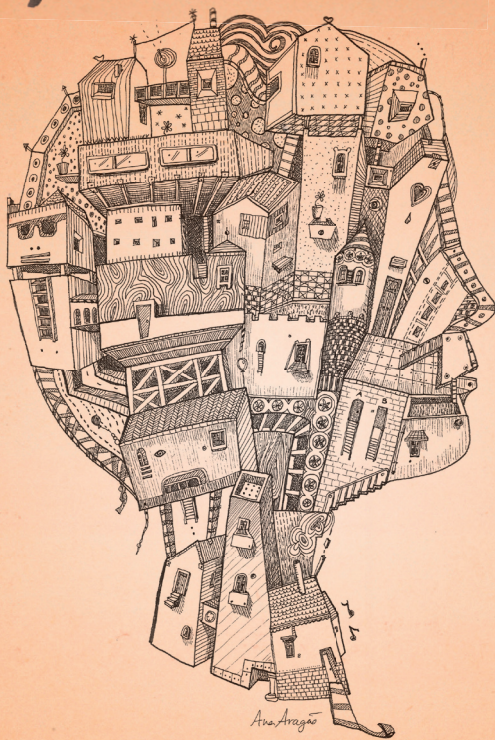


+ Saúde Mental



para todos

Todos os dias fazemos coisas que promovem a nossa Saúde Mental e muitas vezes nem paramos para pensar como isso é importante. Passeamos, dançamos, cuidamos de nós, namoramos, trabalhamos, estamos com os outros, estamos sós, pedimos ajuda, oferecemos ajuda, pensamos, agimos...

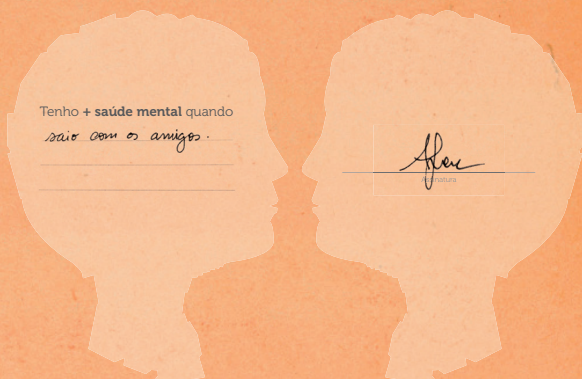
No dia 10 de outubro, Dia Mundial da Saúde Mental, vamos mostrar no Porto o que podemos fazer em conjunto e juntar todas as cabeças numa só para criar uma estrutura 3D que poderás visitar!

Põe a tua cabeça a mexer, escreve o que fazes pela tua saúde mental, assina por nós e faz-nos chegar a tua parte!

Objectivo | Construir uma estrutura 3D de grandes dimensões que seja composta por milhares de cabeças iguais à que acompanha esta carta.

Procedimento | Para contribuir para a construção desta estrutura deve:

- Completar a frase “Tenho + saúde mental quando _____” inscrita na cabeça que acompanha a carta.
- Rubricar o verso da cabeça que acompanha a carta.
- Colocar a cabeça que acompanha a carta no envelope de resposta referindo o seu primeiro e último nome no remetente e colocar no correio no máximo até dia 31 de agosto.
- Só poderão integrar a estrutura as participações que apresentem todos os pontos anteriores preenchidos.



Exposição | A estrutura será apresentada a 10 de outubro de 2016 – Dia Mundial da Saúde Mental – num local público da cidade do Porto a anunciar e acompanhada por um mural com identificação de todos aqueles que colaboraram na sua construção através do preenchimento e envio da cabeça que acompanha a carta.

