



Publicado em 28/05/2025 - 19:04

Augusto Cury faz palestra sobre saúde mental e era digital em São Caetano nesta quinta (29)

GRANDE ABC NEWS Saúde

grandeabcnews and abcdmilgrau São Caetano do Sul

grandeabcnews • O psiquiatra e escritor Augusto Cury estará em São Caetano do Sul nesta quinta-feira (29) com a palestra "Gestão da Emoção na Era da Intoxicação Digital", no Multiplan Hall do ParkShopping São Caetano. A abertura será às 19h30 e a palestra começa às 21h, com capacidade para 882 pessoas.

Reflexão sobre a hiperconectividade

Com mais de 40 milhões de livros vendidos, Cury abordará os efeitos da sobrecarga de informações na saúde emocional, tema central de sua obra Intoxicação Digital – O mal do milênio. Ele define esse cenário como um "colapso silencioso", impulsionado por redes sociais e excesso de estímulos.

Gestão da emoção no dia a dia

Na palestra, o autor diferencia inteligência emocional de gestão da emoção e oferece ferramentas para lidar com pensamentos autossabotadores, recuperar a autoestima e cultivar tranquilidade mental — tudo com linguagem acessível e aplicação prática.

Público diverso e ingressos

A expectativa é reunir educadores, profissionais da saúde, estudantes e interessados em autoconhecimento. Os ingressos estão à venda no site de Multiplan Hall e pelas redes sociais.

27 curtidas há 4 horas

Adicione um comentário... Postar

<https://www.instagram.com/p/DKM0VXcNLSc/>

Veículo: Online -> Instagram -> Instagram Grande ABC News

Seção: São Caetano