



Saúde é fundamental

Participe da oficina de biodanza

nesta quarta-feira,

8 de dezembro, no Sindicato

Nesta quarta-feira, 8 de dezembro, às 18h30, o Sindicato dos Bancários realizará em seu auditório a oficina “TEMPO DE CUIDAR-SE”. A atividade tem como objetivo alertar para o necessário cuidado com a saúde e estimular a solidariedade entre os trabalhadores, que cotidianamente sofrem com as pressões e o assédio moral.

As facilitadoras da oficina serão Cesarina Vieira e Teresinha Mansur, que realizarão atividades de biodanza e falarão sobre o assunto.

Essa técnica surgiu na década de 1960 e se utiliza da música e do movimento corporal para estimular o

cuidado consigo, com o outro e com o meio ambiente.

As pressões e o assédio no ambiente de trabalho são as principais fontes de doenças relacionadas ao estresse e à depressão.

No INSS, o número de afastamentos por problemas na saúde mental dos trabalhadores é quase o mesmo que o número de casos de afastamentos por doenças por esforços repetitivos (LER/DORT).

É importante a participação dos bancários na oficina. Através de ações como essa podemos nos mobilizar para combater efetivamente o estresse, a depressão e outros problemas de saúde no ambiente de trabalho.

ENTRADA FRANCA

08/12 (quarta-Feira), às 18h30, no Sindicato dos Bancários
(Wilson Freitas, 93, Centro, Vitória) - Inscrições: 33319980 - 33319968

Email: saude@bancarios-es.org.br

Organização: Secretaria de Saúde e Condições de Trabalho

FAVOR AFIXAR NO QUADRO DE AVISOS