Secretaria de Desenvolvimento Econômico oferece palestras voltadas à saúde mental de trabalhadores em parceria com empresas

Date : 20-01-2025

A Secretaria Municipal de Desenvolvimento Econômico (SMDE), por meio do Serviço de Psicologia Organizacional e do Trabalho, está realizando um ciclo de palestras como parte da campanha Janeiro Branco. Este ano, a campanha traz o tema: “O que fazer pela saúde mental agora e sempre?” e é voltada para trabalhadores de empresas parceiras da SMDE, além de servidores municipais.

A campanha tem por objetivo promover uma reflexão sobre a saúde mental e emocional dos trabalhadores, especialmente em um contexto onde o estresse e a pressão no ambiente de trabalho são temas recorrentes. A Prefeitura, através da SMDE e também da Secretaria Municipal de Gestão e Inovação (Semgi), está engajada em ações que visam melhorar a qualidade de vida e o bem-estar dos trabalhadores.

Neste último sábado (18), a ação da SMDE foi oferecida ao Centro de Distribuição e Logística da empresa Cabral & Sousa, localizado no Distrito Industrial dos Imborés. A psicóloga organizacional da SMDE, Jamília Gomes, foi a responsável pela palestra, que combinou teoria com práticas dinâmicas, abordando temas relacionados à saúde mental e apresentando intervenções que incentivam a criação de uma cultura organizacional que priorize o bem-estar dos colaboradores.

Segundo Jamília, as atividades buscam não apenas conscientizar, mas também equipar os trabalhadores com ferramentas para lidar com os desafios emocionais do dia a dia. “O objetivo é incentivar trabalhadores e lideranças a criar e fortalecer as suas relações, com base em uma cultura organizacional que priorize a saúde mental para, consequentemente, aumentar a qualidade de vida, o bem-estar e incentivar a busca por uma vida mais equilibrada”, destacou a psicóloga.

Thiago

Davi

Leonardo

Tiago Carolino, técnico em Segurança do Trabalho da empresa Cabral & Souza agradeceu e parabenizou a Prefeitura pela iniciativa: "Aqui na Cabral e Souza, nós acreditamos que a saúde mental é algo extremamente importante que deve ser disseminado cada vez mais em todas as atividades do nosso ciclo de negócios. E o nosso público hoje, principalmente de motoristas,

auxiliares e até atividades administrativas, onde no seu cotidiano tem rotinas estressantes, é importante trazer para eles o conhecimento para que possam desenvolver a habilidade com que foi passada. Agradeço por essa parceria com a Prefeitura e tenho a certeza que foi um momento ímpar e que nós vamos utilizar todo o aprendizado da melhor maneira possível".

Para o auxiliar Leonardo Dias, a atividade promovida na empresa foi esclarecedora. "Me deu o entendimento de algumas coisas que podem estar acontecendo e que devem ser tratadas, pra não acumular tanto na nossa vida profissional, na nossa vida pessoal. Acho isso importante. Até mesmo pra aprendermos a viver, não sobreviver", destacou Leonardo.

O motorista do Centro de Distribuição, Davi Doria de Andrade, também compartilhou sua experiência após a palestra. “Saio hoje com um aprendizado que vou carregar para a minha vida. Mudou um pouco na minha mente, e creio que daqui para a frente será melhor para mim. Estou mais consciente da importância da saúde mental e espiritual”, destacou Davi, enfatizando como a palestra impactou positivamente sua visão sobre o trabalho e a vida.

Os encontros promovidos pela SMDE incluem uma série de tópicos relevantes, como psicoeducação sobre a campanha Janeiro Branco, emoções primárias, traumas e escapes internos, ressignificação de experiências por meio do acolhimento e autorresponsabilidade. Além disso, são discutidas estratégias de enfrentamento que ajudam os participantes a levar uma vida mais leve e realizadora.