programa vai focar em como a vida da entrevistada mudou após o acidente e como ela conseguiu superar o trauma e recuperar sua independência. O programa também vai entrevistar Victor Mendonça, um jovem autista estudante de jornalismo que criou um blogue para compartilhar suas experiências pessoais. O outro participante é o psicólogo Mauricio Sousa Lima, que vai falar sobre os diferentes modos de se lidar com traumas. As reprises da edição que estreia nesta sexta-feira vão ao ar no sábado, na terça e na quinta-feira, às 6h30, e no domingo, na segunda e na quarta-feira, às 18h.

Câmara Debate

Para discutir os meios mais adequados para o cumprimento das tão comuns promessas de Ano Novo, o Câmara Debate vai receber o consultor financeiro, Erasmo Vieira; a coaching de carreira, Júlia Ramalho; e a coaching pessoal, Sabrina Oliveira. Entre os temas que serão abordados constam a importância das metas e do planejamento para a consecução

de objetivos e a relevância da persistência para a mudança de hábitos arraigados. As reprises da edição que estreia nesta quinta-feira vão ao ar no domingo, na segunda, na quarta e na sexta-feira, às 6h30, e no sábado e na terça-feira, às 18h.

Superintendência de Comunicação Institucional

Data publicação:

Quarta-Feira, 13 Janeiro, 2016 - 00:00
