Nast realiza primeiro encontro do projeto MoviMente voltado para servidores

Date : 19-03-2025

Servidores de diferentes secretarias municipais participaram, na manhã desta quarta-feira (19), do primeiro encontro do grupo MoviMente. O projeto, realizado pela Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), por meio do Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), tem como objetivo promover qualidade de vida para os servidores, por meio de mudanças de hábitos e autocuidado.

Esta é a quinta edição do projeto, que conta com um encontro semanal e tem duração de três meses. A fisioterapeuta do Nast, Giselle Vieira, explicou que nesta edição, além das palestras, os participantes contarão com momentos para prática de atividades físicas. “Vamos falar de espiritualidade, saúde física, emocional e financeira, bem-estar, Doenças Crônicas Não-Transmissíveis, com o intuito de provocar uma reflexão do servidor e para que ele busque melhorar sua qualidade de vida”, ressaltou.

Giselle Vieira

Rose Meira e Maria Madalena Abreu

Servidora municipal desde 1999, a agente comunitária de Saúde, Maria Madalena Abreu, tem expectativas positivas em relação ao projeto. “Achei interessante e importante todos os temas que serão abordados aqui e ouvindo especialistas temos uma base para tentarmos resolver nossas dificuldades”.

Os encontros do projeto MoviMente acontecem todas as quartas-feiras, das 8h às 10h, na sede do Nast.