Prezada Comunidade Acadêmica,

Uma folha em branco representa a oportunidade de recomeçar! Esse é o propósito da iniciativa 'Janeiro Branco', adotada pela Universidade Federal dos Vales do Jequitinhonha e Mucuri. A

campanha busca sensibilizar os membros de sua comunidade acadêmica sobre a relevância de estar atento às emoções e de como os cuidados diários podem contribuir significativamente na prevenção de questões emocionais.

A Lei Janeiro Branco (14.556/23) trouxe maior visibilidade para campanhas nacionais realizadas durante o mês de janeiro, ampliando a abordagem sobre a importância da promoção de hábitos saudáveis, ambientes positivos e relações saudáveis. Além disso, busca reduzir o estigma em torno do tratamento das emoções.

Nesse sentido, convidamos a todos para participarem da **Programação da Campanha do Janeiro Branco 2024 na UFVJM** .
Acesse a Página da Campanha e faça a sua inscrição nos eventos ofertados.

Não fique de fora! Participe!

Realização: Divisão de Promoção à Saúde e Qualidade de Vida Diretoria de Atenção à Saúde e qualidade de Vida no Trabalho

Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas