



RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES
CEBAS – CERTIFICADO DE ENTIDADE BENEFICENTE DE ASSISTÊNCIA
SOCIAL
EXERCÍCIO JULHO DE 2026
CONECTE-SE COM A VIDA: DIGA NÃO À DEPENDÊNCIA
Colégio Estadual Miguel Franco Filho

*O presente **RELATÓRIO MENSAL DE ATIVIDADES**, referente ao mês de Julho de 2026, foi confeccionado em atendimento às disposições contidas no art. 44 da Lei Complementar nº 187, de 16 de dezembro de 2021, em decorrência da condição do Instituto Patris, como Entidade Beneficente de Assistência Social.*
Técnica responsável: Psicóloga Elenice Padilha Belniak CRP:08/42824

Contenda, Julho de 2026



CONSELHO DIRETOR

Guilherme Abraão Simão de
Almeida

**Diretor
Presidente**

Pedro Leonardo de Siqueira Matos

**Diretor
Administrativo**

Luiz Antônio Procópio da Silva

**Diretor
Financeiro**

Regis Vieira de Castro

**Diretor
Assistencial**

Queilene Rosa dos Santos

**Diretor de
Projetos**

Vittor Arthur Galdino

**Diretor de
Planejamento**



1. IDENTIFICAÇÃO DA ENTIDADE BENEFICIÁRIA

Razão Social: INSTITUTO PATRIS

CNPJ: 37.678.845/0001-40

Endereço: Avenida Cidade do México, nº 424 – Jardim das Américas – Cuiabá/MT – CEP: 78.060-598, CNPJ nº 37.678.845/0001-40

Representante Legal: Guilherme Abraão Simão de Almeida

CPF do Representante: 027.663.501-95

2. BREVE DESCRITIVO DA INSTITUIÇÃO

O Instituto PATRIS nasceu do amor e respeito à nossa terra e ao nosso povo, com o propósito de transformar vidas por meio da saúde, da educação, da cultura, da ciência e do cuidado com o meio ambiente. Como organização social sem fins lucrativos, presente em diferentes regiões do país, buscamos sempre atuar com ética, transparência e responsabilidade, colocando o ser humano no centro de nossas ações. Nossa missão é desenvolver projetos que promovam dignidade, cidadania e qualidade de vida, fortalecendo valores como solidariedade, patriotismo e coparticipação. Temos a visão de sermos referência nacional em gestão inovadora e humanizada, garantindo resultados que realmente façam a diferença para a sociedade. Guiados pela honestidade, excelência e compromisso social, conquistamos o CEBAS como reconhecimento do impacto positivo de nossas iniciativas, que ampliam o acesso e a qualidade dos serviços essenciais para a população.



Identidade da Organizacional

Objetivo geral da entidade

Conforme previsto em seu Contrato Social, o principal objetivo *do INSTITUTO PATRIS* é a Gestão de Qualidade dos serviços prestados à sociedade, aumentando sua eficiência e eficácia, implicando na satisfação do cidadão, minimizando custos e otimizando resultados.

Missão

Agir com o compromisso de desenvolver projetos de relevância social, que fortalecem o patriotismo, a coparticipação, a ética e a dignidade, por meio de ações sociais, educacionais, tecnológicas e práticas de gestão.

Visão

Fazer história, visando uma gestão inovadora com foco nos resultados, compromissada com as causas sociais, valorizando o atendimento humanizado e garantindo a saúde plena.

Valores

Honestidade e retidão na condução de nossos negócios;

Excelência expressa na qualidade social de nossos produtos e serviços;

Trabalho profissional com qualidade e transparência;

Legalidade, Moralidade, Impessoalidade, Publicidade e Transparência.



3. INTRODUÇÃO

A adolescência é um marco de transformações físicas, emocionais, cognitivas e sociais, podendo ser benéfico para seu desenvolvimento para a vida adulta no entanto, as influências socioculturais podem ampliar a vulnerabilidade a riscos e demandam ações preventivas em ambientes escolares para fortalecer autoestima, autonomia e habilidades socioemocionais (Sawyer et al., 2018).

O presente projeto, "Juventude Saudável", desenvolvido pelo Instituto Patris em Contenda-PR a partir de setembro de 2025, insere-se nessa urgência. Desde 2023, o Instituto executa o "Educar para Prevenir" em Luziânia (GO), com palestras e rodas de conversa sobre prevenção do câncer de mama e saúde da mulher, promovendo autocuidado e acesso à informação. Fundamentado em educação em saúde baseada em evidências, enfatiza prevenção primária (redução de riscos modificáveis) e secundária (diagnóstico precoce), alinhando-se ao compromisso institucional de reduzir iniquidades por meio de participação ativa e diálogo com serviços públicos.

O Instituto Patris, em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Contenda-PR e com o apoio das escolas públicas do município, realizará mensalmente uma ação social voltada para a promoção da saúde mental e do bem-estar dos estudantes. Voltado a crianças e adolescentes, o programa operacionaliza palestras educativas, dinâmicas e rodas de conversa para escuta ativa, prevenção de agravos e promoção da saúde integral, construindo comunidades mais informadas, saudáveis e resilientes.

