

Seja MUITO bem-vindo(a)!!!

É com satisfação que o(a) recebemos no X ProspecT&I 2020 - Congresso Internacional do PROFNIT

O evento ocorrerá 100% virtualmente.

Este informativo serve para orientar sua participação virtual!

PROGRAMAÇÃO E HORÁRIOS

As conferências, mesas redondas, minicursos e apresentações orais do evento ocorrerão conforme a programação que está disponível na internet (<http://www.profnit.org.br/pt/datas/>).

Começaremos e terminaremos exatamente na hora marcada, dado o evento ser 100% virtual, na maior parte via YouTube do PROFNIT, e em consideração pelos participantes que estão em casa e que estão se esforçando para sincronizar as atividades do evento com as suas rotinas domésticas e familiares.

APRESENTAÇÕES ORAIS

Use o template (Oral) disponível em <http://www.profnit.org.br/pt/datas/>.

Para as apresentações dos trabalhos submetidos, serão dados 15 min no total (Etapas/ações: ser apresentado pelo Coordenador da Sessão, ligar o microfone, ligar a câmara, partilhar a tela, etc., fazer a sua fala, responder às perguntas, desligar o microfone e a tela). Recomendamos 8 min de apresentação e de 3 a 4 min de perguntas.

Até Domingo, 25 de outubro de 2020, os apresentadores devem fazer upload de suas apresentações em PDF. Deste modo, esperamos reduzir imprevistos de quedas de internet.

Passo a passo para enviar sua apresentação:

- 1) Baixar o template (Oral) disponível em <http://www.profnit.org.br/pt/datas/> ;
- 2) Fazer os slides da apresentação;
- 3) Gerar o PDF da sua apresentação;
- 4) ATÉ domingo, 25 de outubro de 2020, fazer o upload da apresentação através do Formulário:

<https://forms.gle/SAome71SSNvhpThHA>

OBS: *Não aceitaremos apresentações enviadas por e-mail, WhatsApp e outros meios.*

SALAS VIRTUAIS

⇒ Para Assistir e Interagir

Utilizaremos preferencialmente o YouTube do PROFNIT Nacional, podendo ser utilizados outros softwares e plataformas.

Os links das SALAS VIRTUAIS são atualizados periodicamente na homepage e devem ser **consultados diariamente**, pois podem mudar. Acesse <http://www.profnit.org.br/pt/datas/>.

Como serão diversas salas paralelas, confira qual o link correto da atividade **antes de entrar na sala virtual**.

⇒ Participar de Minicursos

Serão enviados os links aos inscritos, por e-mail e no grupo de WhatsApp do evento, 15 min antes do início. Confira o contacto de e-mail que você informou na sua inscrição.

⇒ Palestrantes (convidados e trabalhos submetidos)

Utilizaremos o StreamYard como SALA DE AUTORIDADES (*backstage*) para os palestrantes.

Cada palestrante receberá um e-mail com o link secreto de acesso restrito na sua sala virtual. Confira seu e-mail antes da sua sessão! **NÃO compartilhe esse link.**

Até **45 min antes do início** da sua Sessão, clique no link e entre na SALA DE AUTORIDADES (*backstage do StreamYard*), para testar o envio de sua imagem, seu som e a projeção de seus slides.

Estaremos montando um Grupo de WhatsApp dos palestrantes da sua Sessão, tirar eventuais dúvidas.

⇒ **Coordenadores e Relatores de Sessão (listados na Programação)**

Se você consta da Programação como Coordenador ou Relator de Sessão, a escolha se deu devido ao perfil, vivência na Rede PROFNIT, dedicação e competências. Além disso, você aceitou o nosso convite e foi treinado no uso do StreamYard como SALA DE AUTORIDADES (*backstage*) e na entrada ao vivo no YouTube do PROFNIT. Agradecemos sua contribuição!

Você foi colocado num Grupo de WhatsApp com os palestrantes que irá coordenar na sua Sessão. Use esse grupo para esclarecer as dúvidas deles.

