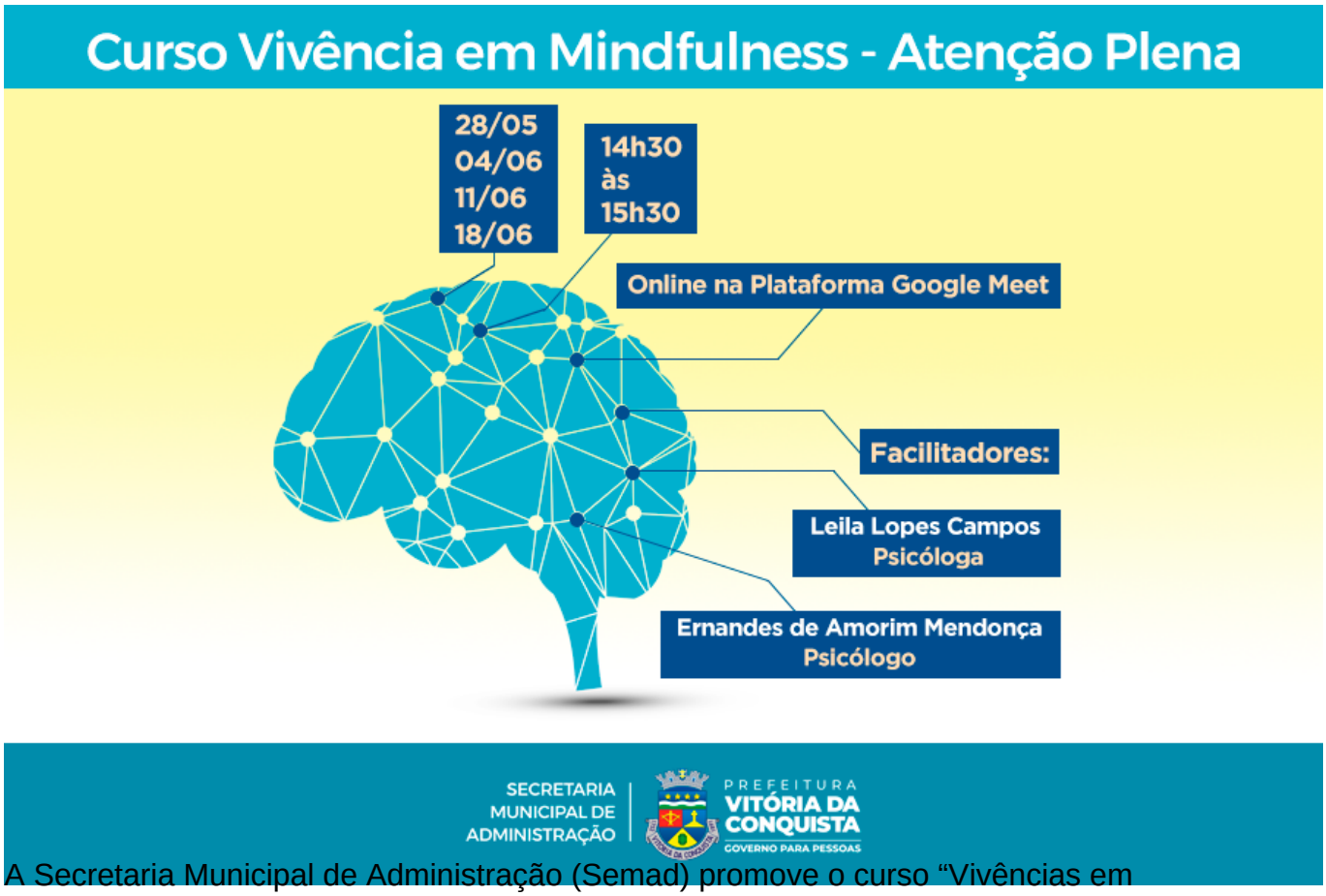
Prefeitura promove curso com foco em saúde mental

Date : 27-05-2021



A Secretaria Municipal de Administração (Semad) promove o curso “Vivências em Mindfulness- Atenção Plena”. O mindfulness é uma prática que auxilia no direcionamento de toda a atenção para o momento presente, valorizando as experiências vividas no momento em que elas acontecem e contribuindo com a saúde mental.

A atividade, realizada em parceria com a faculdade Uninassau, acontecerá na modalidade on-line durante quatro sextas-feiras, das 14h30 às 15h30. O primeiro encontro será nesta sexta-feira (28).

Para participar, os servidores municipais devem preencher o formulário de inscrição disponível aqui. Mais informações por meio do email nucleodeprojetosggp@gmail.com ou através do telefone/Whatsapp: (77) 98809-7184.