



## Qual a cor da sua emoção?

Quem cuida da mente, cuida da vida!

De janeiro a janeiro:  
saúde mental e emocional  
em movimento na nossa vida.

## Os 5 objetivos da Campanha Janeiro Branco:

1. Fazer do mês de Janeiro o marco temporal estratégico para que as pessoas e instituições sociais reflitam e efetivem ações em prol do combate ao adoecimento emocional dos indivíduos e instituições;
2. Chamar a atenção para os temas da Saúde Mental e da Saúde Emocional na vida das pessoas;
3. Aproveitar a simbologia do início de todo ano para incentivar as pessoas a pensarem a respeito da sua vida e do quanto investem em sua Saúde Mental e Emocional e daqueles que estão ao seu redor;
4. Chamar a atenção das mídias e das instituições sociais para a importância da promoção da Saúde Mental e Saúde Emocional dos indivíduos;
5. Contribuir para a construção, fortalecimento e disseminação de uma "Cultura da Saúde Mental" que estimule a elaboração de políticas públicas em benefício da Saúde Mental dos indivíduos.

## Como o Janeiro Branco pode ajudar as pessoas?

Colocando os temas da Saúde Mental e da Saúde Emocional em máxima evidência na sociedade, contribuindo para o desenvolvimento e a disseminação do conceito de 'psicoeducação' entre as pessoas e as instituições sociais, o que favorecerá o desenvolvimento de políticas públicas relativas ao universo da Saúde Mental em todo Brasil e no mundo, colaborando para a valorização da subjetividade humana e o bem estar emocional dos indivíduos.

