



Câmara Municipal de Ibatiba

NOTÍCIA

## JANEIRO BRANCO: PROMOVENDO SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DE DOENÇAS PSICOLÓGICAS

AO ABORDAR A SAÚDE MENTAL COMO PARTE INTEGRAL DO BEM-ESTAR, A CAMPANHA DESTACA A NECESSIDADE DE CUIDADOS CONTÍNUOS.

A graphic design for the "Janeiro Branco" campaign. It features a stylized brain in the center, surrounded by the text "CUIDE DA SUA SAÚDE MENTAL" curved along the top. Below the brain, the words "JANEIRO" and "BRANCO" are stacked in large, bold, sans-serif letters. At the bottom, the text "Mês da conscientização sobre a saúde mental" is centered. The bottom right corner contains the logo of the "CÂMARA MUNICIPAL DE IBATIBA".

Mês da conscientização sobre a saúde mental

CÂMARA MUNICIPAL DE IBATIBA

Publicado em 04/01/2024 às 10:25 (Atualizado em 24/02/2026 às 01:22), postado por Assessoria de Comunicação, Fonte: Câmara Municipal

Neste mês, através da campanha Janeiro Branco, a sociedade volta sua atenção para a importância da saúde mental. Um movimento dedicado a conscientizar sobre os cuidados psicológicos, destaca a prevenção de doenças ligadas ao estresse, como depressão, ansiedade e pânico.

Profissionais da saúde mental e organizações estão unindo esforços para dissipar o estigma em torno das questões psicológicas. O Janeiro Branco busca incentivar diálogos abertos, promover o autoconhecimento e oferecer recursos para enfrentar os desafios mentais cotidianos.

Ao abordar a saúde mental como parte integral do bem-estar, a campanha destaca a necessidade de cuidados contínuos. Ações preventivas, como práticas de autocuidado e busca por apoio profissional quando necessário, são essenciais para construir uma sociedade mentalmente saudável.

Neste Janeiro Branco, cada indivíduo é convidado a refletir sobre sua saúde mental e a apoiar outros na jornada em direção ao equilíbrio emocional. Afinal, cuidar da mente é investir em qualidade de vida e construir uma comunidade mais resiliente.

**Acompanhe o trabalho do Poder Legislativo de Ibatiba através dos nossos canais oficiais:**



Câmara Municipal de Ibatiba

---

[Site oficial do Poder Legislativo de Ibatiba.](#)

[Canal do Youtube.](#)

[Canal do Facebook.](#)

[Canal do Instagram.](#)



AUTENTICAÇÃO

3b447cd21677b876398d241ad6ff06f9

<https://ibatiba.es.leg.br/noticia/2024/01/janeiro-branco-promovendo-saude-mental-e-prevencao-de-doencas-psicologicas.html>