

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS LIMA-DE-FARIA

MentalMente Bem

No âmbito do *Projeto de Educação para a Saúde e Sexualidade* e do *Parlamento dos Jovens* que, no presente ano letivo, debate a "Saúde Mental nos Jovens: Que desafios? Que respostas?", a estudante de psicologia Leonor Duarte dinamizou, na passada quinta-feira, dia 17 novembro, uma palestra, na qual não só esclareceu a noção de saúde mental, mas também desconstruiu algum senso comum que ainda impera neste domínio.

De uma forma lúdica aludiu, ainda, à forma como as redes sociais afetam a saúde mental, deixando orientações para que cada pessoa se torna resiliente e saiba lidar com as adversidades que enfrenta ao longo da sua vida.

Os alunos, presentes nesta atividade, elogiaram a palestrante e referiram que a sessão se revelou como uma mais-valia para aprofundarem as suas propostas eleitorais.

