

Agrupamento
de **Escolas**
de **Ansião**



Dia + Contigo

12 março 2018, 2ª feira

Projeto de Promoção de Saúde Mental e do
Bem Estar dos Jovens

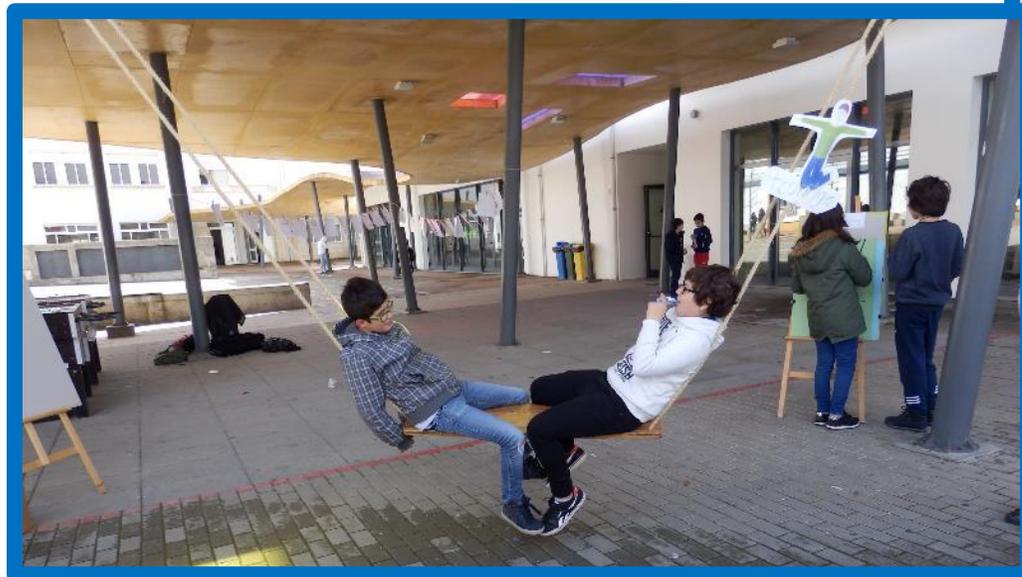
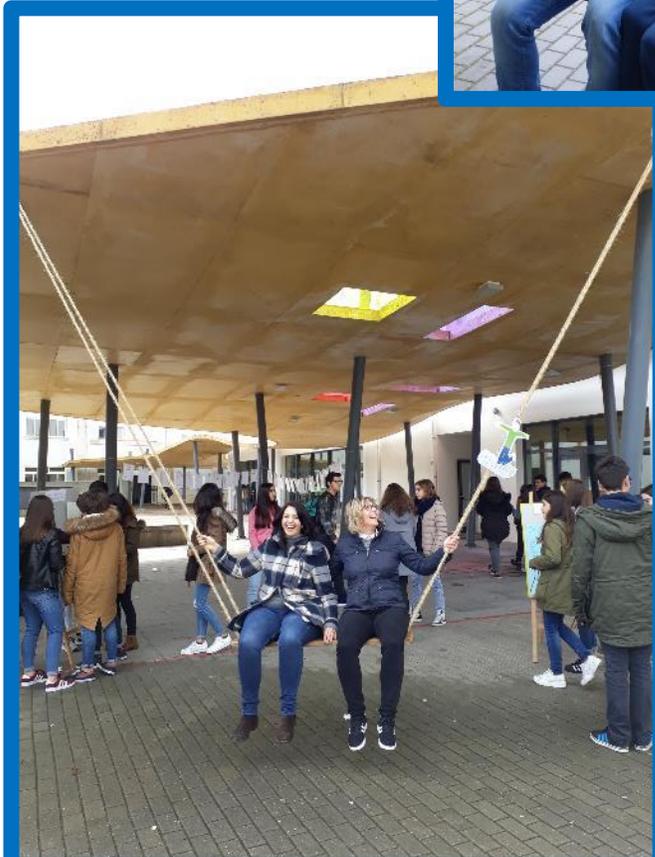


Unidade de Cuidados
na Comunidade de Ansião



Escola Superior de
Enfermagem de Coimbra

Baloïçar e relaxar...

