

CORE-SP

PALESTRA

Saúde Mental



CORE-SP

Número da proposta	Data	Validade	Para quem a proposta foi desenvolvida?
1862.2025.01.01	03/09/2025	90 dias	CORE-SP
Como o projeto será ofertado?	Quantos profissionais serão impactados?	Qual a carga horária?	Quem irá coordenar o projeto?
In Company, presencial	Até 80 profissionais	2 horas-aula	Marina Macedo

Resumo

No presente documento, o IBEGESP, inscrito no Cadastro Nacional de Pessoa Jurídica (CNPJ) sob o nº 15.691.685/0001-37, apresenta ao Conselho Regional dos Representante Comerciais no Estado de São Paulo uma proposta de palestra sobre saúde mental.

O IBEGESP é uma
associação civil
educacional e científica
sem fins lucrativos

+450
órgãos atendidos

+100 mil
alunos certificados

+80 mil
leitores

**Como
podemos
te ajudar?**



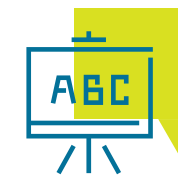
**Educação
e Formação**

Cursos livres ou
personalizados para
sua organização



**Lab de
Inovações**

Soluções sob
medida ou prontas
para implantação



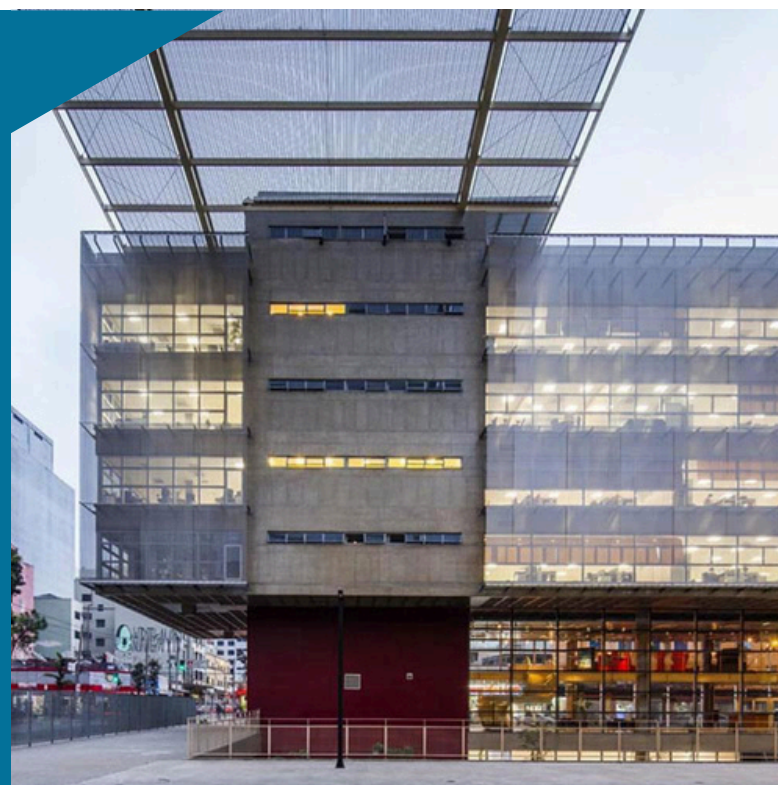
**Conteúdo
especializado**

Radar IBEGESP:
plataforma de informação
descomplicada

ALGUNS CASES

CENTRO PAULA SOUZA

20 mil alunos
certificados e
criação de soluções
tecnológicas



MINISTÉRIO DA ECONOMIA

Curso sobre Gestão
e Fiscalização de
Contratos para
fiscais do Ministério



FIDI

Há mais de uma década
dando apoio diário nas
áreas de educação,
comunicação e
endomarketing



OBJETIVOS DA PROPOSTA

Promover estratégias de autocuidado e regulação emocional no ambiente de trabalho

Estimular a empatia e a construção de redes de apoio entre colegas e gestores

Ampliar a conscientização sobre sinais de estresse, ansiedade e esgotamento profissional

Solidificar uma cultura de cuidado com a saúde mental

PÚBLICO-ALVO

**Colaboradores
do CORE-SP**

CONHEÇA AS MODALIDADES

com que o IBÊ trabalha

A formação prevista
na presente proposta
pode ter o formato:

Presencial	Agendado no dia e local ideal para sua organização
EAD autoinstrucional	Aluno com autonomia para escolher o horário de realização do curso
EAD online	Aulas virtuais ao vivo para reunir a turma à distância
EAD híbrido	Aulas virtuais intercaladas com momentos autoinstrucionais
Blended	Momentos presenciais intercalados com abordagem EAD

DETALHAMENTO

Com a presente proposta, o IBEGESP se compromete a ministrar uma palestra sobre saúde mental conforme detalhado a seguir.

Saúde mental no dia a dia de trabalho

- Carga horária: 2 horas-aula
- Modalidade: Presencial com possibilidade de transmissão ao vivo sob responsabilidade da contratante;
- Metodologia: capacitação para aplicabilidade prática com discussão de cases, alicerce teórico e metodologias ativas de ensino que prezam pelo dinamismo.

