

2018

Agenda de Promoção da Saúde Mental e Emocional

Espaços
de Interação e
Reflexão
PARTICIPE!



ANSIEDADE

- **Workshop Temático**
 - Data: *entre os dias 01 a 05/10 (a definir)*
 - Horário: a definir
 - Local: PRACE (UFOP)
- Profissional: Patrícia Rezende (PRACE)
 - Contato: orientacaoestudantil.prace@ufop.edu.br

VAMOS CONVERSAR?

- **Emoções na Universidade: vamos conversar?**
 - Data: 10/10
 - Horário: 10h e 14h
- Profissional: Leandro Henriques (PRACE)
 - Contato: orientacaoestudantil.prace@ufop.edu.br

COMO VAI VOCÊ?

- **Programa de apoio emocional e prevenção do suicídio**
 - Data: *quarta a domingo*
 - Horário: 08h às 11h
- Local: Praça Cesário Alvim, s/n - Estação de Ouro Preto
 - Contato: cvv.naviop@gmail.com
 - Instituição Mantenedora: NAVIOP

YOGA DEART

- **Investigo Eu: autoconhecimento através de Kundalini Yoga**
 - Data: *quarta-feira*
 - Horário: 17h às 18h30
- Local: DEART (UFOP)
 - Profissional: Profa. Dra. Livia Echternacht
 - Contato: kundaliniyoganaufop@gmail.com

YOGA CLIMATÉRIO

- **YOGA para Mulheres no Climatério (UFOP)**
 - Datas: *todos os dias*
 - Horário: **horários variados**
 - Local: Escola de Farmácia, DEART e Cedufop
- Contato: aalimaufop@gmail.com

YOGA CEDUFOP

- Data: *terça e quinta*
 - Horário: 7h30 às 8h30
 - Local: CEDUFOP (UFOP)
- Profissional: Geraldinho
 - Contato: jose.geraldo@ufop.edu.br

AERODANCE

- **Aerodance (UFOP)**
- Data: *segunda e quarta*
- Horário: 17h às 18h
- Local: CEDUFOP
- Contato: albenanunes@hotmail.com

ARTESANATO

- **Oficinas de artesanato para mulheres**
- Data:
- *segunda* (crochê)
- *terça* (tricô)
- *quarta* (biscuit)
- *quinta* (petwork e bordado livre)
- *sexta* (pintura em tecido)
- Horário: de 13h às 17h
- Local: Instituto SIAME
- Profissional: Silvania Rossi
- Contato: 31 3551-6245

VOLEIBOL

- **Voleibol Universitário**
- Data:
- *terça* - 12h às 14h
- *quinta* - 12h30 às 14h
- Local: CEDUFOP (UFOP)
- Profissional: Profa. Jamille Locatelli
- Contato: jahefi@ufop.edu.br

FUTSAL

- **Escola de FUTSAL**
- Data: *quarta e sexta*
- Horário: 08h às 10h
- Local: CEDUFOP (UFOP)
- Contato: www.facebook.com/escola.defutsalufop

FORRÓ DE OURO

- **Projeto de Dança**
- Data:
- *terça* - 18h - ICBS/Mariana
- *sexta* - 18h - CEDUFOP
- Contato: <https://www.facebook.com/forrodeouroufop/>

DIA D

- **Prevenção ao Suicídio**
- Data: 27/09
- Horário:
- 13:30h - Yoga na PRACE - Profissional: Geraldinho
- 15:30h - Roda de Conversa: *Vamos conversar sobre suicídio?* - Local: PRACE - Profissional: Leandro Henriques (PRACE)

**TRANSTORNO
DEPRESSIVO:
PREVENÇÃO AO
SUICÍDIO**

- **AÇÕES - PROJETO
ComTATO**

- Data: Mês de setembro
- *segunda*: 07:30h às 08h e 13h às 13:30h
- *terça*: 07:30h às 08h e 13:30h às 14h
- *quarta*: 07:30h às 08h
- *quinta*: 07:30h às 08h e 13h às 13:30h
- *sexta*: 08h às 08:30h e 13h às 13:30h

- Local: Sala de Espera do Centro de Saúde da UFOP

VIVA

**"Porque sem saúde
mental
não há saúde".**

#ufopcomvoce