

#Being(A)Part!

João  
Moniz<sup>pt</sup>

# Mental NIITE Sounds

JOÃO MONIZ

15 DE MARÇO 2024



Inscribe-te!

Residência Universitária, Pavilhão Multiusos





# Mental

## NIITE Sounds

### O que é?

Uma proposta terapêutica que visa explorar o potencial da arte como agente promotor de saúde mental. Uma nova oportunidade de encontro e convívio social, num ambiente intimista, dentro da residência universitária da Universidade dos Açores.

### Para que serve?

Partindo do valor da criação artística dos seus intervenientes e de técnicas de intervenção em musicoterapia e *storytelling*, as sessões MENTAL NIITE SOUNDS funcionam como um objeto facilitador do diálogo e compreensão de temas associados à saúde mental dos/as estudantes do ensino superior. Neste MENTAL, explorámos temas relativos ao autoconhecimento e autodeterminação.

### Para quem?

Estudantes do ensino superior da Universidade dos Açores.

### Onde?

Residência Universitária, Pavilhão Multiusos  
Evento sujeito a um limite máximo de 20 inscrições.

### Quando?

Dia 15 de março 2024, às 20h30.

### Duração

180 Minutos.

### Como posso participar?

A tua participação é livre, voluntária e gratuita.

Inscribe-te e guarda o teu lugar aqui:

<https://forms.gle/UnceY8BHmfYnPXTZ7>



# Mental

## NIITE Sounds

# João Moniz

Músico açoriano, aos 6 anos deu os primeiros passos nas aulas de guitarra clássica e nos últimos anos tem subido ao palco de vários palcos regionais e nacionais partilhando as suas canções que ecoam o termo encontrado por Vitorino Nemésio para descrever o modo de ser: "Açorianidade".

Conta com dois trabalhos de originais: EP SAUDADE, lançado em 2020 com 6 temas, e "Depois da Saudade", lançado em 2022 com 9 temas. Mas tudo isto começa em 2019 quando lança o seu primeiro tema original "Saudade" que lhe garantiu não só a criação de um EP com o mesmo nome, como também a vitória na 4ª edição do Concurso Nacional *One Step For Music Fest* de 2019 (permitindo assim a sua atuação num dos maiores festivais do país: "MEO SUDOESTE").

Venceu o Concurso Nacional *Angra Sound Bay* 2020, foi nomeado para os *International Portuguese Music Awards* como Novo Talento 2020 e ainda finalista do concurso internacional: "Musicando Carvalho Calero" com o tema "O Meu Coração".

Na sua caminhada teve o privilégio de apresentar as suas canções em palcos como o Teatro Micaelense: em 2020 na apresentação do EP "Saudade" e em 2022 na abertura do espetáculo de Ana Moura; Coliseu Micaelense: em 2019 na abertura do espetáculo de Fernando Daniel, em 2022 no concerto "João Moniz & Sara Cruz Trio" e em 2023 com a Banda Harmonia Mosteirense e Cristóvam, Mariana Rocha e Sara Cruz; e em vários festivais, com destaque para: Meo Sudoeste 2019, Monte Verde 2019, São João da Vila 2019, Bliss Vibes 2022, Meo Sound Route 2022 e muitos mais.

### Descobre mais sobre o talento do João Moniz aqui:

-  <https://www.instagram.com/joaomoniz.music/?hl=pt>
-  <https://www.youtube.com/@JoaoMoniz>
-  <https://open.spotify.com/intl-pt/artist/1txka7qBow3D3FRSKu8FUo>
-  <https://www.facebook.com/jmonizmusic>

J O A O M O N I Z