



*Janeiro
Branco
2024*

Eu, o outro e um
mundo sustentável

**Saúde mental
também é
coletividade**

 **UFVJM** | Pró-Reitoria de Gestão
de Pessoas

 **10** ANO
PELA
SAÚDE
MENTAL

Falar sobre saúde mental é falar sobre afirmação da vida, afirmação do Eu, da Existência do Outro, das relações sociais e do entorno que nos cerca e não apenas e necessariamente sobre práticas terapêuticas exitosas, instituições especializadas em comportamentos. É preciso falar sobre a realidade e as condições de vida e sobrevida social, acesso e manutenção ao trabalho e renda, das diversas formas de violências.

(...) “É preciso falar sobre o que atravessa a vida pra falar sobre saúde mental. Saúde mental não é dor de cabeça, não é apenas insônia, não é apenas estresse, é também política pública, projeto de sociedade, acesso às relações familiares, ao afeto(..)”

Neste janeiro, que tal olhar para si com afeto, para o outro com respeito e para o mundo com esperança?

Em 2024, tire um tempo pra si... Dedique-se a ser solidário e seja participativo socialmente na luta pelos direitos universais. Cobre das autoridades mais políticas de saúde, qualidade de vida e bem-estar. Isso também é saúde mental!