

## Ficha descritiva de workshop

17 de abril de 2024

Tema (com relevância para enfermagem do trabalho e/ou saúde ocupacional)	Inteligência emocional e saúde mental positiva no trabalho
Título	Oficinas de inteligência emocional e saúde mental positiva no trabalho
Dinamizador(s) (máximo 3) (nome, categoria, instituição)	Patrícia Alves Professora de Enfermagem Escola Superior de Saúde de Viseu
Duração (nº horas)	2 horas
Horário	15:00 -17:00 horas
Tipo de apresentação	Presencial
Objetivos:	<ul style="list-style-type: none"><li>- Descrever a importância da saúde mental positiva e da inteligência emocional no trabalho;</li><li>- Associar os diferentes fatores de saúde mental positiva à autorreflexão e autonomia;</li><li>- Capacitar os profissionais de saúde para o desenvolvimento de estratégias promotoras de saúde mental positiva.</li></ul>
Breve descrição	Pretende-se com este workshop capacitar os profissionais de saúde para a importância da promoção do bem-estar e do desenvolvimento social no trabalho, possibilitando a melhoria da qualidade do trabalho e da segurança do doente. Será um momento de autorreflexão na busca das melhores estratégias pessoais de promoção da saúde mental positiva.

**Organizadores:**