

# O Dia Mundial da Saúde Mental

## 10 de outubro 2018

### Programa

### Dá tua opinião!

#### No Polivalente

**Conversa com a Psicóloga do Agrupamento – 10h30**

O que é para ti a Saúde Mental?

O que devemos fazer para promover a Saúde Mental?

Música/Atividade Física

#### Sala de Aula

O que é para ti a Saúde Mental?

O que devemos fazer para promover a Saúde Mental?

Música/Filme/Poema

**Sala de Professores: 10h15-10h20- Música de Relaxamento.**



**SAÚDE MENTAL**  
**UM DIREITO DE TODOS**