



Promoción
de la salud
mental
y prevención del
suicidio

Súmate a la campaña y al cuidado de la vida

PROGRAMACIÓN MES DE SEPTIEMBRE

Martes 8 ♥

 **San Juan Eudes**

Mi lugar Seguro

Espacio para hacer una pausa, respirar, reconocer cómo te sientes y aprender herramientas de regulación emocional

 **10:00 a. m. a 3:00 p. m.**

Miércoles 9 ♥

 **Ciudadela C4TA**

Memes del estado de ánimo

Diseña tus propios stickers, expresa lo que sientes e intercambia historias con los demás.

 **10:00 a. m.
a 4:00 p. m.**

***Abierto a estudiantes de todas las IES**

Jueves 10 ♥

 **Sede Robledo**

El baile de los tímidos

Utiliza la rima para tramitar la rabia con elementos del hip-hop y de las músicas urbanas

 **10:00 a. m.
a 12:00 m.**

Memes del estado de ánimo

Diseña tus propios stickers, expresa lo que sientes e intercambia historias con los demás

 **10:00 a. m.
a 4:00 p. m.**

Fan Experience

Escuela Nacional del Grito + Tatequieto

Herramientas para la gestión emocional como: Grita lo que Sientes, Posters Gritones, Calibrador de decibeles o Tatequieto (personaje)

 **10:00 a. m.
a 4:00 p. m.**

Martes 15 ♥

 **Sede Robledo**

Moldea tus emociones con plastilina

Alegría, Tristeza, Rabia o Miedo moldea alguna de estas emociones y resignificala

 **12:00 m.
a 2:00 p. m.**

***Abierto a toda la comunidad Colmayor**

Miércoles 16 ♥

Escuchadero - Robledo

Alcaldía de Medellín

 **9:00 a. m.
a 4:00 p. m.**

Mi Lugar Seguro - C4TA

Espacio para hacer una pausa, respirar, reconocer cómo te sientes y aprender herramientas de regulación emocional

 **10:00 a. m.
a 4:00 p. m.**

¡Te queremos vivo para cantarlo! - Virtual

Pautas prácticas de autocuidado y salud mental y gestión de las emociones

 **4:00 p. m.
a 6:00 p. m.**

Súmate a las actividades de este mes y espera pronto la programación del mes de octubre

