



## **Janeiro Branco**

Em 2023, o tema do Movimento Janeiro Branco não poderia ser outro: a vida pede equilíbrio. A vida pede equilíbrio diante de mudanças cada vez mais desafiadoras e aceleradas que exigem novas atitudes, novas habilidades, novos entendimentos e novos comportamentos.

O que é o Janeiro Branco?

O Janeiro Branco é um movimento social dedicado à construção de uma cultura da Saúde Mental na humanidade. É, também, o nome do Instituto que coordena esse movimento.

O seu objetivo é chamar a atenção dos indivíduos, das instituições, das sociedades e das autoridades para as necessidades relacionadas à Saúde Mental dos seres humanos.

Uma humanidade mais saudável pressupõe respeito à condição psicológica de todos!

Por que Janeiro Branco?

Janeiro, o primeiro mês do ano, inspira as pessoas a fazerem reflexões acerca das suas vidas, das suas relações, dos sentidos que possuem, dos passados que viveram e dos objetivos que desejam alcançar no ano que se inicia. Janeiro é uma espécie de portal entre ciclos que se fecham e ciclos que se abrem nas vidas de todos nós.

O branco foi escolhida por, simbolicamente, representar “folhas ou telas em branco” sobre as quais podemos projetar, escrever ou desenhar expectativas, desejos, histórias ou mudanças com as quais sonhamos e as quais desejamos concretizar.

Saiba mais: <https://janeirobranco.com.br/>