|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação
Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000

SETOR DE PSICOLOGIA

-Título:

Saúde Mental no Ambiente de Trabalho.

- Resumo:

Saúde mental engloba o estado de bem-estar físico, emocional e social que permite lidar com os desafios da vida, desenvolver habilidades, trabalhar de forma produtiva e contribuir de maneira positiva e harmoniosa para a vida diária e rotina comum. Envolve a capacidade de gerenciar emoções, construir relacionamentos saudáveis e tomar decisões. Não é apenas a ausência de doença, mas uma condição que permite a realização pessoal, sendo tão importante quanto a saúde física.

- Justificativa:

Em respeito ao bem estar e a qualidade de vida de seus professores da rede municipal de Ensino, o setor vem a desenvolver palestras sobre o tema proposto com o intuito de promover a cada dia o bem estar geral de cada profissional como um ser único e essencial.

A saúde mental irá atuar diretamente neste estado, bem como influenciar a forma de lidar com estresse, emoções e o relacionar-se com os demais.

A proposta faz jus a importância de falar e ser ouvido em suas agruras, bem como ter a clareza de pensamentos e formas de como realmente melhorar a cada dia suas vivências e contexto.

O investimento realizado em saúde mental é crucial para o desenvolvimento do indivíduo em sua vida em sociedade, bem como manter o equilíbrio e a capacidade de enfrentar adversidades/desafios da vida.

- Objetivos:

Objetivo geral

Buscar a qualidade de vida e o bem-estar físico, emocional e social diante dos desafios, estresse, emoções e relações interpessoais as quais fazem parte do trabalho diário de educadores dentro da escola.

Objetivos específicos

Proporcionar a oportunidade de fala e escuta sobre a saúde mental;

Promover qualidade de vida;

Visualizar maneiras e formas de conviver com desafios que ocorrem no trabalho diariamente;

|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Desenvolver a capacidade em lidar com o nível de estresse, emoções e sentimentos que ocorrem no ambiente de trabalho diariamente;

Promover o bem estar físico, emocional e social das inter-relações laborais.

Público-alvo:

Professores, diretores, auxiliares da Rede Municipal de Ensino.

Metodologia:

Realizar visitas e encontros nas escolas municipais e, nos intervalos e hora-atividade reunir a classe docente para a realização da palestra e explanação sobre o tema da saúde mental, bem como a escuta das demandas que venham a acontecer.

Plano de trabalho:

Entre os meses de maio a setembro realizar estas visitas aproveitando a disponibilidade da Equipe Pedagógica e do transporte da Secretaria Municipal de Educação, bem como considerando o calendário escolar.

Orçamento:

- papel para impressão de informativo;

- tinta;

- impressora.

Resultados esperados:

Percepção por parte dos professores e demais funcionários da rede municipal de Educação sobre a importância da Saúde Mental e a qualidade de vida no ambiente de trabalho; onde as habilidades e capacidades de adaptação, de convivência e as relações interpessoais podem ser melhoradas com o conhecimento adquirido e com o entendimento das formas de se lidar com sentimentos, adversidades, desafios, estresse e pressões do dia a dia.

Proporcionada a escuta e acolhimento para os que se propuseram a melhora de sua saúde mental no ambiente de trabalho para a qualidade no desenvolver as suas habilidades em suas funções.