3.1. ATIVIDADES, SERVIÇOS, PROGRAMAS E PROJETOS

3.1.1. Descrição da Atividade Realizada e Forma de Acesso

O Programa "Juventude Saudável- Saúde mental na escola" foi idealizado pelo Instituto Patris como resposta a desafios cruciais de saúde pública adolescente no Brasil. Nos últimos dez anos, os transtornos mentais entre jovens (11-17 anos) cresceram 30%, com 20% relatando exposição a riscos como bullying, uso de substâncias e violência (IBGE, 2023; Ministério da Saúde, 2024). Estima-se que, até 2030, vulnerabilidades psicossociais afetem milhões, demandando prevenção urgente.



Diante desse cenário, a promoção da saúde integral por meio da educação é estratégia fundamental para mitigar riscos, fortalecer fatores protetores e elevar a qualidade de vida. O desenvolvimento do programa pauta-se na Lei nº 18.187/2023 (Lei 187/CEBAS Saúde), que regula certificação de entidades beneficentes, garantindo contribuição ao SUS com resultados concretos na prevenção de agravos, promoção de vida saudável e redução de vulnerabilidades em crianças e adolescentes.

Ademais, a iniciativa conta com Termo de Colaboração firmado entre Instituto Patris e Secretaria Municipal de Saúde/Educação de Contenda-PR, via manifestação de interesse, para atividades filantrópicas de interesse público. Alinhado ao Plano de Trabalho aprovado pela administração pública, opera em regime de mútua cooperação, com acesso gratuito via escolas públicas, priorizando inclusão e escuta ativa.

3.1.2. OBJETIVO

a. OBJETIVO GERAL

Promover a saúde integral de crianças e adolescentes, fortalecer o ambiente escolar como um espaço seguro, que favoreça vínculos positivos, amplie os fatores de proteção e reduza as vulnerabilidades, contribuindo para a construção de trajetórias de vida mais saudáveis, conscientes e promissoras, reduzindo fatores de risco.

b. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Promover espaços de escuta, diálogo e acolhimento que favoreçam a expressão emocional e o fortalecimento dos vínculos entre crianças, adolescentes e comunidade escolar.
- Fortalecer fatores de proteção psicossociais, como autoestima, autonomia, autocuidado, senso de pertencimento e habilidades sócio emocionais, contribuindo para a prevenção de comportamentos de risco.
- Incentivar a prática contínua de atividades regulares de autocuidado, autoconfiança e integração de hábitos saudáveis.



- Sensibilizar crianças e adolescentes para a prevenção do uso de substâncias, violência, hábitos destrutivos e comportamentos de risco, por meio de abordagens educativas, não punitivas e baseadas no cuidado.
- Criar espaços de escuta e apoio emocional para adolescentes em situação de risco.

3.1.3. METODOLOGIA UTILIZADA

Alinhado à missão institucional do Instituto Patris e ao processo de certificação pelo CEBAS – Certificado de Entidade Beneficente de Assistência Social, o projeto reafirma o compromisso da entidade em atuar de forma ética, transparente e humanizada, oferecendo soluções sustentáveis que impactem positivamente a sociedade.

Foi realizada uma palestra educativa, expositiva e participativa, com o uso de recursos audiovisuais, referencial atualizado, dinâmicas interativas, depoimentos reais e finalização com mensagem motivacional e distribuição de cartaz, sobre a prevenção de riscos à saúde integral, utilizando como tema referencial da proposta “Saúde Mental na Escola. Conecte-se com a vida: Diga Não à Dependência”.

Essa atividade presencial, realizada em escola pública, oportunizou a interação direta com crianças e adolescentes, promovendo sensibilização, esclarecimento de dúvidas, engajamento comunitário e uma roda de conversa complementar voltada à escuta emocional.

3.1.4. PÚBLICO ALVO E NÚMERO DE ATENDIMENTOS

Público atendido: Crianças e adolescentes.

Qualitativo: Estimados 500 alunos do Colégio Estadual Miguel Franco Filho, do município de Contenda-PR.

Beneficiários diretos: Dentre 300 alunos computados por meio de lista de presença, alunos que não preencheram e professores não computados, perfazendo um total aproximado de 500 pessoas beneficiadas com as ações de educação em saúde.



Beneficiários indiretos: estimadas 1.525 pessoas entre familiares e comunidade (Referência para cálculo - Estudos de avaliação em Organização Mundial da Saúde e UNICEF consideram que intervenções em saúde (especialmente educação e prevenção têm repercussão no núcleo familiar. Tamanho médio domiciliar (IBGE): ~2,8 a 3,3 pessoas).

