

Dia Mundial da Saúde Mental

10 de outubro 2023

UM DIREITO HUMANO Universalmente

ATIVIDADES

- Árvores do bem-estar
- Leve consigo (sala de professores)
- Quiz *Cuida da Tua Saúde Mental* (aulas de Educação Física)
- *Escuta-te, olha-te, sente-te... Decide cuidar de ti!* (turmas de 6º ano)
- Sessão de cinema na BE *Uma Mente Brilhante*, dia 10 de outubro, às 14h30

COMO TE SENTES?

O importante não é vencer todos os dias, mas decidir **não desistir. Sempre.**