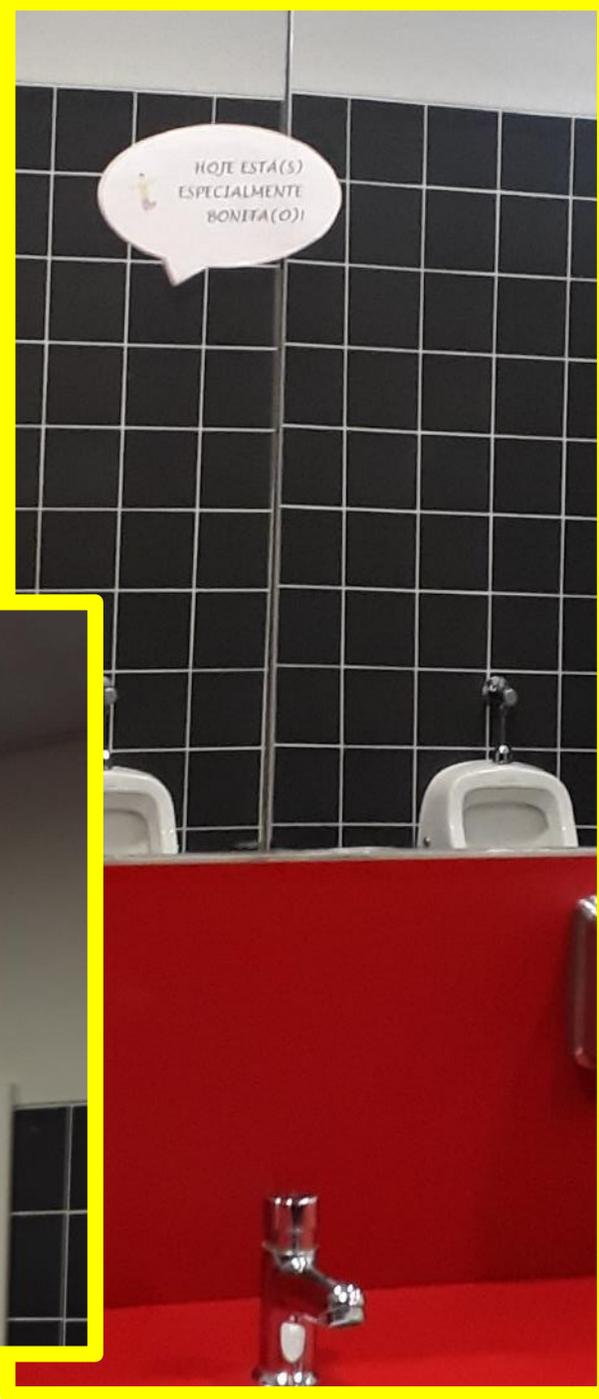


Baloïçar e relaxar...





Espelhos
que fazem
sorrir!



Dia + Contigo
12 março 2018
Sinto-me bem
quando ...
Estou com os meus
amigos.
Descanso

Dia + Contigo
12 março 2018
Sou feliz quando ...
tenho um lar para morar e
uma família para compartilhar
a minha a minha alegria e o
meu coração!

Dia + Contigo
12 março 2018
Para ter saúde
mental ...
Praticar desporto é
fundament

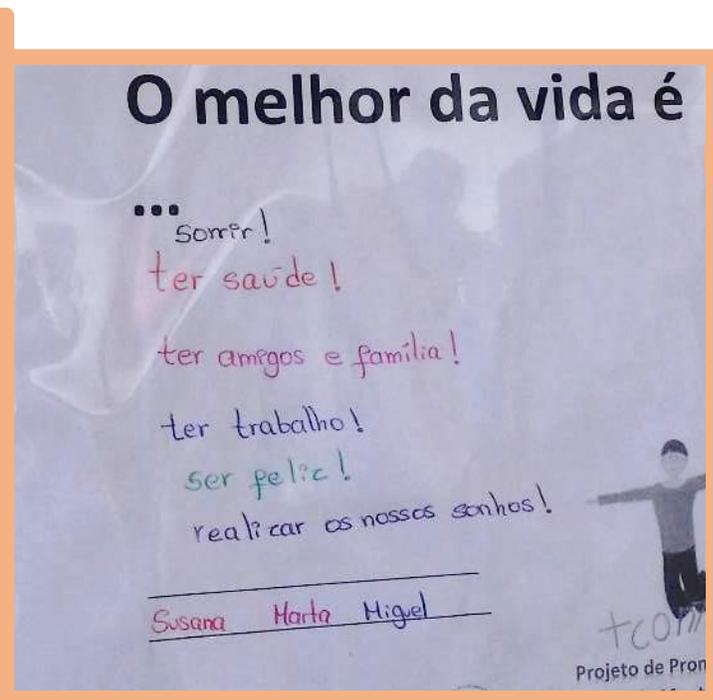
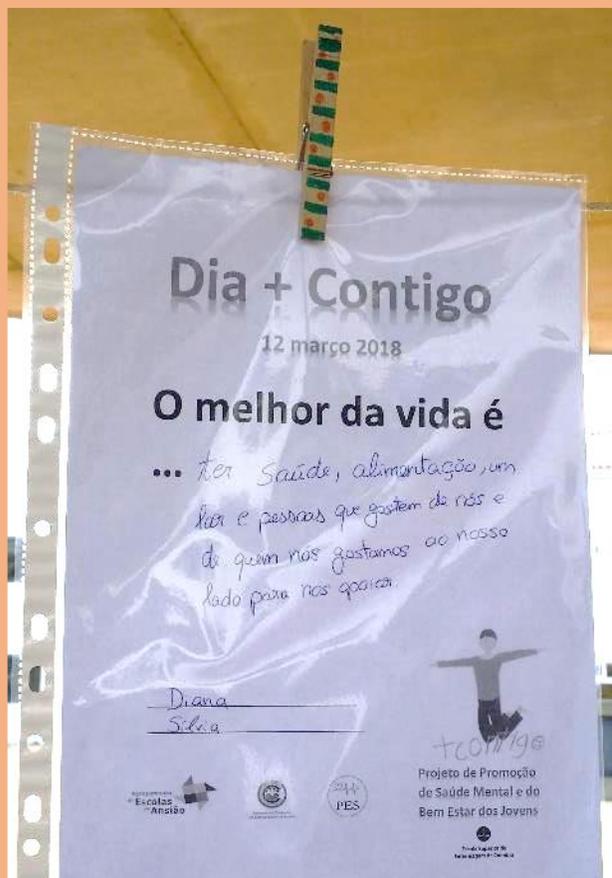
O estendal
da família!