3.1.5. IMPACTO SOCIAL PRETENDIDO

O programa “Juventude Saudável-Saúde mental na escola”, do Instituto Patris, tem como propósito promover a saúde integral e prevenção de riscos entre crianças e adolescentes, por meio da educação em saúde, levando conhecimento e conscientização às escolas públicas de Contenda-PR sobre fatores de risco (como uso de substâncias, ansiedade violência e sedentarismo), sinais de alerta e práticas de autocuidado saudável. Seu impacto esperado envolve o fortalecimento de vínculos escolares e comunitários, o estímulo à autoestima, autonomia e habilidades socioemocionais, além do aumento da consciência coletiva quanto à importância da prevenção de comportamentos de risco e da adoção de hábitos protetores, contribuindo para trajetórias de vida mais saudáveis e a redução de vulnerabilidades psicossociais. Essa iniciativa tem o poder de transformar realidades, pois uma única roda de conversa ou palestra pode significar a diferença entre o empoderamento preventivo e o sofrimento causado por descuidos emocionais ou riscos evitáveis. Ao promover conhecimento e autocuidado via palestras, dinâmicas e escuta ativa, o programa impacta não apenas os adolescentes, mas também suas famílias, professores e comunidade, ampliando a resiliência, a esperança e a qualidade de vida coletiva. Por meio da educação em saúde, contribui para a transformação da informação em vidas preservadas e comunidades protegidas.

3.1.6. RESULTADOS OBTIDOS

A palestra “Conecte-se com a vida: Diga Não à Dependência”, realizada em 02 de Julho de 2026, no Colégio Estadual Miguel Franco Filho, no município de Contenda-PR, contou com a participação de aproximadamente 110



adolescentes, com idades entre 11 e 17 anos, e apresentou elevado nível de engajamento, superando as expectativas iniciais.

A abordagem metodológica foi pautada em estratégias interativas, favorecendo a participação ativa dos estudantes. Foram trabalhados os principais tipos de dependências, bem como seus impactos neuropsicológicos e comportamentais, com destaque para manifestações como isolamento, múltiplos prejuízos: físico, mental, social, econômico e comprometimento da autoestima. Também foram discutidas estratégias de prevenção, fundamentadas na escuta qualificada e no desenvolvimento de habilidades socioemocionais.

Destaca-se que os docentes da instituição ressaltaram a relevância da ação para o fortalecimento das iniciativas institucionais voltadas à promoção de um ambiente escolar seguro e saudável. Observou-se, ainda, que os estudantes demonstraram atenção contínua durante a atividade, participando de forma ativa, ouvindo com interesse e expressando seus pontos de vista sobre a temática abordada.

Como atividade de encerramento, foi realizado, por iniciativa da equipe pedagógica, um resumo individual elaborado por cada aluno, com o objetivo de registrar seu entendimento sobre o conteúdo apresentado na palestra, na qual os participantes registraram, por meio de textos e desenhos.

Material de apoio – em anexo

REGISTRO ATIVIDADE REALIZADA



2 de jul. de 2026 13:44:54
454 Rua Estéfano Graboski
Centro
Contenda
Paraná



2 de jul. de 2026 13:49:51
454 Rua Estéfano Graboski
Centro
Contenda
Paraná





CONECTE-SE COM A VIDA: DIGA NÃO À DEPENDÊNCIA- imagem criada através de IA

5. REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR*. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023. Acesso em: mar. 2026

FREUD, Sigmund. *O mal-estar na civilização*. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

GRIFFITHS, Mark D. A components model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, v. 10, n. 4, p. 191-197, 2005. Acesso em: mar. 2026

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Classificação Estatística Internacional*



de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde: CID-11. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2022. Disponível em: <https://icd.who.int/>. Acesso em: mar. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Neuroscience of psychoactive substance use and dependence*. Geneva: World Health Organization, 2004. Acesso em: mar. 2026

YOUNG, Kimberly S. *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons, 1998. Acesso em: mar. 2026

OPENAI. *Imagem gerada por inteligência artificial (ChatGPT)*. 2026. Disponível em: <https://chat.openai.com/>. Acesso em: mar. 2026.

Digitally signed by GUILHERME ABRAAO SIMAO DE ALMEIDA:02766350195
DN: C=BR, CN=GUILHERME ABRAAO SIMAO DE ALMEIDA:02766350195,
O=ICP-Brasil, OU=videoconferencia
Reason: I am approving this document
Location:
Foxit PDF Reader Version: 2026.1.1

GUILHERME ABRAÃO SIMÃO DE ALMEIDA
DIRETOR PRESIDENTE
INSTITUTO PATRIS

	Documento assinado digitalmente por:
	CARLOS EDUARDO DOS REIS AGUIAR
	047.315.709-80 01/10/26 às 14:50:32 (UTC-3)

1. MATERIAL PARA MOBILIZAÇÃO E DIVULGAÇÃO (PRÉ E PÓS EVENTO)



Patris na escola: Um projeto de valorização da vida.

Juntos em prol da juventude: reduzindo o sofrimento social, promovendo o bem-estar integral e incentivando práticas preventivas.

Levando à escola práticas coletivas de psicoeducação.



Elenice Belniak
Psicóloga

•**Ansiedade na escola:**
Falar é o primeiro passo.

•**Bullying não é Brincadeira:**
Combate a Intimidação sistemática.

