



MUDE1 HÁBITO

Unimed
Belo Horizonte

Novembro Azul

Saúde Mental do Homem

Renan Senra Barbosa 31 9 9694 9312

DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO DO CONSELHO FEDERAL DE MEDICINA NO 1595/2000 E RESOLUÇÃO DA DIRETORIA COLEGIADA DA ANVISA NO 96/2008, EU DECLARO OS SEGUINTE POTENCIAIS CONFLITOS DE INTERESSE: EVENTO PATROCINADO PELA UNIMED-BH. ESTA APRESENTAÇÃO REFLETE A MINHA OPINIÃO PESSOAL, TEM POR OBJETIVO PROPICIAR UMA DISCUSSÃO CIENTÍFICA INDEPENDENTE E NÃO SE DESTINA A PROMOVER QUALQUER PRODUTO OU INDICAÇÃO DE PATROCINADORES DESTA CONFERÊNCIA.

Unimed
Belo Horizonte



1. Silêncio dos homens e seus impactos.
2. Vida saudável e trabalho.
3. Corpo e mente.

Breve exercício:

Imaginação Criativa

Se perceba, se posicione,
assuma mais de seu interior!

O Silencio atribuído aos homens e seus impactos

*Se a gente não fala, a gente
explode.
O corpo em movimento!*

É preciso que a gente
assuma riscos de falhar.

*É preciso ter opinião na vida
e dela participar*

*Se não for você,
Então quem?*

Vida saudável e Trabalho, Estilo de vida e Escolhas.

*Tudo na vida é escolha nossa!
Se não agora, então quando?*

O objetivo é ficarmos juntos e ficarmos bem!

Para melhorar, temos que ser parte ativa, assumir os desafios juntos, participar, nos envolver.

A consciência hoje nos mostra o dever do respeito

A noção de igualdade

A expressão dos sentimentos

A assunção da responsabilidade

Nossa vida precisa estar
ativa e bem cuidada.

*Falar de si, se soltar, se envolver
nas soluções à sua volta.*

Novembro azul é tempo de atenção integral:

Saúde mental, boa alimentação, bom sono, exercícios, controle do estresse, dos vícios e cultura ativa de paz, de amor próprio.

Avalie esta atividade!

Gostaríamos de saber a sua opinião quanto a esta atividade que acabou de assistir e participar.

Leia o Código QR ao lado ou acesse no navegador do seu celular o endereço abaixo:

mindse.com.br/avaliacao



**AVALIE ESTA
ATIVIDADE!**

MINDSE.COM.BR/AVALIACAO

Unimed
Belo Horizonte

Obrigado!

Renan Senra Barbosa

Psicólogo, mestre em Educação

(031)9 9694 9312

OBRIGADA!



Acesse o
QR CODE e
conheça
todas as
iniciativas

Unimed
Belo Horizonte