

Título: Bordando a mente: iniciação artística e autocuidado por meio do bordado livre

Código: PJxxx-2026

Coordenador (a): AMANAIARA DE SOUZA MOTA

Período de Execução: 10/06/2026 a 31/12/2026

Resumo: O projeto "Bordando a Mente: iniciação artística e autocuidado por meio do bordado livre", visa incluir uma atividade artística e manual na rotina da comunidade acadêmica e externa à UFRB, a fim de ser um recurso terapêutico e promover saúde mental e alívio de estresse. Serão ofertadas oficinas de bordado livre mensais e presenciais na UFRB, buscando iniciar e instruir os participantes nessa arte manual, para que ao final do projeto possam construir uma obra bordada autoral, e posteriormente possuam na manualidade um refúgio da rotina estressante.