

WORKSHOPS AJUDAM TRABALHADORES DAS IPSS DE MANGUALDE A “VIVER SEM ANSIEDADE”

OBJETIVO É PROMOVER A SAÚDE JUNTO DESTES COLABORADORES PROPENSOS A ANSIEDADE E DEPRESSÃO



Teve início esta segunda-feira, dia 29 de janeiro, no Centro Social Paroquial de Fornos de Maceira Dão, o primeiro ciclo de workshops destinados a colaboradores/as das IPSS concelhias subordinado ao tema “Como viver sem ansiedade”. Esta é uma iniciativa da Rede Social de Mangualde em parceria com os “5 sentidos”, contando ainda conta com a participação de especialistas na área.

O principal objetivo destes workshops é a promoção da saúde junto destes/as colaboradores/as, que têm apresentado uma elevada prevalência de problemas associados à saúde mental, particularmente no âmbito da ansiedade e depressão. Por conseguinte, é de extrema importância que se desenvolvam, no meio laboral, iniciativas inovadoras, interativas e apelativas, mas, principalmente, eficazes, no sentido de reduzir esta tendência.

Os próximos workshops realizar-se-ão no Centro Social e Paroquial de Chãs de Tavares, Centro Social e Cultural da Paróquia de Mangualde, Centro Paroquial de Alcafache, Centro Social e Paroquial de Abrunhosa-a-Velha e no Centro Paroquial de Cunha Baixa.

Mangualde, 2 de fevereiro de 2018

Sofia Monteiro | 910 944 474 | sofiamonteiro@essenciacompleta.pt

Silvéria Miranda | 914 818 018 | comunicacao3@essenciacompleta.pt