

# UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA

## Pró-Reitoria de Extensão

# Certificado

Certificamos que Gabriel Lima Jacinto  
CPF 074.618.471-98  
participou do(a) Palestra "O que é mindfulness?"  
realizado no período de 02/04/2019 a 02/04/2019  
como Participante do(a) Palestra "O que é Mindfulness?"  
Carga horária: 2 horas, com aproveitamento e com frequência suficiente

### TÓPICOS ABORDADOS

Conceito de Mindfulness  
Mecanismos de Mindfulness  
Benefícios da prática de Mindfulness  
Princípios da prática de Mindfulness  
Estrutura do Programa de Mindfulness



Coordenador: Carolina Baptista Menezes  
Protocolo: 201820523

Este certificado dispensa assinatura  
UFSC - PROEX  
Campus Reitor João David Ferreira Lima  
Florianópolis - Santa Catarina - Brasil  
CNPJ: 83.899.526/0001-82