•**Conecte-se com a vida:**
Diga não a dependência.

Contenda-PR

SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS

DESENVOLVIMENTO INTEGRAL DOS ALUNOS, NOSSA INICIATIVA Foca na prevenção de conflitos, ansiedade, uso de substâncias e problemas emocionais por meio de rodas de conversa, palestras e apoio. Assim, formamos cidadãos éticos, autônomos e solidários, fortalecendo famílias, comunidades e o bem-estar coletivo.



ELENICE BELNIAK

PSICÓLOGA, MESTRANDO EM
PSICOLOGIA CLÍNICA E DA SAÚDE,
ESCRITORA, CONSULTORA E
PALESTRANTE.



2. MATERIAL APOIO PARA REALIZAÇÃO DA AÇÃO E LISTA DE PRESENÇA

SAÚDE MENTAL NA ESCOLA

Conecte-se com a vida

Diga “não” à dependência.



Elenice Belniak

— • PSICOLOGIA • —

• CRP 08/42824 •



O QUE É DEPENDÊNCIA?

Dependência não envolve apenas o comportamento ou o uso de algo. Ela é um fenômeno complexo, que pode estar relacionado à forma como uma pessoa tenta lidar com emoções difíceis, conflitos internos ou situações de sofrimento.

Segundo a **Organização Mundial da Saúde (OMS)**, a dependência acontece quando uma substância ou comportamento passa a gerar **perda de controle** e começa a causar prejuízos na vida da pessoa.

A dependência não é apenas um hábito. Ela pode se transformar em um ciclo que afeta a saúde mental, os relacionamentos e a qualidade de vida.

O ponto em comum entre diferentes dependências é quando algo deixa de ser uma escolha e começa a controlar a vida da pessoa.

Alguns comportamentos podem surgir como uma tentativa de:

- Buscar alívio;
- Controlar emoções desconfortáveis;
- Escapar temporariamente de uma dor emocional.

Sinais de alerta:

- Algo ocupa grande parte dos pensamentos;
- Influência sentimentos e atitudes;
- Diminui a liberdade de escolha;
- Começa a prejudicar estudos, relações, família, rotina ou bem-estar.

DEPENDÊNCIA:

Tradicionalmente, o conceito de dependência é utilizado na saúde mental para descrever a relação com substâncias psicoativas que atuam no sistema nervoso central, como:

- álcool
- nicotina
- drogas
- alguns medicamentos

Essas substâncias podem provocar alterações no funcionamento cerebral, levando à tolerância, abstinência e dificuldade de interromper o uso.

Alguns comportamentos podem ativar áreas de recompensa do cérebro, levando à repetição frequente, como:

- jogos
- apostas
- redes sociais
- pornografia
- compras compulsivas

DEPENDÊNCIA × VÍCIO

VÍCIO

Atualmente, estudos em saúde mental e neurociência investigam comportamentos que podem ativar mecanismos de recompensa semelhantes aos relacionados ao prazer e à repetição.

O vício pode acontecer quando uma pessoa sente dificuldade em controlar um comportamento que gera prazer, distração ou alívio emocional.

Quando isso acontece de forma excessiva, podem surgir:

- perda de controle;
- necessidade constante de repetir o comportamento;
- sofrimento emocional;
- prejuízos na escola, relações, rotina e saúde mental.

IMPORTANTE

Muitos comportamentos começam como diversão ou forma de aliviar emoções difíceis.

O problema surge quando a pessoa passa a depender desse comportamento para se sentir bem, fugir de problemas ou lidar com sentimentos.

O CÉREBRO E A DOPAMINA

Seu cérebro gosta de prazer rápido.

Toda vez que algo gera prazer: o cérebro libera dopamina

Isso pode gerar:

- repetição
- necessidade maior
- dificuldade de parar



**ELE PROMETE DIVERSÃO,
MAS ROUBA SUA VIDA.**

**CONECTE-SE COM O QUE REALMENTE IMPORTA.
DIGA NÃO À DEPENDÊNCIA!**



DESTRÓI SUA
MENTE



AFASTA QUEM
TE AMA



ACABA COM
SEUS SONHOS



TRAZ SOFRIMENTO
E ARREPENDIMENTO



ROUBA SEU
TEMPO E DINHEIRO

**SUA VIDA
TEM VALOR.
ESCOLHA
VIVER!**

A tecnologia faz parte da história da humanidade.

Desde os primeiros seres humanos, criamos ferramentas para facilitar tarefas, resolver problemas e transformar o ambiente ao nosso redor.

A evolução da tecnologia aconteceu de forma gradual:

- **Ferramentas simples** → criadas a partir de recursos naturais;
- **Novas descobertas** → permitiram formas mais eficientes de produzir e viver;
- **Tecnologias complexas** → surgiram com avanços científicos e novas fontes de energia.

A tecnologia sempre acompanhou as necessidades humanas — mudando a forma como vivemos, nos comunicamos e nos relacionamos.

A tecnologia no nosso dia a dia

A tecnologia transformou a forma como vivemos e nos relacionamos.