Dia + Contigo
12 março 2018
Sou feliz quando ...
foco os outros felizes

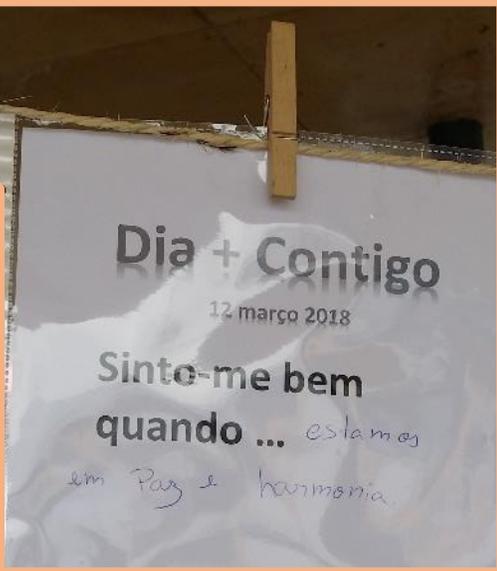
Fância Godinho
Filipina Vora

Dia + Contigo
12 março 2018
Bem estar é ...
Verdadeira harmonia entre a ação
e o pensamento!





O estendal da família!





Como te sientes hoje?





Fotografias felizes...





Fotografias felizes...



Se quiseres combater o stress ando de balaico, Andar de balaico é fixe, Miguel's melhor ainda!

Handwritten notes on a blue board, including names like "Lara", "Lara S.", "Margarida", and "Miguel's".

Regista a tua presença!





Musicar
é como
voar...





Jogar descontraído



Não há mentes perfeitas

Adaptado dos trabalhos das alunas do curso profissional de Técnico Auxiliar de Saúde do 12º ano:

Ana Rodrigues

Andreia Marques

Diana Jorge

Patrícia Jorge

Sandrina Marques

Vânia Rosa



Dia + Contigo

Não há mentes perfeitas!



Adam Levine

- Sofre de **déficit de atenção e hiperatividade**.
- Tem muita dificuldade de concentração.
- Já tinha este problema quando andava na escola.



Não há mentes perfeitas
Dia + Contigo

Winona Rider

- Foi diagnosticada com **cleptomania** (necessidade incontrolável de roubar diversas coisas, inclusive objetos sem valor).
- Também tem crises intensas de **ansiedade**, que se apresentam quando se sente ameaçada.



Não há mentes perfeitas
Dia + Contigo

Angelina Jolie

- Esta atriz sofreu de magreza excessiva e, como consequência, teve de ser internada com o diagnóstico de **anorexia nervosa**.
- Já passou por uma grande **depressão** quando a mãe morreu.



Não há mentes perfeitas
Dia + Contigo



"Eu acho que o meu propósito na Terra é alertar as pessoas e ampliar a consciência sobre um problema que muitas pessoas não falam!"

Demi Lovato

Não há mentes perfeitas
Dia + Contigo

Dia + Contigo

12/03/2018

**Projeto de
Promoção
de Saúde
Mental e
do Bem
Estar dos
Jovens**

