

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 uma nova 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 2026

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

- **28 de fevereiro**
- **14 e 28 de março**
- **18 de abril**
- **9, 23 e 30 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

Mais informações:

+351 935 033 120
(entre as 11h-14h e as 15h-20h)

