

SESI

UM NOVO MOMENTO, UM NOVO CONTEXTO.

Nunca foi tão importante cuidar da saúde mental das pessoas, e esse cuidado se torna cada vez mais essencial também no dia a dia das empresas.

Confira algumas das nossas ações focadas em saúde mental:

WEBINAR SESI:

Série sobre conversas inspiradoras.

Uma iniciativa do Centro de Inovação SESI em Fatores Psicossociais, com 7 encontros, que tem o intuito de discutir a pauta da saúde mental em suas diferentes vertentes. Os encontros são realizados quinzenalmente, com transmissão ao vivo via Youtube e Facebook.

Conheça as edições que já foram realizadas:

#1 Saúde Mental em tempos de pandemia: desafios para as empresas.

Acesse **aqui** o episódio.

#2 O papel do RH nesse novo mundo

Acesse **aqui** o episódio.

#3 A importância das lideranças na pandemia e após.

Acesse **aqui** o episódio.

#4 Saúde financeira: Como está a sua relação com o dinheiro?

Acesse **aqui** o episódio.

#5 Psicologia positiva aplicada ao RH.

Acesse **aqui** o episódio.

#6 O mundo não será mais o mesmo, e o trabalho?

Acesse **aqui** o episódio.



E-book com o compilado de **todos** os episódios.

Acesse **aqui** o material.

PODCAST: CONEXÕES SESI

O SESI/RS apresenta o Conexão SESI. Uma série de podcasts que aborda de forma curta, clara e certa informações relevantes para a indústria. A cada quinze dias, são disponibilizados conteúdos novos e exclusivos com informações para fazer uma boa gestão da segurança e saúde na sua empresa.

Confira todos os episódios disponíveis **aqui**.

GUIA DE SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE COVID-19

Para ajudar empresas a lidar com a pandemia, lançamos o Guia Sesi Saúde Mental em tempos de Covid-19. O documento, que contou com a participação da equipe do Centro Sesi de Inovação em Fatores Psicossociais (CISFPS) na estruturação, traz recomendações para adaptar a gestão de pessoas nos seguintes contextos: trabalho presencial, home office, afastamento compulsório de trabalhadores e isolamento domiciliar de casos suspeitos ou confirmados da doença.

Confira **aqui**.

AS EMOÇÕES EM TEMPOS DE CORONAVÍRUS

Com a pandemia, surgiram novas situações e rotinas: distanciamento social, higienização frequente das mãos, utilização de máscaras, trabalho remoto, atividades escolares em casa etc. Além das mudanças repentinas na rotina, o cenário é de incerteza tanto na saúde, como na economia. Diante disso, é esperado que algumas emoções intensas também apareçam, como medo, preocupação, nervosismo e tristeza. Mas como saber se a resposta emocional está compatível com a situação vivida ou se caracteriza um problema de saúde mental?

Confira o artigo **aqui**.

10 DICAS PARA AUXILIAR AS LIDERANÇAS NA RETOMADA.

O retorno gradual ao local de trabalho tem exigido uma importante readaptação na rotina dos trabalhadores. Isso representa um desafio para as lideranças, especialmente em relação à gestão da saúde mental no local de trabalho. Mas algumas práticas podem facilitar a atuação dos líderes nesse processo. Veja o infográfico com 10 dicas para auxiliar as lideranças na retomada.

Confira o artigo **aqui**.

Para mais informações, entre em contato pelo e-mail: **centro.fatorespsicossociais@sesirs.org.br**

ou pelo nosso **linkedin**.