

SAÚDE MENTAL

- ▶ "Conceito complexo que envolve dimensões como viver com satisfação, usufruir das suas capacidades e ter trabalho útil";
- ▶ "Viver com alegria";
- ▶ "Estar bem comigo próprio";
- ▶ "Andar de cabeça erguida".

DOENÇA MENTAL

- ▶ "Pode constituir um diagnóstico que através de sinais e sintomas permitem ao profissional de saúde mental compreender a pessoa e atuar da melhor forma";
- ▶ "Os sinais nem sempre são visíveis".

RELAÇÃO ENTRE SAÚDE MENTAL E DOENÇA MENTAL

- ▶ "Podemos passar por fases de preocupação excessiva e sofrimento psicológico, sem ter uma doença mental. Por sua vez, pessoas com doença mental passam por diferentes fases, não contínuas, podendo estar em posse de uma sólida saúde mental";
- ▶ "Doença mental não implica ausência de saúde mental".

A DOENÇA MENTAL NÃO É LIMITE

- ▶ "Posso estudar, pude-me casar"
- ▶ "...porque há superação!"
- ▶ "A Doença Mental não pode ser nunca uma barreira ao exercício da cidadania"
- ▶ "A Doença mental não define uma pessoa"

ESTE MARCADOR TEM CONTRIBUTOS TÉCNICOS E TESTEMUNHOS DE PESSOAS COM EXPERIÊNCIA EM DOENÇA MENTAL. ASSISTA AO EPISÓDIO DA CAMPANHA ATRAVÉS DAS NOSSAS REDES SOCIAIS.

EPISÓDIO 1: "ANDARÃO A SAÚDE E A DOENÇA MENTAL DE MÃOS DADAS?"

