

## PARCERIA COM A FUNDAÇÃO AMI

### Workshop "Burnout: o trabalho ameaça o seu bem estar?"

*13 de maio e 3 de junho de 2016*

Nos dias 13 de maio e 3 de junho, realizou-se o Workshop "Burnout: o trabalho ameaça o seu bem-estar?". Este workshop, com a duração de 3 horas, foi dinamizado pela psicóloga Filipa Oliveira. Destinou-se aos funcionários do Centro Porta Amiga do Funchal, no âmbito da colaboração estabelecida com esta organização.

Constituíram objetivos do mesmo instigar a reflexão em torno dos riscos psicossociais, refletir sobre a síndrome do Burnout e o seu impacto no funcionamento e bem estar do indivíduo, bem como sobre possíveis estratégias de prevenção e de promoção a serem ativadas e desenvolvidas no contexto pessoal e laboral.



Sessão n.º 2 subordinada à temática do Burnout, dinamizada pela psicóloga Filipa Oliveira. □