Ela trouxe muitos benefícios: facilitou a comunicação, o acesso à informação e diversas atividades da rotina.

Porém, quando o uso passa a ser excessivo, pode se tornar um problema.

A dependência tecnológica pode ser difícil de perceber, pois muitas vezes começa de forma natural.

Alguns sinais de alerta:

- Preferência constante por interações virtuais em vez do contato presencial;
- Substituição de conversas com família e amigos por chats, redes sociais e mensagens;
- Dificuldade em se desconectar;
- Redução da participação em atividades fora do ambiente digital.

A tecnologia deve ser uma ferramenta para aproximar pessoas — não substituir completamente as relações reais.

Quando a relação com a internet e as redes sociais deixa de ser equilibrada, podem surgir:

- **Isolamento social** — redução do contato presencial com familiares e amigos;
- **Sedentarismo** — menos movimento e atividades fora das telas;
- **Queda no rendimento escolar** — dificuldade de concentração e organização;
- **Dificuldades nos relacionamentos** — menor desenvolvimento de habilidades sociais;
- **Sintomas emocionais** — como ansiedade, irritação e dificuldade de se desconectar.

Além disso, a exposição constante às mídias sociais pode influenciar a forma como percebemos a nós mesmos e a realidade, criando comparações e expectativas nem sempre reais.

O desafio não é abandonar a tecnologia, mas aprender a usar de forma saudável e equilibrada.



Bets e jogos online

Os jogos online e as apostas digitais podem parecer apenas uma forma de entretenimento, mas o uso sem limites pode trazer riscos, principalmente durante a adolescência.

Possíveis prejuízos:

- **Perda de controle** — dificuldade em parar mesmo quando percebe consequências negativas;
- **Prejuízo na rotina** — menos tempo para estudos, sono, atividades físicas e convivência;
- **Problemas relacionados às apostas** — expectativa de ganhar, busca por recuperar perdas e decisões impulsivas;
- **Impactos emocionais** — ansiedade, irritação, frustração e culpa;
- **Prejuízos sociais** — afastamento da família, amigos e atividades presenciais.

A promessa de “ganho fácil” ou a sensação de recompensa rápida podem estimular um ciclo difícil de interromper.

Dependência de substâncias

Algumas substâncias podem causar mudanças no cérebro e afetar a forma como a pessoa pensa, sente e toma decisões. O uso pode começar por curiosidade, influência social, tentativa de aliviar emoções ou busca por novas experiências, mas pode evoluir para um padrão difícil de controlar.

- **Álcool**

Quando o consumo deixa de ser apenas social e começa a causar prejuízos na saúde, relações, estudos ou comportamento.

- **Cigarro e nicotina**

A nicotina pode causar dependência, levando à necessidade de usar cada vez mais para obter a mesma sensação de prazer ou alívio.

- **Drogas**

Podem afetar emoções, memória, comportamento e funcionamento do cérebro, além de trazer consequências para a vida pessoal e social.

A dependência não acontece de um dia para o outro. Ela se constrói em um ciclo que pode ser interrompido com informação, apoio e cuidado.

Cuidar de si também envolve equilíbrio.

Algumas atividades fazem parte de uma vida equilibrada, mas podem se tornar um problema quando deixam de ser uma escolha e passam a ser uma forma de controlar emoções ou aliviar sofrimentos.

- **Relação prejudicial com a alimentação**

Quando a comida passa a estar ligada apenas às emoções, culpa, medo, necessidade de controle ou tentativa de lidar com sentimentos difíceis.

- **Compras compulsivas**

Quando comprar se torna uma forma de buscar alívio, preencher um vazio ou diminuir sentimentos negativos, mesmo trazendo consequências depois.

- **Exercícios de forma compulsiva**

Quando a atividade física deixa de ser cuidado com o corpo e passa a estar relacionada à culpa, ansiedade, medo ou necessidade de controle excessivo.

O ponto em comum:

O comportamento deixa de trazer bem-estar e começa a controlar a rotina, os pensamentos e as emoções.

TECNOLOGIA E DEPENDÊNCIA

Você usa... ou é usado?

As redes são feitas para:

- prender atenção
- gerar comparação
- estimular necessidade de aprovação

Consequências:

- ansiedade
- baixa autoestima
- isolamento
- dificuldade de concentração

O CICLO DA DEPENDÊNCIA

A dependência funciona como um ciclo.

Entender cada etapa é o primeiro passo para fazer escolhas diferentes.



LEMBRE-SE: Você não precisa passar por isso sozinho.
Buscar ajuda é um ato de coragem e o primeiro passo para se libertar do ciclo.



Na vida, todos nós fazemos escolhas todos os dias.

Algumas nos aproximam daquilo que queremos ser.

Outras podem nos afastar. Perceberam que pequenas escolhas vão construindo caminhos?”

“Às vezes o caminho mais fácil parece melhor na hora... mas nem sempre é o que faz bem para nossa vida.

Hoje vocês podem escolher um caminho diferente.

