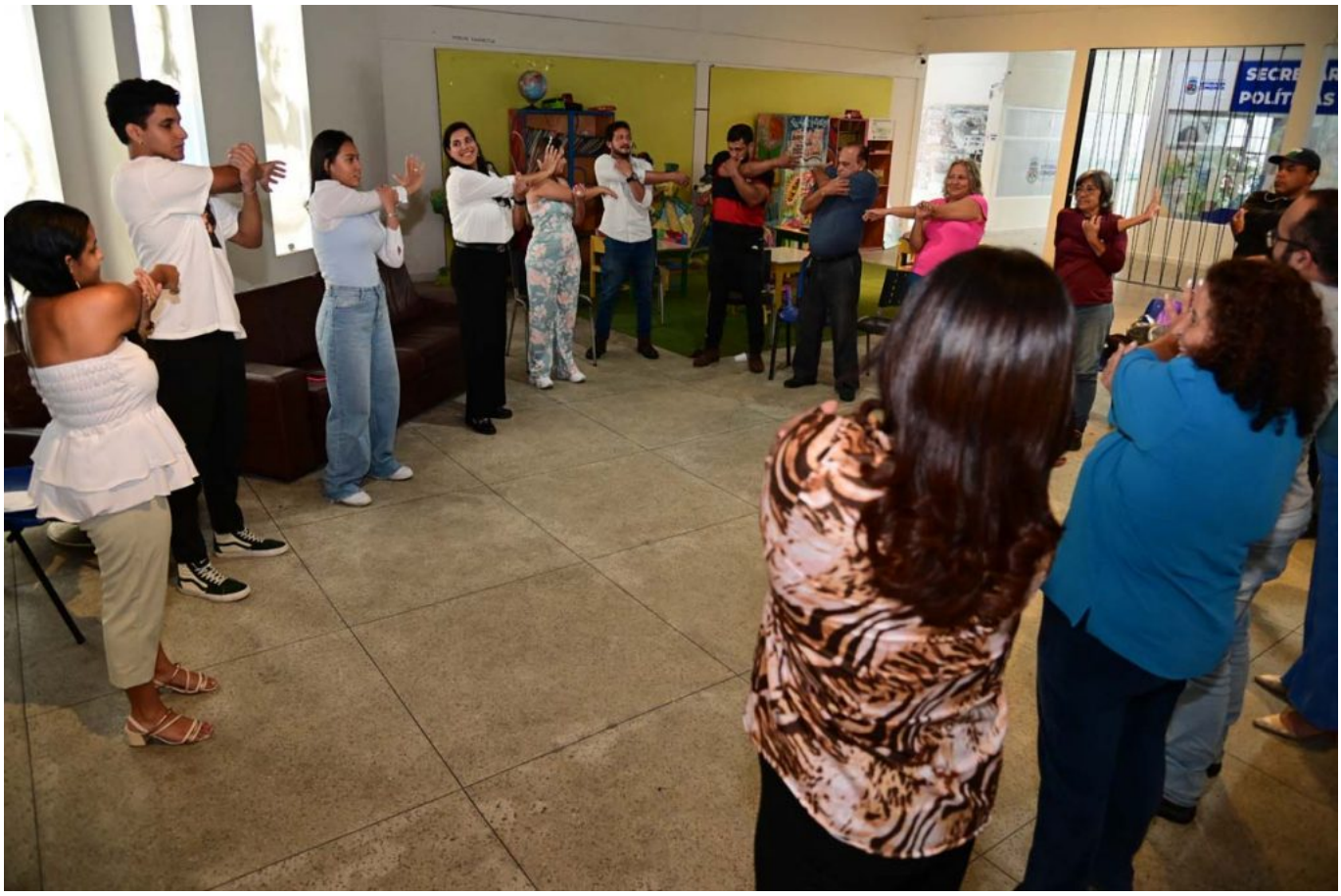
Janeiro Branco: Nast oferece atividades terapêuticas com atividades voltadas à saúde mental dos servidores

Date : 15-01-2025

Com o tema: “O que fazer pela saúde mental agora e sempre?”, foi iniciada, nesta quarta-feira (15), a programação do Janeiro Branco, promovida pela Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), através de seu Núcleo de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho (Nast), com a participação servidores da Prefeitura Zona Oeste (PZO). A campanha visa promover uma reflexão sobre a saúde mental e emocional dos trabalhadores.



Com a crescente demanda por suporte psicológico, a campanha busca oferecer ferramentas e recursos que ajudem os servidores a lidarem com suas emoções e a buscar atendimento quando necessário. As atividades visam também promover os grupos terapêuticos do Nast que são disponibilizados de forma gratuita aos servidores da Prefeitura ao longo do ano.

Mary Oliveira, servidora da Secretaria de Governo (Segov), enfatizou a importância de cuidar da saúde mental dos servidores, especialmente após os desafios impostos pela pandemia. “Havia uma grande necessidade de atendimentos psicológicos. A sociedade retornou ao trabalho com muitos problemas de saúde mental, e a pandemia mudou o comportamento de muitos trabalhadores, principalmente do servidor público, que precisa cumprir horários e regras”, explicou Mary.

Mary

No encontro, os servidores participaram de dinâmicas orientadas pelos psicólogos do Nast, que proporcionaram um espaço para discutir estratégias de autocuidado. A psicóloga, Núcia Normando, responsável por coordenar as atividades, explicou que a programação inclui encontros em diversas secretarias, com dinâmicas, rodas de conversa e mini palestras. “O objetivo é estimular os servidores a se olharem com mais carinho e a cuidarem de maneira assertiva da sua saúde, tanto emocional quanto mental”, destacou Núcia.

