# Palestra sobre autoconhecimento emocional é oferecida a participantes da Sala da Mulher Empreendedora

**Date :** 01-10-2024

A Sala da Mulher Empreendedora, localizada na Secretaria Municipal de Políticas para as Mulheres (SMPM), ofereceu, nesta terça-feira (1º), uma palestra sobre "Autoconhecimento Emocional através dos Florais de Bach". A apresentação do tema foi feita pela terapeuta Marta Vasconcelos, que relacionou o uso dos florais ao autoconhecimento, o equilíbrio emocional e promoção da resiliência e clareza nas decisões.

Os Florais de Bach, ou terapia floral, é um tratamento alternativo desenvolvido pelo médico bacteriologista Edward Bach e caracterizado pelo uso de essências naturais que servem para curar emoções negativas e proporcionar bem-estar emocional e físico.

Natural de Salvador, Marta é especialista em terapia floral e, ao chegar a Vitória da Conquista, foi incentivada a se conectar com a SMPM e a Sala da Mulher Empreendedora para desenvolver e divulgar seu trabalho. “A palestra foi uma oportunidade de transmitir o conhecimento acerca dos florais de Bach e sua relação com a autoestima das mulheres. Também foi um momento para divulgar minha empresa”, explicou.

Marta também elogiou a organização da Secretaria da Mulher e a qualidade dos serviços que são oferecidos às mulheres de maneira gratuita. “Fui recebida com um suporte espetacular de mulheres que ajudam na gestão de empresas e marketing. A terapia floral é um suporte emocional para os desafios que as empreendedoras enfrentam, desde a abertura de uma empresa até os obstáculos que surgem. O autoconhecimento emocional é fundamental para que essas mulheres tenham autonomia para lidar com suas emoções e suas empresas”, destacou.

Marta

Sandra Muniz, empreendedora do ramo de alimentação e participante assídua da Sala da Mulher, compartilhou sua experiência com a palestra. Ela destacou o impacto positivo das palestras oferecidas pela Sala em seu desenvolvimento pessoal e profissional. “As palestras têm estimulado meu crescimento pessoal e profissional. Conhecer a Sala das Mulheres e participar desta palestra foi muito bom para trabalhar a insegurança e para me relacionar melhor com as pessoas”, ressaltou Sandra.

Sandra

A coordenadora da Sala, Efigênia Ferreira, ressaltou que as ações voltadas para o autoconhecimento e o autocuidado fazem parte da programação do Outubro Rosa, sinalizando a importância dessas questões para o fortalecimento das mulheres empreendedoras. Efigênia enfatizou que estão planejadas diversas ações ao longo do mês, abordando temas como moda, imagem e o empoderamento das mulheres no mundo dos negócios.