



Relatório de atividades

Outubro Rosa

SAÚDE DO 
TRABALHADOR

AQUIDAUANA – MS
2022



Palestra

Informações gerais:

Data: 21 de outubro – 2022

Tema: A importância do autocuidado

Localidade: SAS

Participantes: ASGs da SAS

Objetivo da atividade: Mostrar a importância de ter um olhar voltado para si, priorizando-se. Como medida de proteção para o não adoecimento mental/emocional e físico, como as somatizações.

Realizado pratica corporal, atividade de alongamento visando o bem-estar físico e mental.

As trabalhadoras se mostraram participativas durante as atividades propostas.

Palestra

Informações gerais:

Data: 26 de outubro – 2022

Tema: A importância do autocuidado

Localidade: Esf JAM

Participantes: ASGs da SESAU

Objetivo da atividade: Mostrar a importância de ter um olhar voltado para si, priorizando-se. Como medida de proteção para o não adoecimento mental/emocional e físico, como as somatizações.

Realizado pratica corporal, atividade de alongamento visando o bem-estar físico e mental.

As trabalhadoras se mostraram participativas durante as atividades propostas.



Palestra

Informações gerais:

Data: 27 de outubro – 2022

Tema: A importância do autocuidado

Localidade: SEMED

Participantes: ASGs da SEMED

Objetivo da atividade: Mostrar a importância de ter um olhar voltado para si, priorizando-se. Como medida de proteção para o não adoecimento mental/emocional e físico, como as somatizações.

Realizado pratica corporal, atividade de alongamento visando o bem-estar físico e mental.

As trabalhadoras se mostraram participativas durante as atividades propostas.

Palestra

Informações gerais:

Data: 26 de outubro – 2022

Tema: A importância do autocuidado

Localidade: Frigorifico Buriti

Participantes: trabalhadores do frigorifico

Objetivo da atividade: Mostrar a importância de ter um olhar voltado para si, priorizando-se. Como medida de proteção para o não adoecimento mental/emocional e físico, como as somatizações. Organizando suas tarefas diárias, fazendo lista de prioridades de maneira que haja mais tempo para lazer em meio as obrigações.

Realizado pratica corporal, atividade de alongamento visando o bem-estar físico e mental.

As trabalhadoras se mostraram participativas durante as atividades propostas.