

# **ECOANDC**

# Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04



## **PIRACICABA**

# Porque a arte nos salva!

#### Quando o roteiro se transforma para abrigar a vida

Era uma vez... uma palestra no PPG em Recursos Florestais com o tema "Guia de sobrevivência na pós-graduação: a importância dos vínculos" que se transformou numa grande e potente roda de conversa (e escuta!) sobre os desafios da pós-graduação. Ao final, sob a pena de Guimarães Rosa, o jagunço Riobaldo Tatarana, saltou do Grande Sertão: Veredas e veio nos chamar para o desafio das travessias que fazemos pela vida: "[...] ser capaz de ficar alegre a mais, no meio da alegria, e inda mais alegre ainda no meio da tristeza! Só assim de repente, na horinha em que se quer, de propósito - por coragem!"

#### No meio do caminho tinha... teatro!

No dia 16 de outubro, o centro de vivência Seriema se tornou palco para o espetáculo "Um dia por vez faço uma nova história", da Cia ComPartilha. Após a apresentação, um bate papo entre o elenco e o público, mediado pela psicóloga do ECOS Piracicaba, abriu espaço para compartilhar vivências sobre o uso problemático de substâncias, as possibilidades de reescrita da própria vida e a experiência catártica que o teatro proporciona. O texto sensível e poético da peça, encenada no meio do caminho para o restaurante universitário na hora do jantar, tocou vários transeuntes, que pararam - e ficaram - para assistir e se emocionar. "Fui sem saber muito sobre e fui surpreendida, realmente eles retrataram a temática do vício e dos laços familiares de um jeito lindo e sensível, foi um prazer assistir." (Raianne Brazão Magalhães - aluna de graduação).

#### Clube do livro: último encontro de 2025!

26/11 às 16h30min, na sala do ECOS Piracicaba.

Vamos ler os capítulos 14 e 15 de Torto Arado (Itamar Vieira Jr.).

Participação aberta para toda a comunidade USP do Campus Luiz de Queiroz. Não é necessário ler antecipadamente: nosso jogo é ler juntos e conversar sobre a experiência de leitura conjunta. No dia do encontro, haverá livros disponíveis para acompanhar a leitura. Aguardamos você!



Palestra no PPG



Cia ComPartilha



Torto Arado









# Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04



## **EACH**

# 5º Mutirão de cuidados e Sarau

Em 23 e 24 de Outubro, o ECOS EACH, junto ao Núcleo de Acolhimento Universitário (NAU) e com parceria com o Serviço Social e CIP EACH, realizou a 5ª Edição do Mutirão de cuidados e Sarau da EACH, compartilhando cuidado, arte, cultura e conhecimento.

As pessoas inscreveram sua participação via formulário e o resultado foi uma multiplicidade de intervenções. Tivemos diversas atividades ao longo do evento, incluindo:

#### **OFICINAS E EXPOSIÇÕES**

- Oficina de Bambolê;
- Oficinas de artes manuais: bordado em tecido, fuxico, encadernação em tecido, origami e desenho em blocos de nota;
- Exposição de arte em crochê e Cordelteca;
- Tenda do Elogio e espaço com materiais artísticos e de autorreflexão.

#### BEM-ESTAR E CUIDADO

- Massagem Quick na maca, com aromaterapia;
- Espaço para automassagem;
- Balada da Cura.

#### 🖏 APRESENTAÇÕES ARTÍSTICAS

- Piano, canto, dança, poesia, karaokê e música (voz e violão);
- Aula aberta de jogos teatrais.

#### **AULAS ABERTAS E RODAS DE CONVERSA**

- Aula aberta: Arte, Tecnologia e Ecologia Diálogos Contemporâneos;
- Roda de conversa: A busca da felicidade Hedonismo ou Eudemonismo?
- Aula de dança de salão.











# Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04

# Oficinas "Eu construo uma universidade acolhedora"



# CIDADE UNIVERSITÁRIA

No dia 31 de outubro, o Programa ECOS Cidade Universitária realizou duas edições da oficina — a primeira voltada aos servidores do Instituto de Relações Internacionais (IRI-USP) e a segunda destinada à Equipe CRUSP do Centro de Saúde Escola do Butantã (CSEB).





