1 em cada 4 jovens pode vir a experienciar, ao longo da sua vida, um problema de saúde mental (OMS, 2002).

Os problemas de saúde mental são cada vez mais comuns principalmente nas crianças e jovens. Assim, torna-se importante compreendermos o que é a saúde mental, e combatermos contra o estigma e discriminação de pessoas que experienciam uma doença mental.

O Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) do Agrupamento de Escolas de Matosinhos teve a iniciativa de se juntar à comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental, proporcionando atividades ao longo de uma semana.

As crianças e os jovens que frequentam a nossa escola serão sensibilizados e incentivados a aumentar os seus conhecimentos sobre saúde e doença mental.

Participem e venham celebrar connosco!

Agrupamento de Escolas de Matosinhos

Local: Átrio principal da Escola Básica de Matosinhos

Organização:

SPO: Psicólogas Ana Losada, Débora Leite, Fernanda Moedas

Grupo de alunos/as do 9º ano, que irão fazer parte do "staff" da organização, colaborando, proactivamente na concretização das atividades.

Apareçam! Serão muito bem-vindos/as!

Comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental

A Saúde Mental começa por todos nós!

Semana de 6 a 10 de outubro de 2014

Parcerias:

Programa da semana[1]

Dia 1 – 6 de outubro

- Divulgação do concurso de desenho subjacente ao tema: *"O que é para ti a Saúde Mental?"*.

10h – Inauguração da semana de comemoração do Dia Mundial da Saúde Mental. Apresentação dos cartazes afixados, bem como de uma atividade que irá decorrer ao longo de toda a semana, designada *"Mural das mensagens"*.

Dia 2 – 7 de outubro

- Ao longo do dia continuará a ser promovida a atividade *"Mural das mensagens"*.

10h – Atividade *"Experts de saúde mental"*. Local: átrio principal da escola.

Dia 3 – 8 de outubro

- Ao longo do dia continuará a ser promovida a atividade *"Mural das mensagens"*.

- Prazo de entrega dos desenhos

"Não há Saúde, sem Saúde Mental!"

Dia 4 – 9 de outubro

- Ao longo do dia continuará a ser promovida a atividade *"Mural das mensagens"*.

10h – Atividade *"Caça às frases".*
Local: Recreio ou polivalente.

Dia 5 – 10 de outubro: Dia Mundial da Saúde Mental

Divulgação do/s vencedor/es do concurso de desenho *"O que é para ti a Saúde Mental?"*.

Apresentação do filme de sensibilização "Quarto Minguante" às turmas do 5º, 6º e 7º ano de escolaridade.

10h - Exposição do/s trabalhos vencedores

10.20 – 11.10 – Apresentação do filme de sensibilização "Quarto Minguante", aos alunos das turmas do 8º e 9º ano.

- Debate entre alunos (8º e 9º ano) sobre questões relativas a saúde e doença mental, moderado por Psicólogas e outros profissionais.

Local: Auditório da Escola Básica de Matosinhos

11.10 - Lançamento dos balões com mensagens que se encontravam no "átrio" da escola.

Local: Recreio

Organização

- SPO: Psicólogas Fernanda Moedas, Ana Losada e Débora Leite

- Grupo de alunos do 9º ano, que irá fazer parte do "staff" da organização, colaborando, proactivamente na concretização das atividades.

Local: Átrio principal da Escola Básica de Matosinhos

Apareçam! Serão muito bem-vindos/as!

Contactos:
anaflosada@gmail.com
deboraleite20@gmail.com
fernandamoedasspo@aematosinhos.ccems.pt

[1] Apenas serão realizadas atividades nos intervalos dos horários letivos, excetuando no Dia Mundial da Saúde Mental – 10 de outubro.