Universidade Federal do Oeste do Pará
PROGES

CAMPANHA
Janeiro Branco

CONVITE

A Diretoria de Assistência Estudantil da UFOPA convida toda a comunidade acadêmica para participar do Evento ***Janeiro Branco na UFOPA: I Circuito de práticas psicoeducativas e de promoção da saúde mental***, em alusão à campanha Janeiro Branco que objetiva fazer do mês de Janeiro o marco temporal estratégico para que todas as pessoas e instituições sociais do mundo reflitam, debatam, conheçam, planejem e efetivem ações em prol da Saúde Mental e do combate ao adoecimento emocional dos indivíduos e das próprias instituições.

O objetivo do evento é contribuir para a construção, o fortalecimento e a disseminação de uma cultura da Saúde Mental na Universidade por meio de ações diversas que favoreçam a otimização da qualidade de vida e bem-estar geral dos estudantes e demais atores que compõe a comunidade acadêmica.

DATAS: 28/01/19 A 01/02/2019
LOCAIS: Rondon e Tapajós
ATIVIDADES:
- Aula de Yoga e Meditação
- Círculo Acolhedor de Autocuidado
- Mesa interativa com profissionais psicólogos dialogando sobre saúde mental
- Atividades de esporte e lazer
- Sessões de escutatória ao ar livre

SAÚDE MENTAL | SAÚDE EMOCIONAL
CAMPANHA
Janeiro Branco
Quem cuida da MENTE, cuida da VIDA.