



*Relatório de atividades*  
*Palestra – Auto estima da mulher trabalhadora*

**SAÚDE DO**   
**TRABALHADOR**

AQUIDAUANA – MS  
2021



## Palestra

### Informações gerais

**Data:** 12/03/2021

**Tema:** A auto estima da mulher trabalhadora – alusiva ao Dia Internacional da Mulher de 8 de março.

**Localidade:** UPA

**Participantes:** Funcionárias da Farmácia, SAMU, SAD.

**Objetivo da atividade:** Trabalhar o autoconhecimento, a auto aceitação e o amor próprio.

### Descrição da atividade:

Uma conversa sobre a auto estima levando em consideração os seguintes pontos:

- Investir no autoconhecimento;
- Parar de se comparar;
- Reconhecer seu potencial;
- Rever suas crenças.

Um profissional que não tem uma autoestima não se sente capaz, não confia no seu potencial, não reconhece suas próprias habilidades e perde inúmeras possibilidades de crescer.

Após a atividade educativa, foi realizado sorteio de brindes doados pelo comércio local e um café da manhã para acolhimento e socialização de todas as participantes. Realizado em local aberto seguindo todas as regras de biossegurança devido a pandemia da COVID 19.

---

**Guilherme Pinheiro da Silva**  
Coordenador Serviço de Vigilância  
em Saúde do Trabalhador