

# SOU CAPAZ!

## Grupo de promoção de competências socioemocionais para crianças

A Clínica Universitária de Psicologia, da Faculdade de Educação e Psicologia da UCP, está a organizar a **2ª Edição** do programa **SOU CAPAZ**. Este programa destina-se a crianças e tem como objetivo o desenvolvimento de **competências socioemocionais**, nomeadamente:

- Autoconsciência/autoconhecimento;
- Autocontrolo/autogestão;
- Consciência social;
- Relações sociais e tomada de decisão responsável, através de uma abordagem dinâmica e ativa.

## Destinatários

Crianças entre os 8 e os 11 anos, a frequentar 3º, 4º ou 5º anos.

## Sessões 2025

7 sessões aos sábados de manhã, das 10h às 11h30

→ **15 e 29 de março**

→ **05 e 26 de abril**

→ **10, 24 e 31 de maio**

## Local

Universidade Católica Portuguesa no Porto  
R. de Diogo Botelho 1327, 4169-005 Porto

## Coordenação

Prof.ª Doutora Lurdes Veríssimo

## Dinamização

Dr.ª Isabel Castro



## Inscrições:

[cup@ucp.pt](mailto:cup@ucp.pt)

## Mais informações:

22 619 6235

(entre as 11h-14h e as 15h-20h)



**CATÓLICA**  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO E PSICOLOGIA

PORTO