Um caminho de cuidado, equilíbrio e respeito consigo mesmos.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5-TR*. 5. ed. rev. Porto Alegre: Artmed, 2023. Acesso em: mar. 2026

FREUD, Sigmund. *O mal-estar na civilização*. Tradução de Paulo César de Souza. São Paulo: Companhia das Letras, 2010.

GRIFFITHS, Mark D. A components model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, v. 10, n. 4, p. 191-197, 2005. Acesso em: mar. 2026

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde: CID-11*. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 2022. Disponível em: <https://icd.who.int/>. Acesso em: mar. 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Neuroscience of psychoactive substance use and dependence*. Geneva: World Health Organization, 2004. Acesso em: mar. 2026

YOUNG, Kimberly S. *Caught in the Net: How to recognize the signs of Internet addiction and a winning strategy for recovery*. New York: John Wiley & Sons, 1998. Acesso em: mar. 2026

OPENAI. *Imagem gerada por inteligência artificial (ChatGPT)*. 2026. Disponível em: <https://chat.openai.com/>. Acesso em: mar. 2026.

PALESTRA
Descrição da capacitação/atividade: Saúde mental nas escolas – Conecte-se com a vida- Diga não à dependência

Data: 02/07/2026

Carga Horária: 12h

Público-alvo: Adolescentes integrantes do ensino médio do Colégio Estadual Miguel Franco filho

Horário da aplicação do treinamento: 10:00 às 12:00, 13:30 às 17:00 e 19:00 às

Nome do Responsável pela capacitação/atividade: Elenice PadilhaBelniak

Formação técnica do responsável pela capacitação/atividade: Psicóloga

Psicóloga
Elenice Padilha Belniak
CRP 8/42824

DATA	NOME	ANO/TURMA	ASSINATURA
02/07/2026		2B	
02/07/2026	Alan Mayer	2º B	Alanus Albras
02/07/2026	Alanus Albras Araújo		
02/07/2026	Maria Marques	2º B	Maria
02/07/2026	Gabriel R. Benini	9º A	Gabriel R. Benini
02/07/2026	Julia Silvestina	9º A	Julia S. Cordiano
02/07/2026	Elzen Soares	9º A	Elzen
02/07/2026	Maria Clara Silveira Concinos	9º A	Maria Clara
02/07/2026	Marcelo Antunes do Amaral Muller	9º A	Marcelo Antunes
02/07/2026	Giovanna Lech Rodrigues	9º A	Giovanna
02/07/2026	Guilherme Figueira Lacerda	9º A	Guilherme
02/07/2026	Rafael Lucas Cardozo	9º A	Rafael
02/07/2026	Yasael Medeiros	9º A	Yasael
02/07/2026	Raimon Eduardo V. Cordiano	9º A	Raimon
02/07/2026	Maylla Louise A. de A.	9º A	Maylla
02/07/2026	Luiz Henrique do Amaral	9º A	
02/07/2026	Leucas Kellmann dos Anjos	9º A	
02/07/2026	Dandrieoli Colao	9 A	Dandrieoli
02/07/2026	Emilly Imelina Reis	9º A	Emilly
02/07/2026			

Miguel Franco Filho



LISTA DE PRESENÇA

Código: FOR.PATRIS.GQ.001

Data: 01/07/2025

Revisão: 01

Páginas: 8 de 18

PALESTRA

01/07/2026	Rafaela gabrielle gomesolives	1B	Rafaela
02/07/2026	Annabella Garcia	1B	Annabella
02/07/2026	Marlon Ferreira Rosa	1B	marlon
02/07/2026	LUAN F. SOUZA	1ºB	Luana
02/07/2026	ARTHUR DE ABOIS	1A	ARTHUR
02/07/2026	Julia Emanuelly	8ºB	Julia
23/06/2026	Dilly Suris	8ºB	Dilly
23/06/2026	Anna Luiza Stanisloski	8ºB	Anna Luiza
23/06/2026	Thaíssa Rita chaves Pires	8ºB	
23/06/2026	Julia Vitoria F. De Azevedo	8ºB	Julia
23/06/2026	Gabriel Amoral	8ºB	Gabriel
23/06/2026	Eduardo Santos	8B	Edo
23/06/2026	Kaio Mamon	8ºB	Kaio
23/06/2026	Guilherme Feidke	10A	Guilherme
23/06/2026	Gustavo Henrique manduca Padilha	1ºA	Gustavo H.
23/06/2026	Laura Beatriz Flores da Cunha	1ºA	Laura
23/06/2026	Pedro Henrique da Silveira	8ºB	Pedro
23/06/2026	David Lopes	8ºB	David
23/06/2026	Thilton Chak	8B	Thilton
23/06/2026	Cristian Eduardo	8ºB	Cristian 42
23/06/2026	Brayson H. da Cruz	8ºB	Brayson
23/06/2026	Alice Almeida	8ºB	
23/06/2026	Yasmin V Costa	8ºB	Yasmin
23/06/2026	Fabíola Duarte	8ºB	Fabíola
23/06/2026	Bianca Almeida	8ºB	Bianca
23/06/2026	Marciana Pagan	8ºB	Marciana
23/06/2026	BRAYAN WOSCIA SECCO	8ºB	Brayson
23/06/2026	Gustavo Lopes Fagundes	8B	Gustavo