Núcia

Programação

A programação do Janeiro Branco seguirá até o dia 23 de janeiro, com visitas da equipe do Nast às secretarias municipais de Desenvolvimento Social (Semdes), Mobilidade Urbana (Semob) e Educação (Smed). Durante essas visitas, além das dinâmicas, haverá a divulgação dos serviços oferecidos pelo Nast ao longo do ano, com o intuito de aumentar a conscientização sobre a saúde mental no ambiente de trabalho.

LOCAL	**DATA**	**HORÁRIO**
Secretaria Municipal de Educação – **Smed**	16/01/ 2025	matutino8h às 11h*
Secretaria Municipal de Desenvolvimento Social – **Semdes**	17/01/ 2025	matutino8h às 11h*
Secretaria Municipal de Mobilidade Urbana- **Semob**	23/01/ 2025	matutino8h às 12h

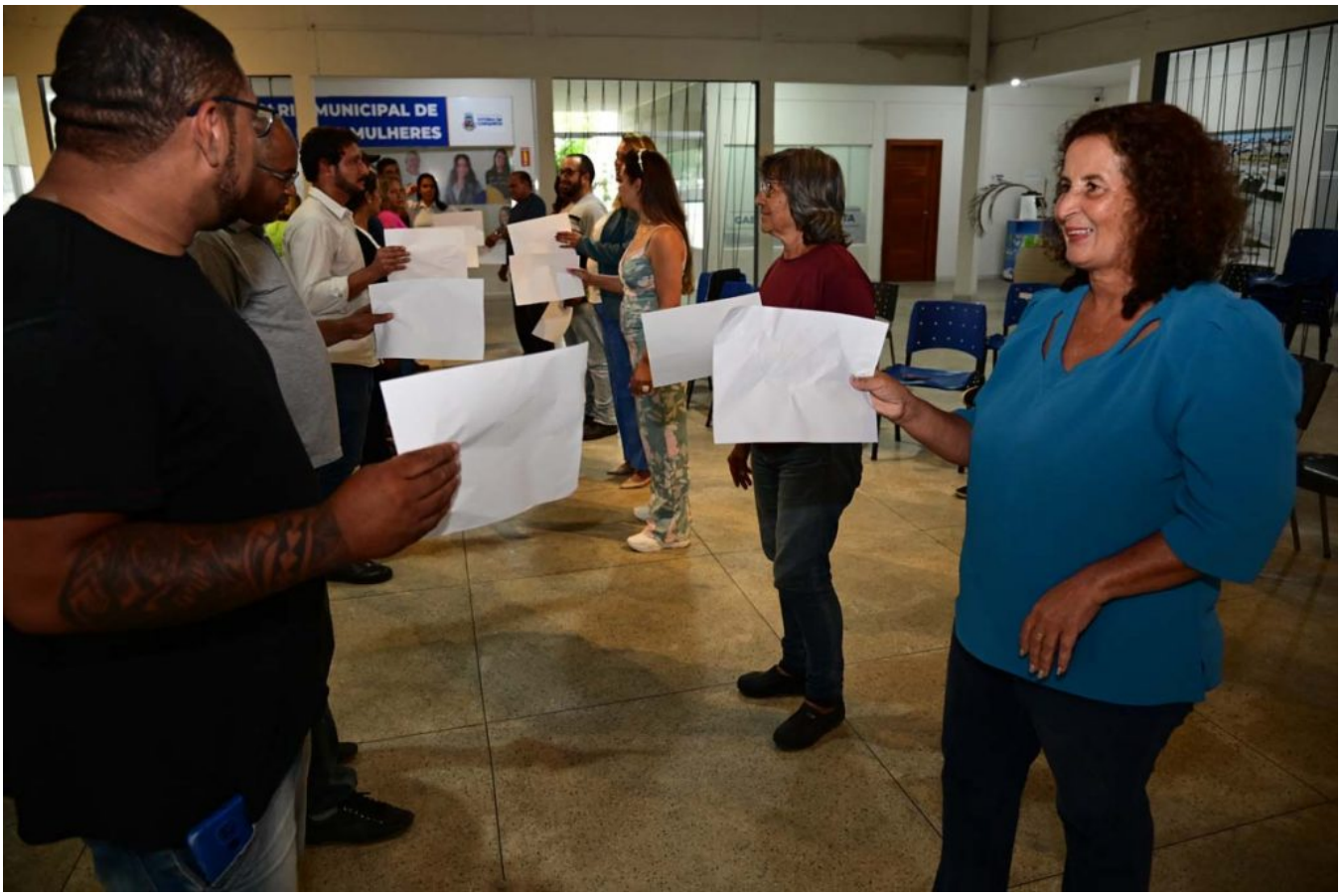
Sobre o Janeiro Branco

O Janeiro Branco é uma campanha global de conscientização sobre a Saúde Mental que começou no Brasil em 2014. A iniciativa busca chamar a atenção para a saúde mental como um aspecto vital para melhorar a qualidade de vida das pessoas. Com atividades direcionadas aos servidores públicos, a campanha pretende desmistificar o cuidado com a saúde mental e

promover um ambiente de trabalho mais saudável e acolhedor em Vitória da Conquista.

sempre?

RIA MUNICIPAL DE
PARA MULHERES


MUNICIPAL DE
MULHERES

MUNICIPAL DE
ARA MULHERES

Matéria relacionada:

https://www.pmvc.ba.gov.br/secretaria-de-gestao-inovacao-realiza-acoes-da-campanha-janeiro-branco-em-prol-da-saude-mental-dos-servidores-municipais/