

Caros Encarregados de Educação e Alunos,

A Psicóloga do Serviço de Psicologia e Orientação (SPO) do Agrupamento de Escolas Júlio Dinis, Gondomar vem, por este meio, colocar-se à disposição dos nossos alunos e de todas as suas famílias para a prestação de apoio ao nível de questões relacionadas com a orientação escolar e profissional, bem como de qualquer outra questão de ordem psicopedagógica e/ou psicológica.

Tendo em consideração as limitações de contacto físico a que estamos todos sujeitos, estou disponível para qualquer esclarecimento através do seguinte contacto de email:

**spo@ebjuliodinis.org**

O momento que vivemos é, sem dúvida, uma crise inesperada, com alterações profundas nas nossas rotinas diárias e com um inevitável isolamento social associado, mas temos todos de procurar manter alguma capacidade de resposta aos desafios que nos são lançados.

Nesse sentido, envio, em anexo, algumas recomendações, emanadas pela Ordem dos Psicólogos e por outras entidades da área da saúde, com vista a conseguirmos enfrentar, de forma positiva, este período de isolamento e de preocupação social:

<https://www.facebook.com/ordemdospsicologos/videos/2917996764961386/>

<https://youtu.be/0zODLUYUXbg>

Ao vosso dispor,

Ana Paula Simões