Obs. : O IBEGESP se compromete a apresentar até três docentes especialistas na temática, de modo que o CORE-SP possa selecionar o perfil mais aderente à cultura organizacional, para realização da palestra no mês de **setembro de 2025**.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

Saúde mental no dia a dia de trabalho

- Conceito de saúde mental e seu impacto no ambiente de trabalho;
- Identificação de sinais de estresse, ansiedade, sobrecarga e esgotamento profissional;
- Norma Regulamentadora nº 01 e sua relação com a saúde mental e a prevenção de riscos;
- Riscos psicossociais que afetam o bem-estar no trabalho;
- Estratégias de autocuidado e regulação emocional no dia a dia profissional;
- Organização do tempo e gestão de prioridades como ferramentas de proteção à saúde mental;
- Comunicação empática e construção de redes de apoio;
- Enfrentamento do estigma sobre saúde mental;
- Estabelecimento de limites saudáveis;
- Canais de escuta e apoio institucional.

BENEFÍCIOS DO PROJETO

Investir em educação e soluções inovadoras é essencial para **otimizar os recursos públicos**



**CAPACITAÇÃO
PERSONALIZADA**



**CONHECIMENTO
BASEADO EM
EVIDÊNCIAS**



**SEGURANÇA
LABORAL**



SAÚDE MENTAL



**APLICABILIDADE
PRÁTICA**

Listam-se projetos no qual o IBEGESP atuou de maneira similar ao que apresenta na presente proposta.

FORP USP

Ministramos o curso de Saúde Mental na FORP-USP. Os participantes refletiram sobre a promoção do bem-estar e boas práticas de saúde.



MINICURSOS

A plataforma de minicursos gratuitos do IBEGESP já impactou e certificou milhares de servidores, oferecendo capacitação acessível e relevante para o setor público. Dentre os temas mais procurados, Saúde Mental e Atendimento ao Público se destacam.



FIDI

Desde 2015, o IBEGESP apoia a Fundação Instituto de Pesquisa e Estudo de Diagnóstico por Imagem na produção de treinamentos, campanhas de desenvolvimento e gestão de projetos. Já ministramos o curso de Saúde Mental e Atendimento ao Público, impactando diversos funcionários e sensibilizando-os sobre a importância de um ambiente de trabalho saudável.



DIAGNÓSTICO POR IMAGEM

AVALIAÇÃO

PRÉ-CURSO

DURANTE O CURSO

PÓS-CURSO



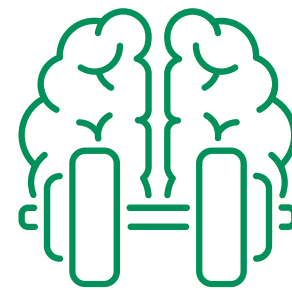
Diagnóstico

Questionário online para mapear perfil e necessidades da turma



Avaliação pré-curso

10 questões múltipla escolha para mapear conhecimento antes do aprendizado



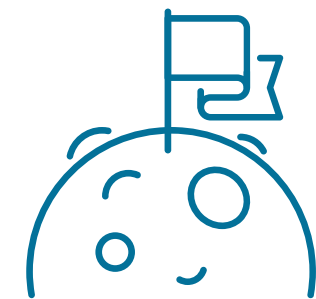
Avaliação pós-curso

10 questões múltipla escolha para mapear curva de aprendizagem após o curso



Impacto

Breve questionário aplicado cerca de 1 mês após o curso para mapear aplicabilidade



Satisfação

Breve questionário aplicado após o curso para coletar feedback dos alunos

REGRAS DE CERTIFICAÇÃO

As condições para a certificação serão acordadas entre a contratante e a contratada.

DISPONIBILIZAÇÃO

As ações educacionais deverão ocorrer na **sede** da contratante (formato presencial).



Coordenação do projeto

Marina Macedo CEO

Marina Macedo é CEO do IBEGESP e doutoranda em Humanidades, Direitos e Outras Legitimidades pela Universidade de São Paulo. Na USP também se tornou mestre e bacharela em Ciências Sociais. Possui uma sólida trajetória acadêmica, tendo recebido duas menções honrosas de mérito da Universidade de São Paulo (modalidades SIICUSP e Intercâmbio Internacional). Focada nos diferentes marcadores sociais da diferença que impactam a sociedade brasileira, Marina empreende pesquisas de natureza diversa, sendo a fundadora do Núcleo de Estudos do Servidor e da Administração Pública. No IBEGESP já atuou em projetos de educação corporativa que impactaram mais de 100 mil profissionais, tendo coordenado dezenas de formações de liderança e implementado Programas de Prevenção e Enfrentamento ao Assédio em distintas organizações.

PROFISSIONAIS ENVOLVIDOS

Para a correta execução das etapas elencadas, o IBÊ contará com o trabalho de seu corpo técnico, de apoio e profissional. Descrevem-se abaixo alguns dos profissionais a serem mobilizados

Coordenadora de projeto	Monitor	Docentes diversos
Especialista em riscos psicossociais	Especialista em saúde mental	Produtor de conteúdo

INVESTIMENTO

CONFIGURAÇÃO*	VALOR**
Palestra presencial sobre saúde mental: 2 horas-aula	R\$ 6.540,00

* As horas presenciais serão ministradas em um único dia.
** Pagamento por fase, em até 30 (trinta) dias contados do envio da respectiva nota fiscal de serviços.

Neste valor estão inclusos

DOCÊNCIA	ACOMPANHAMENTO	IDENTIDADE VISUAL
IMPOSTOS	ENCARGOS	MONITORIA



RAZÃO SOCIAL

Instituto Brasileiro de Educação em Gestão Pública – IBEGESP

CNPJ

15.691.685/0001-37

DADOS BANCÁRIOS

Banco do Brasil – AG 5934X – C/C 41000-4

INSCRIÇÃO MUNICIPAL

4.540.740-1

ENDEREÇO

Alameda Santos, 1165 – Cerqueira César – São Paulo/ SP – CEP: 01419-002

[Acesse nossas certidões aqui](#)

ALGUNS CLIENTES QUE IMPACTAMOS