## **EACH**

O Programa ECOS EACH teve participação na SIPAT da unidade na 1a semana de setembro, trazendo reflexões e orientações sobre formas de engajamento em processos de acolhimento numa lógica de corresponsabilidade da comunidade através da oficina.





# **LORENA**

Como parte da campanha "Eu construo uma universidade acolhedora", foram realizadas, durante a SIPAT — que teve como temática "Minha melhor versão" — as oficinas "Tecnologias do cuidado em saúde mental", nas Áreas I (30/09) e II (03/10) da EEL. Esses encontros constituíram espaços significativos de escuta e diálogo, voltados ao fortalecimento da rede de cuidado local e à promoção de um ambiente universitário mais acolhedor.

Agradecemos especialmente à CIPA-EEL pela parceria e pelo convite, fundamentais para viabilizar essa iniciativa e ampliar o alcance das ações de cuidado em nossa comunidade universitária.











# Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04



# **QUADRILÁTERO SAÚDE-DIREITO**

# Oficina de Primeiros Socorros Emocionais

Nos dias 30 de setembro e 7 de outubro, a **Faculdade de Direito** recebeu a **Oficina de Primeiros Socorros Emocionais**, conduzida pela Prof<sup>a</sup> Aline Conceição Silva, da Escola de Enfermagem em parceria com o Programa ECOS.

Durante o encontro, alunos, servidores e docentes participaram de atividades teóricas e práticas sobre a **metodologia RAPID**, que tem como objetivo oferecer apoio e cuidado em saúde mental a pessoas em situação de vulnerabilidade emocional.

A oficina foi uma oportunidade valiosa para aprofundar a discussão sobre saúde mental na comunidade acadêmica, promovendo o acolhimento, a empatia e o fortalecimento das redes de apoio na Faculdade de Direito.







# **SÃO CARLOS**

# Entre nós - Rodas de Conversa

No mês de **outubro** retomamos no ECOS São Carlos o **"Entre nós - Rodas de Conversa"**. Realizadas uma vez por semana, em cada uma das unidades da Área 1 do campus de São Carlos, as **rodas** tem por **objetivo integrar os estudantes** dos diferentes anos e cursos de graduação da USP, e **promover** dessa forma a **troca de experiências e de dicas e estratégias** para lidar com ansiedade, pressão acadêmica, desafios da vida adulta e outros temas que fazem parte do dia-a-dia da vida universitária.

No mês de **novembro** as rodas acontecerão nos **dias 05, 12, 19 e 26**, nas **salas** F-06 do IFSC, C-03 do Bloco C (EESC), D-08 - Bloco D (IQSC E IAU) e 3-102 do ICMC, respectivamente, sempre às **quartas-feiras** das 13h às 14h.



Participe!









# **ECOANDO**Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04



## **EACH**

# Oficina sobre o Sistema USP de Acolhimento (SUA)

Em setembro, em ação intersetorial, a psicóloga Kelly Sobral do ECOS na EACH realizou em conjunto com mais duas funcionárias da escola, Denise Regina e Carla Gonçalves, a Oficina de Multiplicação do SUA. O objetivo da Oficina foi a capacitação para enfrentamento a situações de assédio, discriminação e violências na Universidade, fortalecendo um espaço de formação e diálogo para uma comunidade mais segura, inclusiva e acolhedora.







# **Piracicaba**

#### Oficina de trabalho da REDE ECOS

Entre 17 e 19 de setembro de 2025, o campus de Piracicaba sediou a 7ª oficina de trabalho da Rede ECOS.

A programação incluiu o I Encontro de Agentes Acolhedores do Campus "Luiz de Queiroz", uma aula sobre formação de grupos em serviços de acolhimento e escuta com o professor Pablo Castanho (IPUSP), a atividade "Passarinhada" do LEMaC/Esalq e uma vivência literária apoiada no livro Torto Arado, de Itamar Vieira Junior, que promoveu reflexão e troca entre a equipe.