|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000

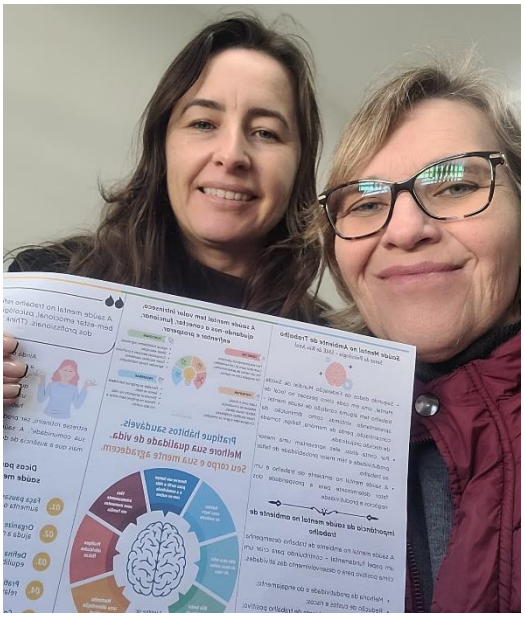




|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000









|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000





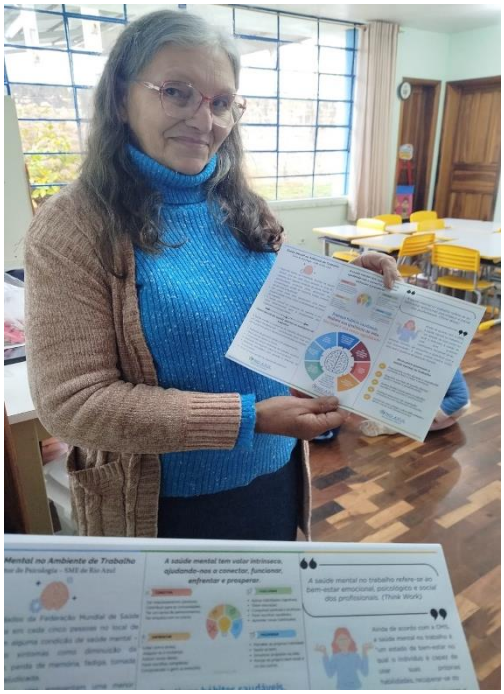




|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000

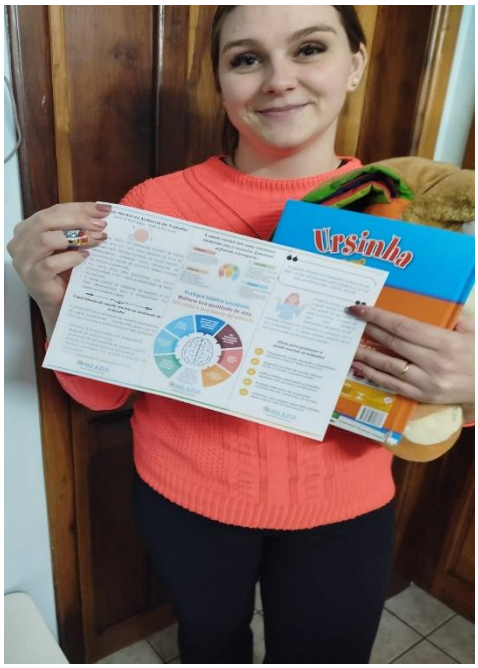




|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CE









|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000



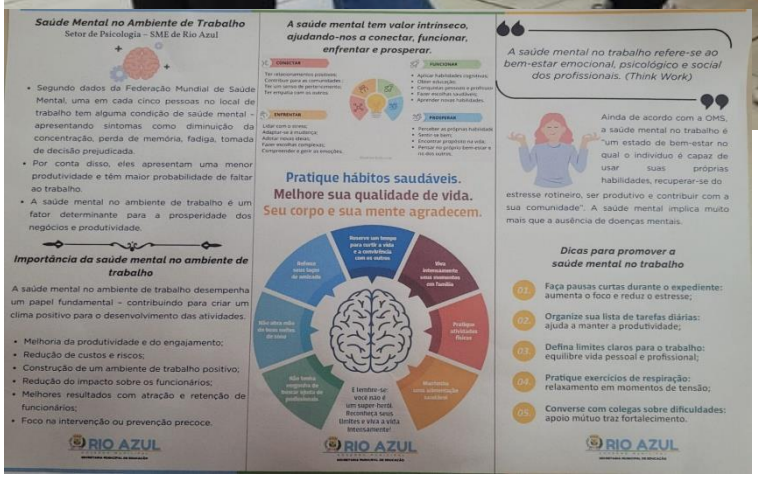


|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000





|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná





|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000





|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000



|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000





|42| 3463-1122
www.rioazul.pr.gov.br
contato@rioazul.pr.gov.br

Secretaria Municipal de Educação

Edifício Prof.ª Dilma Pallú Albini, Rua Getúlio Vargas, nº 270 Centro, Rio Azul – Paraná
CEP. 84.560-000

