

Encontro Nacional

UCP2 Mental Health: o que está a mudar na saúde mental e no bem-estar na Universidade Católica

14h15 – Acolhimento

14h30 - Sessão de Abertura

Isabel Braga da Cruz, Pró-Reitora para o Centro Regional do Porto

Paulo Azevedo Dias, Pró-Reitor para o Centro Regional de Braga

Raquel Matos, Diretora da Faculdade de Educação e Psicologia

14h45 – Universidades e Saúde Mental: O Desafio Que Já Não Se Pode Ignorar

Margarida Gaspar de Matos, Professora Catedrática da Faculdade de Ciências Humanas

Conversa com Estudantes

15h45 – Coffee Break

16h15 – O que está a mudar na saúde mental e no bem-estar dos estudantes na Universidade Católica

Apresentação do UCP2 Mental Health - Sistema Integrado de Atividades e Serviços de Saúde Mental e Bem-estar da Universidade Católica

- *Workshops de Literacia em Saúde Mental e Primeiros Socorros Psicológicos*
- *Unidade Curricular UCP2 Be- Desenvolvimento soft skills integrado no percurso académico*
- *Pro - Stress - Gestão do Stress Académico, em parceria com a Escola de Competências de Vida da APsi da UMinho*
- *Plataforma Digital de Apoio Psicológico ao Serviço dos Estudantes*
- *Estudantes com Voz - Lançamento da Call UCP Students' Voices 2025/2026*

17h15 – Assinatura de protocolos institucionais e Encerramento

*Os estudantes receberão posteriormente declaração de participação, por e-mail.