# **ECOANDO**Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04



# CIDADE UNIVERSITÁRIA

Participação no X Seminário Discente do Instituto de Relações Internacionais da USP

O Assistente Social Rodrigo Mendes, integrante do Programa ECOS, participou da Mesa de Abertura do X Seminário Discente do Instituto de Relações Internacionais da USP, realizado em 22 de outubro.

Com o tema geral "Desafios para a formação de pesquisadores em Relações Internacionais no Brasil", o encontro propôs uma reflexão sobre o percurso acadêmico profissional pós-graduação, na considerando as exigências e dilemas contemporâneos que atravessam a formação de pesquisadores.

Na mesa, Rodrigo Mendes trouxe uma importante contribuição ao debate sobre saúde mental na pósgraduação, destacando a necessidade de construir ambientes institucionais mais acolhedores.



A participação do ECOS nesse espaço reforça o compromisso do programa com a promoção da saúde mental e do bem-estar no meio acadêmico, incentivando a criação de redes de apoio e a valorização da dimensão humana na formação de pesquisadores. O evento contou também com a participação de integrantes do GRAPUSP.



# CIDADE UNIVERSITÁRIA

Visita de alunos do Instituto de Psicologia (IPUSP) ao ECOS

No dia 16 de outubro, o Programa recebeu a visita de alunos da graduação em Psicologia do IPUSP. A atividade, vinculada à disciplina Processos Grupais, ministrada pelas professoras Ianni Regia Scarcelli e Maria Inês Assumpção Fernandes, teve como objetivo aproximar os estudantes do trabalho desenvolvido e dos grupos oferecidos pelo serviço.











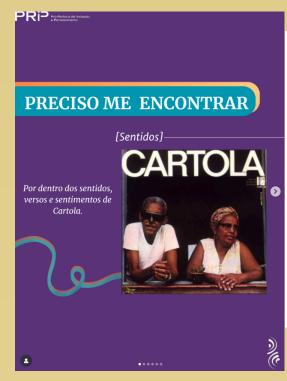
# Boletim informativo do Programa ECOS

**SETEMBRO - OUTUBRO 2025** 

EDIÇÃO #04

# Instagram @ecos.saudemental

Confira um dos posts do instagram @ecos.saudemental no mês de outubro:





ecos.saudemental Em contemplação ao Dia Mundial da Saúde Mental, apresentamos no quadro "Sentidos" uma reflexão sobre autoconhecimento, autocuidado, emoções e resiliência, inspirada na música "Preciso Me Encontrar", composta por Candeia e eternizada na voz de Cartola.

Cartola é um artista que transforma experiências de vida, dores, afetos e desejos em poesia, e nos inspira a ouvir nossas emoções, respeitar nosso tempo e buscar momentos de reconexão consigo mesmo. Na música, ele nos lembra que, para nos encontrarmos de verdade, é preciso caminhar, refletir e aprender a rir diante das dificuldades — um convite à resiliência emocional e ao amorpróprio.

"Deixe-me ir, preciso andar, vou por aí a procurar, rir pra não chorar."

Essa canção é um lembrete poderoso de que sentir, refletir e se cuidar são passos essenciais para o bem-estar e a saúde mental. Cartola celebra, com sua arte, o valor do autoconhecimento e da liberdade emocional, mostrando que cuidar de si também é um ato de coragem.

√ Vamos celebrar a importância de nos permitir sentir, caminhar no próprio ritmo e nos reconectar conosco, assim como a música "Preciso Me Encontrar" nos inspira. Acesse essa publicação:



https://bit.ly/47Kdl1K

# **PROGRAMA ECOS**

Para saber contatos e endereços do Programa ECOS, acesse:



bit.lv/3RI8IDa

O ECOS é um programa de saúde mental da Pró-Reitoria de Inclusão e Pertencimento voltado à Comunidade USP, que propõe uma pausa na rotina universitária, oferecendo um espaço de acolhimento e orientação na busca de caminhos para diferentes sofrimentos e dificuldades.

O programa atua em três frentes: escuta, cuidado e orientação; articulação da rede de cuidados; e apoio institucional.

O ECOS está presente em todos os campi da USP, com sedes no Butantã, na EACH, no Quadrilátero Saúde-Direito, e também em Bauru, Lorena, Piracicaba, Pirassununga, Ribeirão Preto e São Carlos.





