

03 de Maio de 2024
Edição 125Programa
Viver Bem

Semana da Qualidade de Vida

“A vida é como andar de bicicleta.
Para ter equilíbrio, você precisa se manter
em movimento.”

Autor: Albert Einstein

O Compromisso da SPDM com o Bem-Estar dos seus Colaboradores

Entre os dias 22 e 26 de abril de 2024, realizamos a "Semana de Qualidade de Vida" da SPDM, um evento marcado por uma série de atividades que destacaram a importância do bem-estar em suas múltiplas dimensões. Ao longo desses cinco dias, tivemos o privilégio de contar com a presença de 11 especialistas que conduziram 10 palestras sobre temas fundamentais para nossa qualidade de vida.

Os tópicos abordados incluíram desde a qualidade de vida emocional, saúde física, saúde financeira, segurança no trabalho, saúde reprodutiva, uso seguro e racional de medicamentos, alimentação saudável, higienização, estilos de vida saudáveis, comunicação não violenta e a potenciais da pessoas com deficiência.

Conectados pela plataforma do Teams, registramos a participação de 6.258 pessoas online, além de muitos outros colaboradores e convidados externos que assistiram às palestras presencialmente nos auditórios de nossas diversas unidades.

Cada sessão ofereceu insights valiosos e ferramentas práticas, capacitando-nos a melhorar nossa saúde e bem-estar no cotidiano. Expressamos nossa gratidão a todos os palestrantes por compartilharem seus conhecimentos e experiências, contribuindo significativamente para o enriquecimento de nossa comunidade.

Estendemos um agradecimento especial a todos os colaboradores que participaram ativamente das palestras. O entusiasmo e interesse demonstrados por cada um de vocês foram essenciais para o sucesso desta iniciativa.

A Semana da Qualidade de Vida da SPDM é uma demonstração do nosso compromisso contínuo com o bem-estar, alinhado aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU. Por meio dessas palestras educativas, abordamos diretamente temas pertinentes aos ODS 3 - Saúde e Bem-Estar, ODS 4 - Educação de Qualidade, ODS 8 - Trabalho Decente e Crescimento Econômico e ODS 10 - Redução das Desigualdades, reafirmando nosso compromisso com a promoção da saúde e do bem-estar em todas as suas dimensões.