Cada coordenador receberá um e-mail até 60 min antes do início da sua Sessão com:

- o código secreto de entrada na sala como Coordenador;
- o link da sua sala virtual. **NÃO compartilhe esse link.**

Até **60 min antes do início** da sua Sessão, abra sua Sala no StreamYard para ir recebendo os seus palestrantes e mostrando como eles podem abrir e fechar microfones e câmaras e como podem projetar os slides deles.

Na hora EXATA da sua Sessão, não se esqueça de:

- (1) Colocar os palestrantes no ar;
- (2) Colocar a projeção dos slides no ar;
- (3) Clicar no botão para colocar a sua Sessão AO VIVO no YouTube.

Avise seus palestrantes quando o tempo deles estiver acabando! Obedeceremos aos horários da Programação.

PROGRAMAÇÃO CULTURAL

⇒ **Happy Hours**

Todos os dias, às 19h00, venha bater papo, jogar conversa fora, ouvir música e se distrair!

Confira o Quadro de Programação em <http://www.profnit.org.br/pt/datas> para saber quem serão os anfitriões.

Confira o link das SALAS VIRTUAIS em <http://www.profnit.org.br/pt/datas>.

⇒ **Bem Estar Físico**

Técnicas para não Cansar os Olhos no Computador e Celular (<https://www.youtube.com/watch?v=zZZ0-Jryh6s>).

Musculação para Olhos (<https://youtu.be/x9ZHQdfdx>).

Alongamentos para quem usa o computador (<https://www.youtube.com/watch?v=QH20ka8mVGE>).

Exercícios para Aliviar Dor nas Costas e Lombar (<https://www.youtube.com/watch?v=VhU9zFxu46U>).

Estabilização da Coluna Vertebral (<https://youtu.be/OAYC-Z5YLKo>).

Destrave sua Coluna (https://www.youtube.com/watch?v=4Sdaa_jNrqc).

Ginástica em família com Sabrina Sato e Dona kika Sato (<https://www.youtube.com/watch?v=9WiOkJvHdq>).

Exercícios fáceis no sofá (<https://www.youtube.com/watch?v=MvvJEwxElrk>).

Ginástica na Pandemia PUCPR (https://www.youtube.com/watch?v=bs_8EzE-Ws0).

Ginástica Fácil para Emagrecer Idosos (<https://www.youtube.com/watch?v=uBYGN567TJg>).

Exercícios para a quarentena da terceira idade (<https://www.youtube.com/watch?v=7EN6BQofqfE>).

⇒ *Missas*

Basílica Santuário de Nazaré (<https://www.youtube.com/user/basilicadenazare>): todos os dias 7h, 18h.

Santuário Nacional de Aparecida (<https://www.youtube.com/user/santuarionacional>): todos os dias 18h.

Canção Nova (<https://www.youtube.com/user/tvcancaonova>): todos os dias 7h, 3ª e 4ª feira 20h, 5ª feira 19h30.

Santuário Divino Pai Eterno (<https://www.youtube.com/user/tvredevida>): 2ª, 3ª, 5ª, 6ª, e sábado 7h.

Santuário de Fátima, Portugal (<https://www.youtube.com/channel/UCOAJX8pc2fY1S5AqsXvZywg>): todos os dias 7h.

Santo Amaro de Ipitanga (<https://www.youtube.com/channel/UC5UORnjAEtB8RZNR3u--Qg>): 2ª a 5ª 19h.

Sua participação é fundamental.

Neste ano de Pandemia da COVID-19, em que muitos de nós voltamos ao convívio rotineiro com a família, convida todos para participarem com você do nosso evento.

Transforme algumas atividades em momentos familiares agradáveis!

Aproveite bastante, nos ensine, questione, aprenda e divirta-se, afinal, o X ProspeCT&I é um momento único de interação, aprendizado e crescimento!

Desejamos a todos muita saúde, paz e um ótimo evento.

Comissão Organizadora