

SAÚDE MENTAL É TEMA DE CAMPANHA DA CENIBRA



A empresa ofereceu palestras para as equipes da Fábrica e das Regionais Florestais e plantão psicológico com atendimentos individuais.

Cultivar emoções e relações positivas, ter uma visão otimista da realidade e praticar atividades prazerosas são ferramentas para construir uma mente saudável. No trabalho, um ambiente favorável contribui para uma rotina mais agradável e menos estressante.

“A importância dos cuidados com a saúde mental se dá na capacidade de manter a atenção plena no desenvolvimento das suas atividades, pois mantém a mente e o corpo presentes na tarefa, e aumenta a resiliência e a tolerância, fazendo do ambiente de trabalho um local agradável”, explica Jadson Pereira Dias, médico do Trabalho da CENIBRA.

Dentre as ações, a Empresa ofereceu palestras para as equipes da Fábrica e das Regionais Florestais e plantão psicológico com atendimentos individuais. Além disso, durante todo o mês, foram realizadas ações que fomentaram reflexões sobre boas escolhas para uma vida mais saudável.

Saúde mental é reconhecido como temática do Janeiro Branco, campanha promovida por diversas organizações e entidades públicas. Com o mote *“Descubra a felicidade em cada momento”*, a CENIBRA promoveu uma campanha de promoção da saúde mental como parte das ações de saúde e segurança da Comissão Interna de Prevenção de Acidentes (CIPA), por meio do Programa Qualidade de Vida.

Foto: Divulgação

<https://jornalpanfletus.com.br/noticia/3943/saude-mental-e-tema-de-campanha-da-cenibra> em 06/07/2024 19:13