



INTERNATIONAL
ADOLESCENT
HEALTH WEEK

CRESER POR DENTRO E POR FORA: FORTALECER A SAÚDE FÍSICA E MENTAL DO ADOLESCENTE

Crescer por
dentro e por fora:
fortalecer
a saúde física
e mental do
adolescente

THRIVING
INSIDE AND OUT:
STRENGTHENING
ADOLESCENT
PHYSICAL AND
MENTAL HEALTH

13-19 OUTUBRO 2025



OUTUBRO

13

Construir Laços/ Distribuir Afetos

Painel “Mensagens para os Adolescentes” - Piso 1, Piso 2 e CE de Pediatria
Mensagens que traduzem afetos- Departamento de Pediatria

14

10H00 - Mover o Corpo

Sessão de Yoga e Movimento Adaptado - Consulta de Pediatria
Enfermeira Ana Rebotim & Enfermeira Mara Ferreira

15

10H00 – “Entre tintas e muros” - a arte de grafitar

Artista Smile - Parceria da Equipa de Educação do Departamento de
Pediatria da ULSSM com o Departamento do Ambiente da CML

10H-14h Formação na Escola Artística António Arroio

“Corpo e mente num só Adolescente”

Dr. Pedro Dias Ferreira & Dr.ª Filipa Carmo

16

10H00 – “Da horta para o prato” - Alimentação Saudável

CE de Pediatria e Casa Ronald McDonald’s
Nutricionista Juliana Laureano

17

10H30 - Sessão de Encerramento Aula Magna

Dr.ª Sílvia Freira & Dr. Pedro Dias Ferreira

Mensagens que traduzem afetos

Educadora Elisabete Vaz

Atribuição dos prémios do concurso de posters

Enfermeira Elsa Pereira

Vídeo resumo da semana

Enfermeira Lília Mota, Enfermeira Patrícia Galvão, Dr.ª Filipa Carmo