

Dia Mundial da Saúde Mental

No dia 10 de outubro, assinalou-se o Dia Mundial da Saúde Mental.

Neste âmbito, o Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) do Agrupamento de Escolas D. Lourenço Vicente (AEDLV) promoveu uma iniciativa dedicada a reforçar a importância da saúde mental dos professores.

As atividades decorreram na sala de professores das Escolas João das Regras e de Ribamar, onde foram disponibilizadas frases inspiradoras e cartazes com o objetivo de sensibilizar a comunidade educativa e promover o bem-estar no contexto de trabalho.

A ação procurou tornar este dia mais positivo e reflexivo, destacando a relevância de pequenas práticas e atitudes diárias que contribuem para o equilíbrio emocional e a qualidade de vida.

O Serviço de Psicologia e Orientação agradece a colaboração e participação de todos os docentes, cuja abertura e envolvimento contribuíram para o sucesso da iniciativa.

Que este dia nos recorde a importância de cuidarmos de nós mesmos e uns dos outros — todos os dias.

As Psicólogas

Priscilla Cavalheiro e Rosália Alves

Serviço de Psicologia e Orientação- AEDLV



Dia Mundial da Saúde Mental com o 1ºciclo

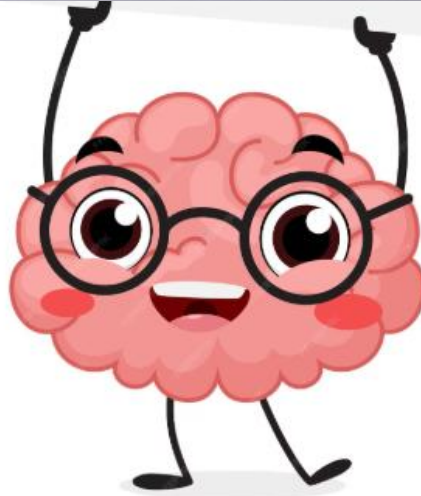
No âmbito da continuação das comemorações do Dia Mundial da Saúde Mental, o Serviço de Psicologia e Orientação do Agrupamento, através das psicólogas Priscilla Cavalheiro e Rosália Alves, promoveram uma atividade com os alunos do 4.º ano dedicada à importância de cuidar da saúde mental.

As crianças assistiram ao vídeo “A Saúde Mental explicada às crianças – Eu sinto.me”, posteriormente refletiram sobre o tema e criaram desenhos que deram origem a painéis coletivos das turmas.

No final, levaram para a casa um panfleto informativo com dicas e estratégias de bem-estar, para partilhar com as suas famílias.

A iniciativa contou com a colaboração e disponibilidade dos professores titulares do 1.º ciclo e o incentivo da Direção do Agrupamento.

Uma experiência que promoveu a empatia, o equilíbrio e o bem-estar entre todos!



Dia Mundial da Saúde Mental 10 de outubro

E.B1- Lourinhã

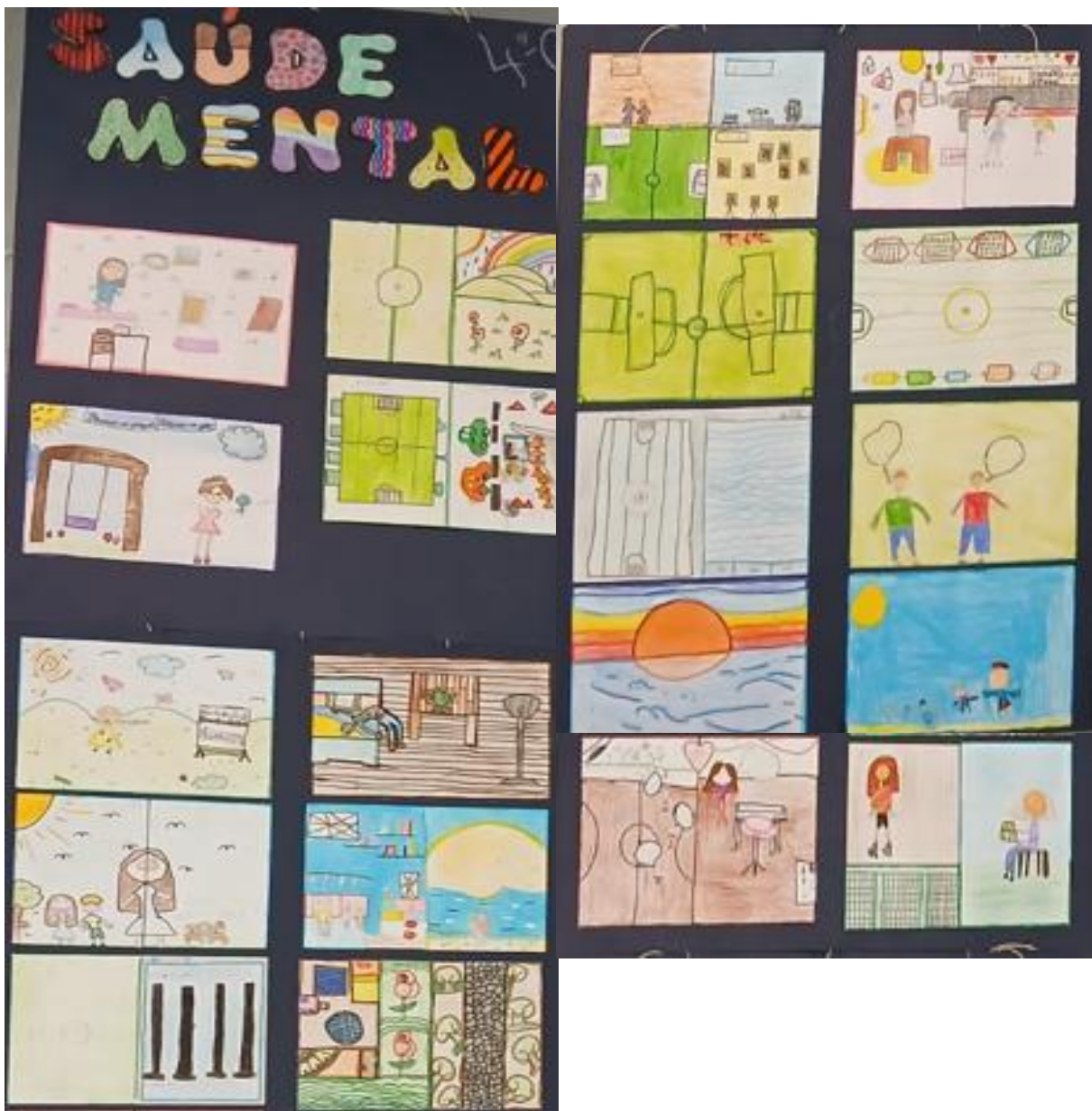
Professora Cláudia Pinto - 4ºA



**Dia Mundial
da Saúde
Mental**



Professora Guida Pereira- 4ºC



Professora Cláudia Mesquita Pinto- 4ºD



E.B 1 Ribamar

Professora Joana Luís

Turma RIB - 4b



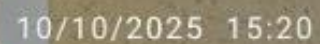
Professor Luís Ferreira- 4ºA



Professora Mónica Faleiro



Professora Paula Santos



Professor Bruno Silva

Professora Filipa Alexandre

[illegible]

Trabalho coletivo
Turma ViM-A
10-10-2025



E.B 1 Casal Novo

Professora Ilda Carvalho

