Nast realiza encerramento do grupo terapêutico “Homens que inspiram” com servidores do almoxarifado da Smed

Date : 08-05-2026

Na manhã desta sexta-feira (8) aconteceu o encerramento do ciclo terapêutico “Homens que inspiram” para servidores do almoxarifado da Secretaria Municipal de Educação (Smed). O

projeto é promovido pelo Núcleo de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho (Nast), e visa oferecer suporte emocional e de saúde para os servidores.

A iniciativa contou com oito encontros que aconteceram nos próprios ambientes de trabalho. Além de palestras, momentos de acolhimento e escuta ativa, também foram realizados diferentes tipos de exames e vacinação, assim como exercícios de ginástica laboral. O projeto é realizado de forma periódica em diferentes secretarias.

Lúdico
PROJETO
ESCOLAS
MAIS VERDES

Psicólogo do Nast, Ernandes Mendonça destaca a importância do grupo terapêutico para o cuidado com a saúde física e mental dos homens, quebrando estigmas e estereótipos sobre a masculinidade. “Os homens acham que precisam ser sempre fortes, estarem dispostos para o trabalho. Mas quando você volta esse olhar para a saúde, as mulheres se cuidam mais. Pensando nessas possibilidades de discutir sobre temas da masculinidade, do cuidado não somente físico, mas também o cuidado mental, foi que nasceu essa proposta do ‘Homens que inspiram’, sobretudo nos setores que têm a presença maciça de homens, levando discussões de mudanças de postura e novos comportamentos. Hoje estamos encerrando com os servidores da Smed. Nós tivemos oito encontros com esses homens, desde o ano passado. Foram momentos de discutir diversos temas e perceber o impacto dessas discussões na vida de cada um deles”, explica.

Educador Físico, Maurício de Souza ressalta os benefícios das discussões combinadas com atividades que envolvem exercícios físicos. “O papel da educação física nesse grupo do ‘Homens que Inspiram,’ juntamente com a psicologia, é incentivar a prática de atividades físicas como um autocuidado. Pesquisas apontam que a maioria dos homens são sedentários, a maioria está com sobrepeso. Então, é essa a importância de aliar a psicologia com a educação física para incentivar essa prática regular de exercícios”, afirma.

Ernandes

Maurício

Um dos servidores que participaram da ação foi o auxiliar de obras Francisco Alves, que acredita que as experiências no grupo terapêutico vão ajudá-lo tanto no convívio com os colegas de trabalho quanto na vida pessoal. “Foi um projeto maravilhoso, porque tira a gente da zona de conforto. A gente passa 30 anos acreditando em algo, aí vem a Prefeitura com esse projeto bacana e mostra que a gente pode ir além. A começar pelo título: ‘Homens que Inspiram’. Eu gostei muito porque trabalhou não só o meu físico, mas principalmente o meu psicológico. Como eu devo tratar o meu colega de trabalho, qual o respeito que eu tenho que ter para com ele. Quando a gente fala de cuidar do outro, é justamente isso”, conta.

Já o pintor lúdico Elnatan Gomes aprovou a iniciativa do Governo Municipal em reforçar o cuidado com os servidores. “É bom saber que o Nast e a Prefeitura trouxeram esse projeto pra dar voz pra nós servidores públicos. Muitas vezes o gênero masculino é tratado como sinônimo de força, até como pessoas insensíveis, então é muito bom ser ouvido. Saber que somos atendidos, respeitados. Em todos os encontros pudemos trabalhar em equipe, conversar em grupo, e mexeu com o nosso emocional, mudou o nosso psicológico, muitas vezes também atingiu o nosso espiritual, pra termos um relacionamento melhor em grupo”, disse.

JOSÉ LOPES VIANA
E.M.
JOSÉ MOZART TANAJ
E.M.
JUÍZ DOUTOR ANTÔNIO HÉLDER
E.M.
GUIMARÃES PASSOS
E.M.
VITÓRIA DA CONQUISTA

Francisco

E.M.
JOSÉ LOPES VIANA
E.M.
JOSÉ MOZART TANAJURA
E.M.
JUIZ DOUTOR ANTÔNIO HÉLDER THOM
E.M.
FERNANDO ESPINOLA
E.M.
FREI SERAFIM DO AMPARO
E.M.
GUIMARÃES PASSOS
E.M.
VERA CRUZ DE AZEVEDO

Elnatan