

VIDA SAUDÁVEL AOS SERVIDORES DE ITAJAÍ

A preocupação da Secretaria de Educação com a manutenção da saúde vai além dos pequenos itajaienses e se estende por toda a rede municipal de ensino, desde professores, merendeiras até coordenadores de ensino. Desde 2014 um projeto voltado para a saúde dos servidores leva os exercícios físicos para o horário de trabalho. A prática colabora, inclusive, com a redução de faltas e atestados médicos.

Idealizado por dois Profissionais de Educação Física, Cristiane Heusi Alves Silva [CREF 002261-G/SC] e Cristhian Silva [CREF 009384-G/SC], o projeto oferece atividades de alongamento, fortalecimento muscular, treinamento funcional, condicionamento cardiorrespiratório, ergonomia e até mesmo exercícios para recreação e lazer. Todas as atividades são desenvolvidas por Profissional de Educação Física, em parceria com Médico do Trabalho, Nutricionista e Fisioterapeuta. O projeto está presente em 14 unidades da Rede Municipal de Ensino.



Para a professora e idealizadora da atividade, Cristiane Heusi, a iniciativa cumpre seu papel de maneira única. “Os objetivos do projeto foram alcançados, havendo uma melhora da saúde física e mental do profissional da Rede Municipal de Ensino de Itajaí, resultando em uma melhor qualidade de vida para os profissionais que participaram das atividades desenvolvidas, além de estimular a aprendizagem e promover melhores condições de suas funções no ambiente de trabalho.”

Tudo isso possibilita o combate e a prevenção de doenças profissionais; promove a sensação de disposição e bem-estar para a jornada de trabalho, reduzindo a fadiga no final do dia e melhora as relações interpessoais, gerando como consequência o aumento da produtividade. Em mais uma atitude, a Secretaria de Educação de Itajaí demonstra a preocupação com a importância da atividade física.

Do ponto de vista da servidora e aluna, Josiane Cardoso, as atividades a ajudam em um amplo aspecto. “Acho o projeto maravilhoso e gratificante. Pude perceber melhoras dentro e fora do meu ambiente de trabalho”, ressalta.

“Os objetivos do projeto foram alcançados, havendo uma melhora da saúde física e mental do profissional da Rede Municipal de Ensino de Itajaí...”
