"Entre Nós Mulheres": Nast inicia 3ª edição de grupo terapêutico para servidoras

Date : 20-02-2025

Com o objetivo de oferecer saúde e bem-estar para as servidoras do município, a Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), por meio do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), iniciou nesta quinta-feira (20), a 3ª edição do grupo terapêutico “Entre Nós Mulheres”. Os encontros visam evidenciar o conhecimento, o autocuidado e a capacidade de identificar e tratar problemas.

A partir da reflexão “Qual é a dor que essa mulher sente e como ela se relaciona com essa dor no seu dia a dia?”, os encontros acontecem todas as quintas-feiras, das 15h30 às 17h, em diversos espaços públicos. "Nós trabalhamos tratando as questões do ser feminino, as multitarefas, a saúde integrada, a relação com o ambiente de trabalho, funções pessoais e parentais”, destacou a psicóloga do Nast, Verbênia Ribeiro.

Verbênia esclarece ainda que a partir da reflexão, as participantes poderão trabalhar estratégias e intervenções, pois os aspectos emocionais, quando negligenciados ou mal gerenciados, podem se tornar gatilhos que potencializam as dores, por isso a importância de serem bem assistidos. “Para que essa mulher se sinta mais confortável, buscando os apoios especializados, o tratamento indicado e, principalmente, cuidando do seu emocional”, salientou.

Verbênia Ribeiro

Tatyane Campos

O projeto representa o compromisso do Nast, e o retorno positivo das servidoras que participaram das edições anteriores é a motivação para a continuação dessas atividades. Tatyane Campos, há quase 24 anos no serviço público, expressou sua emoção em participar mais uma vez e a alta expectativa para essa edição. “Eu já participei de diversos projetos do Nast, é uma maravilha, eu recomendo muito. Hoje eu vim com a expectativa muito boa, como está sendo no início do ano, vai ser uma renovação e vai agregar muito no nosso conhecimento e no nosso trabalho", concluiu a servidora.

NAST
Compromisso
com a saúde
física e
emocional,
bem-estar e
qualidade de
vida do
servidor.