

TARDES DE DEBATE KAIROSPORT

SAÚDE MENTAL NO DESPORTO

8 DE JUNHO DE 2022

14H – 19H

SHERATON PORTO HOTEL & SPA

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS | TÉCNICOS DE EXERCÍCIO FÍSICO | DIRETORES TÉCNICOS

Mais informações e inscrições em:

www.kairosport.pt

Iniciativa realizada com o apoio de:



APRESENTAÇÃO

A saúde mental dos atletas é, cada vez mais, valorizada pelos diversos intervenientes nas suas carreiras desportivas e nas suas vidas.

Os atletas e os seus familiares e amigos reconhecem, de um modo geral, a importância que a saúde mental assume na qualidade de vida de todos e, em particular, dos praticantes de desportos de alto rendimento.

Para além disso, é cada vez mais do conhecimento geral que o desempenho desportivo dos atletas está estreitamente associado ao seu estado de saúde mental, pelo que atletas, treinadores e todos os que de alguma forma estão relacionados com o desporto se mostram cada vez mais atentos à necessidade de promover a saúde mental dos atletas.

É neste contexto que decidimos reunir um diversificado leque de oradores para uma Tarde de Debate Kairosport sobre o tema: **“Saúde Mental no Desporto”**.

O objetivo deste evento é discutir esta temática, de uma forma simples e objetiva, analisando os desafios que enfrentam muitos atletas, no seu dia-a-dia, bem como os impactes que estas problemáticas têm nos resultados desportivos que obtêm e na forma como vivem as suas vidas.

Pretendemos, ainda, analisar o contributo de diferentes áreas para a melhoria e/ou manutenção da saúde mental dos atletas. Para isso, organizámos diferentes painéis de debate, nos quais se pretende que cada um dos convidados aborde, conforme a atividade que exerce, esta temática.

Nessa tarde vamos ter 4 painéis:

1. **Institucional** – Pretendemos debater o modo como é, hoje em dia, entendida a Saúde Mental no Desporto e a necessidade da sua promoção pelas instituições nacionais e pela comunidade.

Presenças já confirmadas:

- Dr. César Navio, Administrador Executivo da Ágora - Cultura e Desporto do Porto, E.M., S.A.
- Professor Doutor Jorge Olímpio Bento
- Professor Doutor José Mário Cachada, Presidente da APEFDP
- Professor Doutor Pedro Teques, Vice-presidente da Sociedade Portuguesa de Psicologia do Desporto

2. **Psicologia** – Convidaremos diferentes psicólogos para debaterem os principais desafios da Saúde Mental no Desporto.

Presenças já confirmadas:

- Professora Doutora Janaína Parreira
- Professor Doutor Jorge Silvério
- Dr. Rolando Andrade
- Dra. Rosana Teixeira

3. **Coaching, Motivação e Mindfulness** – Convidaremos diferentes oradores que debatam os contributos que estas áreas possam trazer para a melhoria e/ou manutenção da saúde mental.

Presenças já confirmadas:

- Dr. Sérgio Guerreiro
- Dra. Inês Torres
- Dr. Bruno Seco
- Dra. Ana Rita Rodrigues

4. **Treinadores e Atletas** – Treinadores de várias modalidades, juntamente com os respetivos atletas, darão alguns exemplos da luta, por vezes diária, pela Saúde Mental dos atletas.

Presenças já confirmadas:

- José Barros
- Mário Martins
- Miguel Coelho
- Miguel Miranda

LOCAL E HORÁRIO

8 junho 2022

14h – 19h

Sheraton Porto Hotel & Spa

R. do Ten. Valadim 146, 4100-476 Porto



DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos das várias modalidades;
- Técnicos de exercício físico;
- Diretores técnicos;
- Professores de Educação Física;
- Atletas;
- Todos os interessados pela temática.

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	65€
-------------	-----

Este valor inclui coffee break.

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@kairosport.pt

APOIOS E PARCERIAS



Esta formação é organizada pela BizPoint, Lda – Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

