Servidores municipais entram no clima junino com início da oficina “Forrozear”

Date : 30-05-2026

O salão do Centro de Convivência do Idoso (CCI) ficou pequeno para tanta animação na tarde desta sexta-feira (29), durante o primeiro encontro da oficina de dança “Forrozear”, promovida pelo Núcleo de Atenção à Saúde do Trabalhador (Nast). Entre passos de forró, risadas e muita interação, servidores municipais deram início à segunda edição da atividade, que une lazer, saúde e valorização da cultura nordestina.

A oficina acontece até o dia 17 de julho, sempre às sextas-feiras, das 16h às 17h30, e tem como proposta incentivar o bem-estar físico e mental dos servidores, além de fortalecer os vínculos entre colegas de diferentes secretarias.

Responsável pelas aulas, o psicólogo do Nast, Hernandes de Amorim Mendonça, explicou que a iniciativa surgiu a partir da boa aceitação da primeira edição da oficina. Segundo ele, o projeto aproveita o período junino para incentivar a prática da dança e, ao mesmo tempo, reforçar a importância do cuidado com a saúde emocional. “Não existe uma expressão mais genuína para nós, nordestinos, do que o forró. Então pensamos justamente em valorizar a nossa cultura, promover bem-estar e criar esse espaço de convivência para os servidores”, destacou Hernandes.

Além da diversão, a dança também funciona como uma ferramenta de relaxamento e socialização. “A dança propõe esse bem-estar. Você conhece outras pessoas, conversa, troca energia e cuida da saúde física e mental ao mesmo tempo”, completou o ministrante.

Hernandes de Amorim Mendonça

Juciara Dias

Marcos Ludiger

Quem participou da primeira turma fez questão de voltar. Foi o caso do gerente de marcenaria da Secretaria Municipal de Educação (Smed), Marcos Ludiger. Para ele, a oficina é uma oportunidade de aliviar as tensões da rotina de trabalho. “A experiência foi gratificante. Estou retornando porque gostei demais. O funcionário carrega muita pressão no dia a dia e aqui a gente consegue aliviar o estresse, relaxar e se divertir”, afirmou.

A gerente do Departamento do Tesouro da Secretaria Municipal de Finanças, Juciara Dias, também destacou o impacto positivo da atividade na convivência entre os servidores. “Não é só dançar, é uma terapia. Você mexe com o corpo, com a mente e ainda conhece colegas de outras secretarias. É um momento de troca, de alegria e de interação”, disse.

Com a chegada dos festejos juninos, a expectativa é que os participantes saiam das aulas preparados para aproveitar o São João no melhor estilo nordestino: com muito forró no pé e animação.