



A **Campanha Janeiro Branco** convida a humanidade a cuidar das saúdes mentais e emocionais dos indivíduos e das instituições sociais.

Nascida em Janeiro de 2014, em Uberlândia(MG), a **Campanha Janeiro Branco** espalhou-se por todo o Brasil e alguns outros países do mundo, como Angola, Japão, Colômbia, Estados Unidos, Portugal e Holanda.

No Brasil, virou Lei Municipal e Lei Estadual ao longo dos últimos anos, estabelecendo, simbólica e oficialmente, o mês de Janeiro como o mês da Saúde Mental em vários municípios e estados do país. Em outras palavras, isso significa dizer que, por conta do **Janeiro Branco**, a Saúde Mental virou pauta nacional!

Você e a sua instituição também podem participar do **Janeiro Branco**: basta planejarem ações em nome da Campanha e em prol de uma cultura da Saúde Mental na humanidade!

**Organize grupos, células de trabalho, ações individuais (ou coletivas) e ajude a humanidade a receber informações sobre Saúde Mental e Emocional em todos os espaços nos quais os indivíduos se encontram e se relacionam.**

**MAIS INFORMAÇÕES EM**  
**WWW.JANEIROBRANCO.COM.BR**  
**@JANEIROBRANCO**  
**JANEIROBRANCO@GMAIL.COM**

**TODOS TÊM**  
**DIREITO**   
**À SAÚDE MENTAL!**



**Janeiro Branco**  
janeirobranco.com.br

## Por Uma Cultura da Saúde Mental!

### O que é o Janeiro Branco?

O **Janeiro Branco** é uma campanha ao estilo da Campanha Outubro Rosa e da Campanha Novembro Azul. O seu objetivo é chamar a atenção da humanidade para as questões e necessidades relacionadas à Saúde Mental e Emocional das pessoas e das instituições humanas. Uma humanidade mais saudável pressupõe um cultura da Saúde Mental no mundo!

### Por que “Janeiro Branco”?

Porque, no primeiro mês do ano, em termos simbólicos e culturais, as pessoas estão mais propensas a pensarem em suas vidas, em suas relações sociais, em suas condições de existência, em suas emoções e em seus sentidos existenciais. E, como em uma “*folha ou em uma tela em branco*”, todas as pessoas podem ser inspiradas a escreverem ou a reescreverem as suas próprias histórias de vida.

Falar sobre Saúde Mental é uma das principais e das melhores formas de se promover a Saúde Mental dos indivíduos e das instituições!

E esse é o grande objetivo da **Campanha Janeiro Branco**: trabalhar por uma cultura da Saúde Mental na humanidade. Para isso, o **Janeiro Branco** busca promover a circulação de informações e de conhecimentos sobre Saúde Mental em todos os espaços nos quais as pessoas se encontram. Além disso, o **Janeiro Branco** também busca conscientizar a humanidade, assim como as autoridades governamentais e legislativas do mundo, a respeito da importância de estratégias e de **políticas públicas** voltadas para a promoção da Saúde Mental nas sociedades.

**SAÚDE MENTAL  
TAMBÉM PRESSUPÕE  
POLÍTICAS  
PÚBLICAS.**

**As pessoas precisam de informações sobre Saúde Mental!**

Campanhas geram conscientização, combatem tabus, mudam paradigmas e orientam os indivíduos a respeito de questões importantes para as suas vidas. O **Janeiro Branco** tem muitos potenciais nesse sentido.

**Educação Socioemocional e Psicoeducação podem mudar o mundo.**

Apenas a educação formal dos indivíduos não resolve os problemas da humanidade. Como seres *biopsicosocioecoespirituais*, os seres humanos necessitam de orientações adequadas sobre os universos da Saúde Mental.

**QUEM CUIDA DA MENTE, CUIDA DA VIDA.**

Consciente disso, toda a humanidade entenderá a importância de ações, de intervenções adequadas, de políticas públicas, de orientações didáticas e da constante circulação de conhecimentos a respeito das temáticas sobre Saúde Mental.

**O que o Janeiro Branco realiza?**

O **Janeiro Branco** promove palestras, palestras-relâmpago, oficinas, cursos, *workshops*, entrevistas midiáticas, caminhadas, rodas de conversa e abordagem de pessoas em todos os lugares nos quais elas se encontram.

**Onde o Janeiro Branco realiza as suas ações?**

Em todo e qualquer lugar nos quais as pessoas estejam: ruas, praças, parques, espaços religiosos, empresas, residências, espaços acadêmicos, aeroportos, rodoviárias, shoppings, hospitais, prefeituras etc.

**SAÚDE MENTAL:  
A VERDADEIRA  
RIQUEZA  
DO SÉCULO XXI.**



[www.janeirobranco.com.br](http://www.janeirobranco.com.br)

Alguém duvida disso?

Em um mundo caracterizado por graves índices de adoecimentos mentais e emocionais, além de múltiplas formas de violências — concretas e simbólicas — nas relações entre os indivíduos, **Saúde Mental** é a maior riqueza da humanidade!