**VIVÊNCIA CATARSE**

 O evento foi realizado no dia 08/03/2021, no Patrimônio Histórico Memorial do Mercosul Serra da Barriga.

**Diretriz:** Valorização do trabalho e do trabalhador

**Tema:** Renascimento Terapêutico

**Público alvo:** Psicólogos da Rede de Saúde Mental.

**Realização:** Secretaria Municipal de Saúde através da Coordenação de Saúde Mental.

**Objetivo:**

Promover a reconexão com a própria essência, encontrando clareza mental, auxiliando no processo de relaxamento físico e mental, provocado pelo tensionamento da pandemia da Covid 19.

 **Metodologias utilizadas:**

Dinâmica do Setenio, Meditação, Yoga, Lian Gong.

**Técnicas responsáveis:**

Luciene de Figueredo - Assistente social, Apoiadora da PNH, Coordenadora da Saúde Mental, Terapeuta Holística.

Edvanea Rocha – Psicóloga, Apoiadora da PNH, Terapeuta comunitária integrativa.



Setenio

Meditação



Técnicas Responsáveis