



PORTALEGRE
POLYTECHNIC
UNIVERSITY

POLITÉCNICO
DE PORTALEGRE

2ProSMES

Programa de Promoção da Saúde
Mental no Ensino Superior

TREKKING

NO POLITÉCNICO DE PORTALEGRE

31 OUTUBRO 2024

14H | CAMPUS POLITÉCNICO

JUNTA-TE
A NÓS!

SABIAS QUE...

O exercício físico contribui para uma melhor saúde mental?

APENAS PRECISAS:

- Roupas e calçado adequado para caminhada
- Mochila com água e um pequeno lanche para partilhar

PARTICIPAÇÃO gratuita,
mas de inscrição obrigatória

