

COMUNICADO - Nº49/2025

SOLICITADO POR:	GEUCIRA FERREIRA DE MACEDO
DATA:	17/02/2025
ASSUNTO:	Movimento Vida 360: Equilíbrios e Bem-Estar para Servidores Públicos
INTERESSADOS:	Servidores da Diretoria de Ensino (todos), Diretor de Escola, GOE, Professores e Servidores do QAE

A Coordenadoria de Gestão de Recursos Humanos – CGRH, firmou parceria com a empresa, N Produções, responsável pelo Movimento Vida 360, que visa promover estratégias para abordar temas essenciais para promoção do equilíbrio entre a vida pessoal e profissional e suporte para o manejo do estresse e das demandas do ambiente de trabalho dos servidores. Dentre as diretrizes do Programa Cuidar de Quem Educa, são desenvolvidas ações que consideram as seguintes dimensões:

Mental: implementação de estratégias e projetos para fortalecimento da saúde psicológica, psiquiátrica e cognitiva, visando o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e resiliência diante de desafios emocionais e mentais.

Física: adoção de práticas e hábitos saudáveis que promovam a integridade do corpo humano, incluindo atividades físicas regulares, alimentação balanceada e cuidados preventivos de saúde.

Social-Emocional: estímulo à participação em atividades que favoreçam a interação social positiva, a construção de vínculos afetivos e a integração com a comunidade, visando o senso de pertencimento e apoio mútuo, bem como implementação de estratégias para o desenvolvimento da inteligência emocional, incluindo o reconhecimento e manejo adequado das emoções, a promoção do autoconhecimento e a busca por equilíbrio emocional;

Financeira: desenvolvimento de habilidades de gestão financeira responsável, incluindo o planejamento orçamentário, o controle de gastos, a busca por fontes de renda estáveis e a tomada de decisões financeiras conscientes para garantir estabilidade econômica e bem-estar.

Este movimento se desenvolve em ciclos, oferecendo encontros mensais conduzidos por especialistas. Durante esse período, os profissionais realizam atividades de interação com os participantes a exemplo: “Esquenta”, antes dos encontros, Roda da Vida e sorteio de prêmios durante a transmissão ao vivo.

Os encontros ocorrem em formato híbrido (presencial e online), acesse o portal e se inscreva, tem um encontro por mês, com dois especialistas renomados no mercado.

No portal [Movimento Vida 360](https://portal.movimentovida360.com.br/), você consegue assistir ao último encontro (até 30 dias após a transmissão ao vivo) e fica por dentro das novas agendas.

Eventos Anteriores



**30/JAN
2025** **Jaime Ribeiro &
Tatiana Fukamati**

O uso das redes sociais e seus efeitos nos filhos, na família em nossas organizações & A revolução da empatia

ACESSE O CONTEÚDO →

DISPONÍVEL ATÉ 02/03/2025



**18/FEV
2025** **Andressa Barbosa
& Marcio Atalla**

Quebrando os padrões comportamentais & Reprograme seus hábitos

PARTICIPE!

- *Próximo encontro: 18/02/25, a partir das 09h00*
- **Transmissão:** <https://portal.movimentovida360.com.br/>
- *Emissão de certificado de participação*

Tutorial de acesso:

<https://www.youtube.com/embed/juduUbD9RLI?si=vu3o4TpWMILDzr31>

Responsável:

Geucira Ferreira de Macedo
Diretor II CRH

De acordo:

Bruno Henrique Bertin
Dirigente Regional de Ensino