



## GABINETE DA VEREADORA MICHELE ROSA

**EXCELENTÍSSIMO PRESIDENTE DA CÂMARA MUNICIPAL DE MARACANAÚ.**

**PROJETO DE RESOLUÇÃO N° 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: Fomentar um ambiente de apoio e empatia entre os servidores.

*(Assinatura de Michele Rosa)*  
(Michele Rosa)





Câmara Municipal de  
**Maracanaú**

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](mailto: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](mailto:michelerosavereadora@gmail.com)