

Cantar pela Saúde Mental - letra

Todos sabemos que o nosso bem estar
Não é só ginásio, correr ou nadar
É muito importante, é um ponto vital
Dar atenção à saúde mental

Pois, acontece a muito boa gente,
A cabeça falha e fica doente
É um azar que é bastante comum
Pode bater à porta a qualquer um

Há sempre um caminho
Pa-ra pa pa pa-ra
Saúde mental
É fundamental
Todos juntos vamos lá!

Vamos cuidar, melhorar, fazer bem
Dar a mão não faz mal a ninguém
Se hoje é um amigo, os pais ou avós
Será que amanhã podemos ser nós?

Não vale a pena sofrer em segredo
Esconder, camuflar, tapar ou ter medo
Desata-se o nó se a gente falar
E a nossa' alegria pode voltar!

Há sempre um caminho
Pa-ra pa pa pa-ra
Saúde mental
É fundamental
Todos juntos vamos lá!

Obrigada por aceitarem o desafio
da ManifestaMente para cantar pela
saúde mental!

Mais informação em:

<https://www.manifestamente.org/cantar-pela-sauacutede-mental.html>

Desafio ManifestaMente:
Cantar pela Saúde Mental

1. Cantar uma versão da nossa música com o nosso instrumental (disponível para download)
2. Publicá-la no youtube, facebook ou outra rede social à vossa escolha, com a tag #cantarpelasaudemental e o link para o nosso site www.manifestamente.org