Avenida Cidade do México, nº 424 – Jardim das Américas – Cuiabá/MT – CEP: 78.060-598, CNPJ nº 37.678.845/0001-40

Psicóloga
Eleonora Padilha Beltrax
CRP 8142824

PALESTRA

23/06/2026	Yuri Gabriel	8º B	Yuri
23/06/2026	Lucas Ribeiro	8º B	Lucas
23/06/2026	Edsondo Roldato	8º B	Edy
23/06/2026	pedro Santos	8º B	Pedro Gabriel
23/06/2026	Diego Amoris P.	8º B	Diego
23/06/2026	Raissa de Lara Colaco.	8º B	Raissa
23/06/2026	Rafaela G. de Campos	8º B	Rafaela
23/06/2026	Piany Emanuelly de O. da Conceição	8º B	Piany
23/06/2026	Luiz Eduardo Knuth	3º D	Luiz Eduardo Knuth
23/06/2026	Rafael Czere Tulik	3º D	Rafael C. Tulik
23/06/2026	Gabriel Gomes Wojcik	3º D	Gabriel G. Wojcik
23/06/2026	Pedro Miguel f. dybol	3º d	Pedro dybol
23/06/2026	Mariana Maria Ramos	3º d	Mariana Rama
23/06/2026	Ketelin Amanda Duda	3º D	Ketelin
23/06/2026	Marina Ramos	3º d	Marina
23/06/2026	Hana Aguiar	3º D	Hana
23/06/2026	Julio ap. J. Z. elaski	8º C	Jo.
23/06/2026	Emilia G. Alech Wolski	8º C	Emilia
23/06/2026	Matheus Good	3º C	Matheus
23/06/2026	Evilyn Colaco	3º D	Evilyn
23/06/2026	Natalio Figueira	3º D	Natalio
23/06/2026	Ingrid Hemiciomo	3º D	Ingrid D.
23/06/2026	Cylyper Matheun	3º D	Cylyper
23/06/2026	Rai Ruan Padilha Bez	3º D	Rai
23/06/2026	Vitoria S. F. Aguiar	3º D	Vitoria.
23/06/2026	Laucasa da S. Seiya	3º D	Laucasa S
23/06/2026	Lohanne Riel	8º C	Lohanne
23/06/2026	Gabrieli da Silva	8º C	Gabrieli

PALESTRA

23/06/2026	Niolly Machado	1º A	
23/06/2026	Mirela Chuss	1º A	
23/06/2026	Talita Gregorio Gonçalves	1º A	
23/06/2026	Sabrina Copacada	1º A	
23/06/2026	Yasmin Gabrielly	1º A	
23/06/2026	Gustavo H.	8º B	
23/06/2026	Guilherme Magalhães	8º B	
23/06/2026	Edmarcio Souza	1º A	
23/06/2026	Patrick Junior	1º A	
23/06/2026	Henrique	1º A	
23/06/2026	Abriel Ferreira	1º A	
23/06/2026	Giordana Duratki	1º A	
23/06/2026	Evellyn Vitoria	1º A	
23/06/2026	Thermyl Barbosa Nogueira	1º B	
23/06/2026	Edmarcio Augusto Gabriel dos Santos	1º A	
23/06/2026	Leahany Vitoria	1º A	
23/06/2026	Publica Aguiar	1º A	
23/06/2026	Lucyane Santos Almondega	1º A	
23/06/2026	Ana Claudia	1º A	
23/06/2026	Ana Vitoria Chomem	1º A	
23/06/2026	Alina Gernanile Fontenroz	1º B	
23/06/2026	Ana Vitoria Correia Costa	1º A	
23/06/2026	Mariane Eloiza Souza Amorim	1º A	
23/06/2026	Maria Eduarda Alves	1º A	
23/06/2026	Emilli Gomes	1º A	
23/06/2026	LUCAS GABRIEL GONÇALVES	1º A	
23/06/2026	Lucas Belunick	1º A	
23/06/2026	João Victor Calaca Celunick	1º A	

