



Câmara Municipal de
Maracanaú

GABINETE DA VEREADORA MICHELE ROSA

EXCELENTÍSSIMO PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE MARACANAÚ.

PROJETO DE RESOLUÇÃO Nº 011 /2025

**Dispõe sobre a criação do projeto
Saúde mental na Câmara Municipal de Maracanaú.**

A CAMARA MUNICIPAL DE MARACANAÚ INDICA:

Art. 1º - Projeto: Programa de Saúde Mental na câmara municipal para Servidores da Câmara Municipal de Maracanaú.

A saúde mental é um aspecto fundamental do bem-estar dos servidores públicos, impactando diretamente a qualidade do trabalho, a produtividade e a satisfação no ambiente laboral. Com 110 funcionários, a Câmara Municipal de Maracanaú reconhece a importância de promover a saúde mental de seus servidores, criando um ambiente de trabalho saudável e acolhedor. Este projeto visa implementar um programa de saúde mental que ofereça suporte, recursos e atividades voltadas para o bem-estar emocional dos colaboradores.

Objetivos:

1. Promover o Bem-Estar Mental: Criar um ambiente de trabalho que valorize a saúde mental e o bem-estar dos servidores.
2. Identificar e Reduzir o Estresse: Implementar estratégias para identificar e reduzir fatores de estresse no ambiente de trabalho.
3. Oferecer Apoio Psicológico: Disponibilizar serviços de apoio psicológico para os servidores que necessitem de assistência.
4. Fomentar a Conscientização: Promover campanhas de conscientização sobre a importância da saúde mental.
5. Criar um Ambiente de Apoio: Promover um ambiente de apoio e empatia entre os servidores.

Michele Rosa
(Michele Rosa)



**Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, nº 890, Piratininga, Maracanaú-Ceará
CEP: 61905-167 – micheleasantavereadora@gmail.com**



Propostas de Ação:

1. Avaliação Inicial:

- Realizar uma pesquisa anônima para identificar as principais preocupações e necessidades dos servidores em relação à saúde mental.
- Analisar os resultados para direcionar as ações do programa.

2. Serviço de Apoio Psicológico:

- Contratar um psicólogo ou estabelecer parcerias com profissionais de saúde mental para oferecer atendimentos individuais e em grupo.
- Disponibilizar sessões de terapia, aconselhamento e grupos de apoio.

3. Workshops e Palestras:

- Organizar workshops e palestras sobre temas relacionados à saúde mental, como gerenciamento do estresse, autocuidado, comunicação assertiva e mindfulness.
- Convidar especialistas para compartilhar conhecimentos e práticas que promovam o bem-estar.

4. Atividades de Lazer e Integração:

- Promover atividades de lazer, como caminhadas, yoga, meditação e dinâmicas de grupo, para incentivar a descontração e a integração entre os servidores.
- Criar um calendário mensal de atividades que estimulem a interação e o bem-estar.

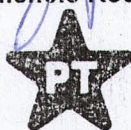
5. Campanhas de Conscientização:

- Desenvolver campanhas internas para sensibilizar os servidores sobre a importância da saúde mental, desmistificando tabus e promovendo a busca por ajuda.
- Utilizar cartazes, newsletters e redes sociais internas para disseminar informações.

6. Ambiente de Trabalho Saudável:

- Avaliar e propor melhorias no ambiente de trabalho, como ergonomia, iluminação e espaços de descanso, para promover o bem-estar físico e mental.
- Incentivar práticas de trabalho flexíveis, quando possível, para reduzir a pressão e o estresse.

Michele Duarte Rosa Araújo
(Michele Rosa)



7. Feedback e Avaliação

Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, nº 890, Piratininga, Maracanaú-Ceará
CEP: 61905-167 – michelerosavereadora@gmail.com



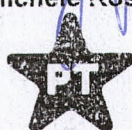
Câmara Municipal de
Maracanaú

JUSTIFICATIVA

O Programa de Saúde Mental para Servidores da Câmara Municipal de Maracanaú é uma iniciativa essencial para promover o bem-estar emocional e a qualidade de vida dos colaboradores. Ao implementar este projeto, esperamos criar um ambiente de trabalho mais saudável, produtivo e acolhedor, onde os servidores se sintam apoiados e valorizados.

A saúde mental é um investimento no futuro da nossa equipe e, consequentemente, na qualidade do serviço prestado à comunidade.


Michele Duarte Rosa Araújo
(Michele Rosa)



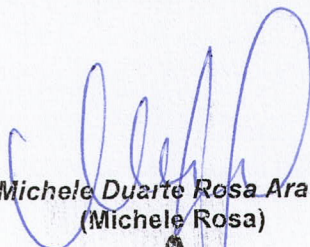
Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, nº 390, Piratininga, Maracanaú-Ceará
CEP: 61905-167 – michelerosavereadora@gmail.com



**Câmara Municipal de
Maracanaú**

- Implementar um sistema de feedback contínuo para avaliar a eficácia do programa e realizar ajustes conforme necessário.
- Realizar novas pesquisas periódicas para monitorar a saúde mental dos servidores e a satisfação com os serviços oferecidos.

Plenário Wilson Camurça, da Câmara Municipal de Maracanaú, em 06 de Maio de 2025.


Michele Duarte Rosa Araújo
(Michele Rosa)



Avenida Luiz Gonzaga Honório de Abreu, nº 890, Piratininga, Maracanaú-Ceará
CEP: 61905-167 – michelerosavereadora@gmail.com