Oficina Forrozear chega ao fim da segunda edição com dança, integração e cuidado com os servidores municipais

Date : 30-08-2026

Depois de meses de passos, arrasta-pés e muita interação, a segunda edição da Oficina Forrozear chegou ao fim nesta sexta-feira (28), em uma tarde marcada por dança, alegria e integração entre servidores municipais. A atividade foi realizada no Salão de Eventos do Centro de Convivência do Idoso (CCI) e marcou a culminância de uma iniciativa que começou no final de maio e transformou a dança em uma ferramenta de cuidado e bem-estar no ambiente de trabalho.

Promovida pela Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), por meio do Núcleo de Atenção à Saúde e Segurança no Trabalho (Nast), em parceria com os Núcleos de Psicologia e Educação Física, a oficina foi criada para incentivar hábitos saudáveis, o movimento e a convivência entre os servidores. Durante os encontros, o forró se tornou também um espaço para desacelerar da rotina, conhecer novos colegas e cuidar da saúde física e emocional.

Responsável pelas aulas, o psicólogo do Nast, Hernandes de Amorim Mendonça, destacou que a experiência tem mostrado como a dança pode contribuir para aproximar as pessoas e fortalecer o cuidado integral com os servidores. “Nós estamos finalizando a segunda turma dessa oficina Forrozear e é muito bom perceber que nossos alunos alunos são professores, são servidores, e esses servidores se empenham também a aprender algo novo”, afirmou.

Hernandes de Amorim

Para Hernandes, a proposta está diretamente ligada ao trabalho desenvolvido pelo Nast, que busca olhar para o servidor para além dos aspectos físicos. “A dança aproxima as pessoas, integra e está muito voltada à prática do próprio Nast, que é justamente ter esse cuidado não somente físico, mas também mental e emocional dessas pessoas”, explicou.

A servidora Juciara Dias, analista de processos digitais da Secretaria Municipal de Finanças (Sefin), participou pela segunda vez da oficina e conta que a experiência já faz parte da sua rotina de uma maneira especial. Para ela, o Forrozear funciona como uma pausa necessária diante dos desafios do dia a dia. “Eu estou na minha segunda edição, e é maravilhoso, porque não trabalha só com o nosso corpo, trabalha também com a nossa mente. Isso aqui é uma verdadeira terapia”, relatou.

Juciara também ressaltou a interação proporcionada pela atividade. Segundo ela, depois de um dia de trabalho, encontrar os colegas, dançar e ajudar uns aos outros faz diferença no bem-estar. “Você chega aqui, encontra os colegas, esquece de tudo, movimenta o corpo, mas também movimenta com a alegria”, contou.

Para Mirele Bispo, educadora social da Secretaria Municipal de Assistência Social, Habitação Social e Direitos Humanos (Sashds), a oficina representa um momento importante de pausa para quem lida diariamente com situações que exigem envolvimento emocional. “Participar da oficina, para mim, foi de suma importância, porque no dia a dia a gente lida, principalmente na assistência social, com inúmeros casos, inúmeras situações, e isso acaba abalando muito”, explicou.

Ela destacou que os encontros criaram uma oportunidade para os servidores relaxarem e fortalecerem os vínculos. “A oficina é o momento no qual nós, servidores, podemos relaxar, conseguimos conviver, socializar com os colegas, e isso é fundamental para o bem-estar do servidor”, afirmou.

O encerramento também contou com a participação da Escola VG, de Vinícius Gomes, em uma atividade de culminância que proporcionou aos participantes a oportunidade de colocar em prática o que aprenderam ao longo da oficina e continuar aprimorando os conhecimentos sobre a dança.

TRANSFORME-SE

De acordo com Hernandes, a experiência da segunda edição reforça o desejo de ampliar a iniciativa e levá-la a outros servidores e espaços. “A gente sente vontade justamente de continuar o projeto, desenvolver com outras pessoas, levar a dança e essa cultura nordestina para outras pessoas também, em outros ambientes”, destacou.

Mais do que aprender passos e movimentos, os participantes encerraram a oficina levando consigo novas experiências, vínculos e um espaço de convivência construído ao longo dos encontros. A segunda edição do Forrozear mostra, assim, que cuidar da saúde do servidor também pode envolver música, cultura, movimento e, claro, um bom arrasta-pé.