PALESTRA

23/06/2026	Emmanuelly P. P. Silva	8°C	Emmanuelly
23/06/2026	Yasmin Badillo	8°C	Yasmin
23/06/2026	Maria Heloíse	8°C	Maria
23/06/2026	Silvia de Lima	8°C	Silvia
23/06/2026	Isabelly Pereira	8°C	Isabelly
23/06/2026	Yasmin G. Gonçalves	8°C	Yasmin
23/06/2026	Adriana dos Santos de Jesus	8°C	Adriana
23/06/2026	Barbara C. de Barba	8°C	Barbara
23/06/2026	Am. Vitorio Padilha de Andrade	8°C	Am
23/06/2026	Vanessa Rosemery de Paula	8°C	Vanessa
23/06/2026	Nicola Martins	8°C	Nicola
23/06/2026	MURILLO EDUARDO KNUF	8°C	
23/06/2026	Vanessa G. Silva	8°C	Vanessa
23/06/2026	Isabelly Gonçalves da Silva	8°C	Isabelly
23/06/2026	IZABELLY PADILHA DE OLIVEIRA	8°C	Isabelly
23/06/2026	Kleber Lucas	2º B	
23/06/2026	Murilo de Almeida R. de A.	7º A	
23/06/2026	João Gabriel Bocas do Lago	2º B	João
23/06/2026	Elissey W. de A. do Lago	2º B	
23/06/2026	Isabelly Andrade	2º B	Isabelly
23/06/2026	Paulo Cristina Anaya	2º B	Paula
23/06/2026	Nicolas de Almeida Ferreira	2º B	Nicolas
23/06/2026	Antonio Gabriel J. L.	2º B	Antonio
23/06/2026	Brayan R. de A. de A.	2º B	BRAYAN
23/06/2026	Matheus M. Soares	2º B	Matheus
23/06/2026	Gustavo de Almeida	2º B	GUSTAVO
23/06/2026	João Eduardo Kozinski	2º B	
23/06/2026	Frida Regina		

PALESTRA

23/06/2026	Ana Gabriela Ferreira de Oliveira	2º B	Ana
23/06/2026	Raquel Cristina Anjos de Sousa	2º B	Raquel Cristina
23/06/2026	Julia Stupak	2º B	Julia Stupak
23/06/2026	Idora Silva	2º B	Idora
23/06/2026	Pamela alves	2º B	Pamela
23/06/2026	Arthur Vinicius	9º A	Arthur
23/06/2026	Alice Maciel	9º A	Alice
23/06/2026	Augusto Satomesz	9º A	
23/06/2026	Andryel Siqueira	9º A	
23/06/2026	Alice Gonçalves	9º A	
23/06/2026	Julio cesar dos santos	9º A	Julio
23/06/2026	Anderson Liorhan Borges	9º A	Anderson
23/06/2026	Jackson Silva	9º A	Jackson
23/06/2026	EMANUELY CRISTINA	9º A	Emanuely
23/06/2026	Brethuz Helena	9º A	Brethuz
23/06/2026	Adrienne Silva Andrade	9º A	Adrienne
23/06/2026	Gabrielly Vitoria Rodrigues dos Santos	9º A	Gabrielly
23/06/2026	Aline Lima Pereira	9º A	Aline Lima
23/06/2026	Fernando Souza Caloca	9º A	Fernando Souza
23/06/2026	Emanuely Lima dos Anjos	9º A	Emanuely
23/06/2026	Lucas Matheus Starion	9º A	Lucas
23/06/2026	Ana Puxazon Sten	9º A	Ana
23/06/2026	Micall Rafael Rilas Baumel		
23/06/2026	Mirela Vitoria Juliano	9º A	Mi
23/06/2026	Julia Almeida Drabicki	9º A	Julia
23/06/2026			
23/06/2026			

PALESTRA

23/06/2026	Lary Trevisan	1º B	Lary Trevisan
23/06/2026	Fabrizio Padilha	1º B	Fabrizio
23/06/2026	izadora marcondes dos santos	1º B	izadora
23/06/2026	Kellen Ribeiro	1º A	Kellen
23/06/2026	Wari Gael	1º A	Wari
23/06/2026	Peterson Nunes	1º B	Peterson
23/06/2026	Ana Julia dos Santos	1º B	Ana Julia
23/06/2026	SOMIRO NUNES	1º	somiro
23/06/2026	Emilly Rosa do Nascimento	1º B	Emilly
23/06/2026	Alena de Jesus P. A	1º B	Alena
23/06/2026	Lourenço Barros	1º B	Lourenço
23/06/2026	Angélica Gonçalves	1º B	Angélica G.M.
23/06/2026	Ana Clara Freyba	1º B	Ana
23/06/2026	Luiz Gustavo do Souza	1º B	Luiz
23/06/2026	Christiano de O. Martins	1º B	Christiano
23/06/2026	Pedro Eduardo Rodrigues de Almeida	1º B	Pedro
23/06/2026	Sylvian Maria dos Santos	1º B	Sylvian
23/06/2026	Gabrieli Pionovski	1º B	Gabrieli
23/06/2026	Wenderson Nunes	1º B	Wenderson
23/06/2026	Thalita Eduarda	1º B	Thalita
23/06/2026	Edilaine SOUZA	1º B	Edilaine
23/06/2026	MARIA VITORIA	1º B	Maria
23/06/2026	Maisa Vitoria	1º B	Maisa
23/06/2026	Maira Vitoria	1º B	Maira
23/06/2026	Melvin Camargo Campos	1º B	Melvin
23/06/2026	Erika Patricia Vernick Batista	1º B	Erika
23/06/2026	Agatha Labelly Brito Ribeiro	1º B	Agatha*
23/06/2026	Leonardo David Lima Gomes	1º B	Leonardo