

Serviço de Psicologia e Orientação

Perante o cenário de angústia e crise que vivemos e após decretada a situação de distanciamento e isolamento social, os riscos psicológicos tendem a ocorrer. Assim, no sentido de minimizar o impacto dos mesmos, junto da nossa comunidade educativa, o Serviço de Psicologia e Orientação do Agrupamento encontra-se ao dispor através do seguinte endereço de email: margarida.leonardo@aetcf.pt.

Informamos, também, que a linha SNS24 irá nos próximos dias disponibilizar um serviço de aconselhamento psicológico destinado à população e aos profissionais de saúde. Deixamos, ainda, algumas sugestões de documentos e vídeos que todos podem consultar e que poderão ajudar nesta fase que se prevê longa.

Mantenham-se seguros, mantenham-se em casa!

Sugestões:

[Como explicar a uma criança a importância das medidas de distanciamento social e isolamento?](#)

[É importante combater o estigma e a discriminação](#)

[Como manter actividades de ensino, aprendizagem e formação à distância](#)

[Autocuidado e bem-estar dos profissionais de saúde durante a pandemia](#)

Guia de Boas Práticas para quem tem de se submeter a uma situação de isolamento

<https://www.youtube.com/watch?v=0zODLUYUXbg&feature=youtu.be>

<https://www.youtube.com/watch?v=j5B44ca7ps0>

<https://www.youtube.com/watch?v=BIJY2DqAyAA>