Setembro Amarelo: Crav realiza ação “Florescendo em Saúde Mental” com referenciadas

Date : 25-09-2024

Orquidário Zilda Gusmão

Com o objetivo de refletir e promover a saúde mental, o Centro de Referência Albertina Vasconcelos (Crav) realizou, nesta quarta-feira (25), no Orquidário Zilda Gusmão, o passeio “Florescendo em Saúde Mental” com as referenciadas do serviço e mulheres da comunidade. O evento faz parte da programação do Setembro Amarelo, momento propício para falar das emoções e fazer com que elas floresçam.

A ação contemplativa contou com o apoio da equipe do Núcleo de Apoio à Saúde do Trabalhador (Nast) e da assistente social e terapeuta comunitária intensiva, Ana Bárbara Macedo Ataíde, que realizou um momento de reflexão sobre a saúde mental e um piquenique no espaço.

Monique

Hernandes

Ana Bárbara

"Esse passeio é uma maneira de promover um momento para falar da saúde mental de forma leve e acolhedora", explicou a coordenadora municipal do Crav, Monique Cajaíba, que também lembrou que o Centro de Referência oferta, durante todo ano, grupos terapêuticos às mulheres vítimas de violência doméstica, além de suporte psicológico, social e jurídico.

Para o psicólogo do Nast, Hernandes de Amorim Mendonça, falar do autoextermínio no Setembro Amarelo não é estimular as pessoas a cometerem o ato, mas sim refletir sobre essa situação que, muitas vezes, são elaboradas. “Nossa proposta aqui é voltar o olhar pra si, esse olhar de cuidado com a saúde mental, pois, cuidando da mente, cuidando do seu corpo, integrado com o meio que você está, isso faz com que você consiga muito mais recursos para buscar estratégias. Todas essas ferramentas ajudam no processo de prevenção, para que não se chegue à consumação do ato”, disse.

“Para mim é muito importante este contato com outras mulheres que passam pela mesma situação. Eu fico muito feliz quando estes encontros acontecem fora do Crav, porque Conquista tem muitos lugares bonitos como estes aqui que eu não conhecia”, disse Cléo Lopes, que participa do Crav desde 2011, e estava presente no evento.