Nast promove palestra com foco nos cuidados com a saúde mental dos servidores do município

Date : 19-09-2025

No mês dedicado à conscientização sobre questões emocionais, depressão e ansiedade, o Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), setor ligado à Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), promoveu na manhã desta sexta-feira (19), uma palestra voltada à saúde mental dos servidores municipais.

Realizada em parceria com o Departamento de Psicologia da Faculdade Santo Agostinho (Fasa), a palestra foi ministrada no auditório do Centro de Convivência do Idoso (CCI) pela psicóloga e professora Milena Meireles, especialista em Psicologia da Saúde. Ela trouxe como tema a “Valorização da Vida” e contou com a participação de 40 servidores de diferentes setores da Prefeitura.

Milena Meireles - palestrante

Segundo a psicóloga do Nast e responsável pelo grupo terapêutico, Arianne Zaide, a palestra

tem o intuito de reconhecer o quanto cada pessoa é única e importante. “Valorizar a vida é estar aberto ao autoconhecimento, ao diálogo, cultivar vínculos e cuidar da saúde emocional no dia a dia, como prevenção, e não apenas nos momentos de crise. Essa é a missão do Nast, de cuidar e acolher os nossos servidores todos os dias do ano”, declarou Arianne.

Millany Nolasco é educadora Social do CCI e está participando pela primeira vez de um evento voltado à saúde do servidor. Ela ressalta que a alta demanda de serviço mostra que a saúde mental requer atenção. “Eu acredito que seja de grande importância a gente trazer um assunto tão em alta e necessário, principalmente para os servidores públicos e diante das inúmeras dificuldades que a gente enfrenta no nosso dia a dia, como a gente tem que trabalhar, algumas questões que a gente tem que lidar, principalmente nesse mês de setembro”, salientou a servidora.

Millany Nolasco

Arianne

Augusta

Para a coordenadora de Gestão de Pessoas da Semgi, Augusta Bahiano, não só neste mês, mas, ao longo do ano, outras atividades, incluindo palestras que abordam o tema do autocuidado e da importância de dedicar tempo a si mesmo, serão oferecidas aos servidores. “Essas ações, em conjunto com outras iniciativas contínuas desenvolvidas ao longo do ano, refletem o compromisso da Semgi e da Prefeitura Municipal em cuidar da saúde emocional de seus servidores”, declarou Augusta.