

**DIA MUNDIAL DA SAÚDE MENTAL**

# AbreMente

**10 OUTUBRO**

**“À CONVERSA SOBRE SAÚDE MENTAL:  
BOAS PRÁTICAS NA REGIÃO CENTRO”**

📍 AUDITÓRIO IPDJ DE VISEU

## PROGRAMA

**9H15**

Abertura do  
Secretariado

**9H30**

Welcome Coffee

**10H00**

Sessão de Abertura  
Leonor Barata,  
Vereadora da Ação  
Social do Município  
de Viseu

**10H30**

**SAÚDE SEM TETO**

Joana Andrade, Saúde  
em Português –  
Delegação Regional do  
Centro

**10H50**

**ECOS DE EMOÇÕES  
POSITIVAS**

Sofia Francisco,  
Câmara Municipal da  
Lousã

**11H10**

**BEM-ESTAR E ESTAR  
BEM NA ESCOLA**

Carla Martins e Inês  
Sampaio, Observatório  
do Bem-Estar

**11H30**

**PEQUENINOS FELIZES –  
FAMÍLIAS FELIZES**

Carla Plácido Pitt,  
Lugar dos Pequenos –  
Associação de Promoção  
Social do Vale do  
Mondego

**11H50**

NetWorking

**12H30**

Almoço Livre

**14H00**

**TROCADOR DE  
HISTÓRIAS**

Zé Pedro Ramos,  
5aOficina

**14H30**

**EDUCAR EMOÇÕES**

Madalena Duarte,  
Agrupamento de Escolas  
de Viseu, Viseu

**14H50**

**CONECTAR PARA SE  
CUIDAR: O EDU4HEALTH  
E A SAÚDE MENTAL EM  
TEMPOS DIGITAIS**

Lúcia Pombo,  
Universidade de Aveiro

**15H10**

**ALTAMENTE  
SAUDÁVEIS. UBI**

Paula Saraiva  
Carvalho, Universidade  
da Beira Interior

**15H30**

**SER INTERIOR**

Sérgio Viana,  
Presidente da  
Delegação Regional do  
Centro da Ordem dos  
Psicólogos Portugueses

**16H00**

Final Coffee com  
NetWorking

ORGANIZAÇÃO:



COLABORAÇÃO:

