



Neste mês de setembro, conhecido como Setembro Amarelo, mês dedicado à prevenção do suicídio, a APVS Brasil promoveu uma ação especial com seus colaboradores para reforçar a importância da saúde mental no ambiente de trabalho. A iniciativa faz parte do compromisso contínuo da associação em promover bem-estar emocional e conscientização sobre saúde mental entre seus colaboradores.

A atividade contou com a participação do psicólogo Rogério Baeta, que conduziu uma dinâmica interativa no auditório da associação, decorado com balões amarelos, símbolo da campanha nacional de prevenção ao suicídio. Durante o encontro, os colaboradores foram convidados a refletir sobre temas fundamentais, como autoestima, insegurança, vícios, solidão e as formas de lidar com essas pressões do dia a dia.

Um dos momentos mais impactantes da ação foi a dinâmica dos balões, onde cada balão estourado representava uma pressão interna reconhecida, permitindo que os participantes aliviassem simbolicamente tensões acumuladas. Ao longo da atividade, o psicólogo fazia questionamentos sobre sentimentos e desafios do cotidiano, e os colaboradores se engajavam na reflexão, fortalecendo o autoconhecimento e a empatia.

Além disso, o encontro incentivou a troca de experiências entre os colaboradores, que compartilharam palavras de apoio, histórias de superação e estratégias pessoais para lidar com momentos de dificuldade, reforçando o senso de comunidade e cuidado mútuo dentro da associação.

Arthur Silva, gerente de marketing da APVS Brasil, destacou a relevância da iniciativa. "Promover o bem-estar emocional dos nossos colaboradores é essencial. Atividades como essa nos ajudam a criar um ambiente de trabalho mais saudável, estimulam a reflexão sobre a saúde mental no dia a

dia e demonstram que cada gesto de cuidado faz diferença na vida das pessoas."

Com essa ação, a APVS Brasil reafirma seu compromisso com a conscientização sobre saúde mental e prevenção ao suicídio, mostrando que investir no cuidado com os colaboradores não apenas melhora o clima organizacional, mas também fortalece a cultura de empatia e solidariedade dentro da associação.

**Fonte:** Grupo Mostra de Ideias, em 15.09.2025