

**SEDUC**  
Secretaria de Estado  
da Educação

GOVERNO DE  
**GOIÁS**  
O ESTADO QUE DÁ CERTO

# NÃO SOFRA EM SILÊNCIO

Falar é a Melhor Solução!



## Expediente

Governador de Goiás  
**Ronaldo Ramos Caiado**

Vice-Governador de Goiás  
**Daniel Vilela**

Secretaria de Estado da Educação  
**Aparecida de Fátima Gavioli  
Soares Pereira**

Secretária Adjunta  
**Helena da Costa Bezerra**

Chefe da Procuradoria Setorial  
**Oberdan Humberton Rodrigues Valle**

Diretora de Política Educacional  
**Patrícia Moraes Coutinho**

Diretora Pedagógica  
**Márcia Rocha de Souza Antunes**

Diretor Administrativo e Financeiro  
**Andros Roberto Barbosa**

Chefe da Comunicação Setorial  
**Marcley Rodrigues de Matos**

Superintendente de Gestão e  
Desenvolvimento de Pessoas  
**Hudson Amarau de Oliveira**

## Elaboração

Chefe de Núcleo de Segurança e Saúde  
do Servidor e do Estudante:  
**Jaqueline Rocha Corneti do Vale**

Coordenadora de Atenção ao Estudante:  
**Adalgiza Erse Campos Tavares Corsino  
de Souza**

Coordenadora de Comunicação e  
Redes Sociais  
**Maria José Rodrigues**

Diagramação e Projeto Gráfico  
**Alexandra Rita Ap. Ar. de Souza**



A campanha Setembro Amarelo tem como objetivo estimular o diálogo sobre a temática de valorização à vida e prevenção ao suicídio.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o suicídio é a única causa de mortalidade que não teve redução no número de casos nos últimos 50 anos.

Esse cenário aponta a necessidade de tratar esse tema de forma contínua, ampliando as políticas públicas de prevenção e promoção da saúde mental.

A escola é um importante espaço de aprendizagem, acolhimento, escuta e promoção do diálogo sobre valorização da vida.

Por que a escola deve promover o diálogo e reflexão sobre valorização à vida?

- 1)** Auxiliar na promoção da autoestima dos estudantes, ajudando-os a se reconhecerem por meio de suas habilidades e potencialidades. Dessa forma, contribuir no fortalecimento do protagonismo juvenil e na construção de seus projetos de vida;
- 2)** Incentivar atividades que oportunizem aos estudantes expressarem suas emoções por meio da música, teatro, dança, poesia, artes plásticas e produções textuais;
- 3)** Promover a prática de atividades físicas na rotina auxilia na melhoria do humor e na redução de riscos ao adoecimento emocional dos estudantes;
- 4)** A escola, muitas vezes, identifica sinais de sofrimentos em seus estudantes, pois normalmente isso afeta o seu rendimento escolar e a convivência entre colegas, professores e servidores, influenciando diretamente no clima escolar. É fundamental o acolhimento e a promoção de práticas que estimulem o diálogo e pedidos de ajuda, quando o estudante não se sentir bem emocionalmente, para que sejam realizados os encaminhamentos à rede de apoio para iniciar o tratamento adequado.





Sugestões de atividades sobre valorização à vida no contexto escolar

- 1) Árvore dos Elogios:** Desenhe uma árvore grande em papel e cole na parede. Peça aos alunos que escrevam elogios sobre seus colegas e cole nas folhas das árvores. Essa atividade promove o clima positivo em sala de aula, apoio mútuo e fortalece os vínculos afetivos;
- 2) Gincana das Histórias Positivas:** Peça aos alunos que formem duplas e compartilhem uma história e/ou memória positiva de sua própria vida. Posteriormente, eles compartilham as histórias com o grupo. Isso favorece momentos saudáveis e felizes, fortalecendo a autoestima;
- 3) Cartas Afetivas:** Peça aos alunos que escrevam cartas carinhosas de apoio uns aos outros. Distribua as cartas de forma anônima, criando um espaço de acolhimento, apoio e fraternidade;
- 4) Caminho do Amor Próprio:** Faça um caminho no chão do ambiente escolar com folhas sulfites ou coloridas. Em cada folha, escreva um elogio ou qualidade sobre cada aluno. Convide os alunos a caminharem pela trilha enquanto ouvem os elogios. Essa dinâmica auxilia no fortalecimento da autoestima.

# Sugestões de materiais de apoio sobre saúde mental

## FILMES:

### As Vantagens de ser Invisível



Um jovem tímido se esconde em seu próprio mundo até conhecer dois irmãos que o ajudam a viver novas experiências. Embora esteja feliz nessa nova fase, ele não esquece as tristezas do passado, que têm origem em uma chocante revelação.



### O Mínimo Para Viver

Uma jovem está lidando com um problema que afeta muitos outros no mundo: a anorexia. Sem perspectivas de se livrar da doença e ter uma vida feliz e saudável, a moça passa os dias sem esperança. Porém, quando ela encontra um médico não convencional que a desafia a enfrentar sua condição e abraçar a vida, tudo pode mudar.



### Divertida Mente

Com a mudança para uma nova cidade, as emoções de Riley, que tem apenas 11 anos de idade, ficam extremamente agitadas. Uma confusão na sala de controle do seu cérebro deixa a Alegria e a Tristeza de fora, afetando a vida de Riley radicalmente.

## Up - Altas Aventuras



Carl Fredricksen é um vendedor de balões que, aos 78 anos, está prestes a perder a casa em que sempre viveu com sua esposa, a falecida Ellie. Após um incidente, Carl é considerado uma ameaça pública e forçado a ser internado. Para evitar que isto aconteça, ele põe balões em sua casa, fazendo com que ela levante voo. Carl quer viajar para uma floresta na América do Sul, onde ele e Ellie sempre desejaram morar, mas descobre que um problema embarcou junto: Russell, um menino de 8 anos.

### MÚSICAS:



“Oração ao Tempo” - Maria Gadú /

“Alma” - Zélia Duncan /

“O Sol” - Vitor Klein /

“Campo de Batalha” - Móveis Coloniais de Acaju

“O que é, o que é?” - Gonzaguinha

“Daqui só se Leva o Amor” - Jota Quest



*Escolas unidas  
em apoio à vida!*

**SEDUC**  
Secretaria de Estado  
da Educação

GOVERNO DE  
**GOIÁS**  
O ESTADO QUE DÁ CERTO