



Ministério da Educação

Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia de São Paulo

Câmpus São Paulo Pirituba

COORDENADORIA SOCIOPEDAGOGICA

INFORME 003/CSP/PTB/IFSP

Aos estudantes e familiares do Câmpus São Paulo Pirituba

Como lidar com o distanciamento e manter o bem-estar físico e emocional?

Este informe tem como objetivo trazer algumas orientações sobre como podemos lidar um pouco melhor com o distanciamento que estamos vivendo em relação à escola, nossos amigos e familiares. Traz também algumas sugestões de como podemos manter o nosso bem-estar físico e emocional, através da cartilha “**Orientação aos estudantes: como lidar com o distanciamento e manter o bem-estar físico e emocional?**”, produzida pela Psicóloga Aysa Mara Roveri Arcanjo, do Câmpus Bragança Paulista.

Sugerimos que leiam todo o material, em anexo, e, dentro do possível, procurem seguir as orientações. Caso tenham dúvidas sobre alguma informação ou orientação dada através da cartilha, entre em contato conosco através do email: csp.ptb@ifsp.edu.br, e agora também é possível entrar em contato pelo **whatsapp 11-986140757**.

A equipe da Coordenadoria Sociopedagógica se coloca à disposição de vocês estudantes e familiares para colaborar com o que for possível.

São Paulo, 08 de abril de 2020

Jair Garcia dos Santos
Coordenador Sociopedagógico
Câmpus São Paulo Pirituba
(assinado no original)