Servidoras municipais participam do primeiro encontro do Grupo terapêutico "Entre Nós Mulheres"

Date : 04-04-2024

Servidoras públicas municipais se reúnem no grupo terapêutico "Entre Nós Mulheres", no Nast

Acolhimento, compreensão, respeito às particularidades. Esses são alguns dos pontos sobre os quais o Grupo Psicoterapêutico "Entre Nós Mulheres" se propõe a debruçar nos próximos meses. Articulado pelo Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast), por meio da Secretaria de Gestão e Inovação (Semgi), o projeto é voltado para as servidoras públicas municipais, e teve o primeiro encontro na tarde desta quinta-feira (4). Esta reunião aconteceu no auditório do Nast, e as próximas estão marcadas para todas as quintas-feiras, até o dia 6 de junho.

Motivada pela ideia de entender a si mesma e ter uma vida mais leve, a técnica de enfermagem, Nadir Gomes, foi uma das servidoras que se inscreveram nas 25 vagas ofertadas pelo Núcleo. “Eu soube dessa ação através de uma colega e logo me interessei. A gente vai envelhecendo e parece que alguns medos passam a fazer parte das nossas vidas. Minha expectativa é de compartilhar, conversar; sair curada. Na correria do dia a dia, a gente não encontra pessoas dispostas a conversar e, às vezes, conversar com ‘estranhos’ é um desabafo. Quero abrir meu coração mesmo e aprender a me cuidar para além de cuidar dos

outros”, disse a servidora, que atua há mais de 20 anos na Prefeitura.

Nadir Gomes

Verbênia Ribeiro

De acordo com a psicóloga responsável pelo projeto, Verbênia Ribeiro, a principal motivação do núcleo é estimular quatro frentes na vida dessas mulheres: autocuidado, fator multitarefa, relacionamentos e as funções de cuidados. “A condição da mulher envolve muitas mudanças em nossas vidas; e são essas transformações que trataremos em nossos encontros. Além também de abraçar as nossas vulnerabilidades e diversidade, e aprender a desacelerar, nos permitindo descansar sem nos sentirmos culpadas”, explicou. “Com as questões compartilhadas, no dia a dia e nos atendimentos, identificamos algumas que são comuns; então, essas tardes serão os momentos para dividir com as demais. Somos colegas atendendo colegas”, complementou a profissional ao apresentar o objetivo do Grupo às participantes.

Saúde e qualidade de vida dos servidores

A psicologia é uma das frentes de trabalho do Nast, cujas ações são realizadas de forma interdisciplinar, de maneira a atender o ser humano em sua completude. O Núcleo está aberto para todo o quadro do funcionalismo público municipal, oferecendo, inclusive, sessões individuais de terapia. Basta acessar o Portal do Servidor e agendar o melhor horário.

O Nast também dispõe dos serviços de psiquiatria, psicologia, medicina do trabalho, segurança do trabalho, ginástica laboral, serviço social, oficinas e grupos operativos, além de

encaminhamentos para consultas e exames.

Essas iniciativas são fruto de um compromisso firmado pela prefeita Sheila Lemos, desde 2022, que instituiu a política de valorização do servidor público municipal. Desde então, a Prefeitura busca criar ações que colaborem para a realização e aperfeiçoamento profissional do servidor, como também criar condições para que ele desenvolva hábitos de vida saudáveis.