



Setembro Amarelo

MÊS DE PREVENÇÃO AO SUICÍDIO



Como você está se sentindo hoje?

Neste **Setembro Amarelo**, convidamos você a se juntar a nós para **cuidar da sua saúde mental**. Reconhecer o que estamos sentindo, sem julgamentos, é o primeiro passo para ter respostas mais construtivas.

Coloque um post-it em uma das quatro emoções:

MEDO

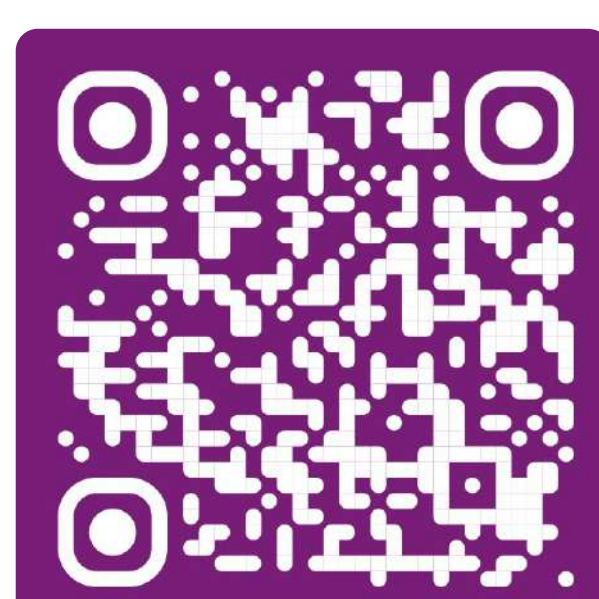
RAIVA

TRISTEZA

ALEGRIA

Isso vai ajudar você em conversas importantes consigo mesmo e com pessoas que você confia **sobre como você está**.

raízen | Bem-Estar



Saiba mais sobre a campanha no site de bem-estar.