

INFORMATIVO DASE

A crise causada pela pandemia da Covid-19 trouxe uma nova realidade para o mundo, impactando nossas vidas em vários aspectos, de forma que novos desafios que vão desde os cuidados com a saúde física à promoção da saúde mental emergem diante dessa situação de vulnerabilidade e incertezas.

A Universidade Federal Fluminense, através da Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis e da Coordenação de Apoio Social e Acadêmico, precisou reformular as ações e cuidados com a saúde do estudante.

Pedimos que contribua na divulgação do calendário de atividades e serviços oferecido:

Escuta Pontual

Escuta pontual realizada por psicólogos, oferece um espaço de escuta terapêutica caracterizado pelo apoio, acolhimento, orientação e encaminhamento das questões psicológicas relevantes para os estudantes da UFF.

Inscrição via formulário disponibilizado toda última segunda-feira do mês a partir das 10 horas da manhã.

Informações através do email: dase.cas.proaes@id.uff.br

Rodas de Conversa Feminina

Visa facilitar o espaço de diálogo com os temas próprios do universo feminino, criar um espaço de interação, reflexão e mobilização que envolve diferentes setores e por ter um caráter efetivamente horizontal, aberto às expressões de diferenças, não burocratizado.

Informações através do email: enfermagem.dase.proaes@id.uff.br

Grupo de Acolhimento

Acolher, de forma humanizada, os estudantes da UFF e suas demandas em saúde para orientações e encaminhamentos sobre os serviços oferecidos na universidade e na rede de apoio.

Informações através do email: dase.cas.proaes@id.uff.br

Grupo de Gestão do Tempo

O Grupo Gestão do Tempo surge com a ideia de pensar no tempo para além das agendas e das listas de tarefas. Tem a proposta de contribuir gradativamente, em uma série de encontros, para você ter uma vida mais equilibrada, com tempo para realizar seus sonhos, e uma vida que contemple o que é mais importante para você.

Informações através do email: psicologia.dase.proaes@id.uff.br

Grupo Ansiedade sob Controle

Administrar os desafios e as exigências do Ensino Superior pode acarretar em rotinas estressantes e muitas vezes contribuem para o aparecimento ou o agravamento de quadros de ansiedade. Preocupada com essa realidade, a equipe da DASE oferta um grupo que visa o apoio a estudantes da UFF em sofrimento mental pela ansiedade.

Informações através do email: psicologia.dase.proaes@id.uff.br

Orientações em Saúde

Acolhimento dos estudantes com o objetivo de promover o cuidado e autocuidado, apoio emocional por meio da escuta com foco na orientação em saúde e educação em/para a saúde. E orientação sobre os serviços, funcionamento e acesso ao SUS.

Informações através do email: enfermagem.dase.proaes@id.uff.br

Próximo Evento:

Roda de Conversa: O estudante com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH) na Universidade

Data: 25 de novembro - *Online*

Informações através do email: dase.cas.proaes@id.uff.br

Fique atento:

Estamos reformulando o site da DASE e, em breve, todas as informações e formulários de inscrições estarão disponíveis em nosso endereço eletrônico:

dase.uff.br