

Campo grande

03/07/2025 às 12h34

Redação Campo Grande / MS

Programa TCE na medida é lançado com novas modalidades e benefícios para servidores

O evento contou com palestras da médica especialista em medicina integrativa e do esporte e de uma nutricionista



Fotos Mary Vasques

Energia, bem-estar e cuidado integral, esses foram os pilares que marcaram a palestra de lançamento de mais uma edição do Programa TCE na Medida 2025, programa do Tribunal de Contas de Mato Grosso do Sul que estimula servidores, terceirizados e estagiários a transformar hábitos e investir na própria qualidade de vida.

Na solenidade de abertura, o presidente do TCE-MS, conselheiro Flávio Kayatt, agradeceu a presença de servidores, parceiros e profissionais de saúde, destacando que a adesão coletiva é essencial para o sucesso da iniciativa. Ele reforçou a necessidade de transformar o autocuidado em prioridade diária.

“Cuidar de si mesmo vai muito além da estética, é um compromisso com a saúde e a possibilidade de viver mais e melhor”.



A diretora de Gestão de Pessoas do TCE-MS, Elaine Góis, ressaltou a atenção da Corte a cada servidor. “É uma alegria iniciar mais uma edição do programa, respaldada pelo apoio incondicional do presidente, conselheiro Flávio Kayatt. Ao zelar pela saúde física e emocional do nosso corpo funcional, o Tribunal investe diretamente em um ambiente mais produtivo, colaborativo e motivado.”

O evento contou com palestras da médica especialista em medicina integrativa e do esporte e de uma nutricionista. Elas abordaram temas como equilíbrio mente-corpo, estratégias alimentares personalizadas e a importância do acompanhamento multiprofissional.

“Treino e alimentação são os dois pilares da longevidade saudável”, afirma a especialista em medicina integrativa e do esporte, Dra. Mariana Vilela. “Para viver mais e, principalmente, com qualidade, é fundamental construir um verdadeiro ‘banco’ de massa muscular. Durante a pandemia, observamos nas UTIs de Covid-19 que pacientes com maior musculatura apresentaram menor índice de mortalidade, é essa mensagem que queremos reforçar hoje.”



Novas modalidades e benefícios

Com duração de três meses, a nova edição do programa chega fortalecida pelo apoio da Clínica A Casa, que mobilizou uma rede de parceiros para oferecer vantagens exclusivas aos participantes, além do circuito funcional tradicional, haverá Pedal Indoor, aulas de Muay Thai/Boxe em parceria com a WWA Fight e treinos gratuitos de corrida em grupo. Fora das quadras, os inscritos ainda contam com descontos especiais em salão de beleza, loja de artigos fitness, serviços de estética e programas integrados de bem-estar

A chefe da Coordenadoria de Saúde e Qualidade de Vida do TCE-MS, Tatiana Bazan ressaltou as novas parcerias do programa e o foco no cuidado integral dos servidores. Segundo ela, “investir na saúde do corpo funcional eleva a produtividade, reduz afastamentos por questões de saúde e fortalece a cultura de bem-estar na instituição”.



Inscrições solidárias

As inscrições estarão abertas de 4 a 10 de julho, no Setor Médico do Tribunal. Para participar, basta ser servidor, terceirizado ou estagiário e doar um pacote de fralda geriátrica, que será destinado a instituições de longa permanência de idosos.

FONTE: Silvia Constantino

O conteúdo de cada comentário é de responsabilidade de quem realizá-lo. Nos reservamos o direito de reprovar ou eliminar comentários em desacordo com o propósito do site ou com palavras ofensivas. A qualquer tempo, poderemos cancelar o sistema de comentários sem necessidade de nenhum aviso prévio aos usuários e/ou a terceiros.

Comentários

Veja também



Há 3 horas

Programa TCE na medida é lançado com novas modalidades e benefícios para servidores



Há 4 horas

Paulo Duarte solicita pavimentação de trecho na MS-244



Há 4 horas

Presidente parabeniza MS Ativo ser finalista em Prêmio Excelência em Competitividade

Facebook



Últimas

Há 3 horas

Programa TCE na medida é lançado com novas modalidades e benefícios para servidores

Há 4 horas

Paulo Duarte solicita pavimentação de trecho na MS-244

Há 4 horas

Eduardo diz estar “100% pronto” para concorrer à Presidência

Há 4 horas

Presidente parabeniza MS Ativo ser finalista em Prêmio Excelência em Competitividade

Há 4 horas

Plantas em quartos de hospital podem melhorar a recuperação do paciente, diz estudo

Mais lidas

- 1 Meteorologia **Sábado de tempo bom no MS**
- 2 Meteorologia **Sexta-feira de tempo instável no MS**
- 3 Cultura Empreendedora **Desafio Pantanal Tech 2025 é lançado para impulsionar soluções inovadoras para MS**
- 4 Saúde **Prefeitura de Rio Verde amplia horário de atendimento no ESF Central**
- 5 Política **“Afronta inaceitável ao Legislativo”, diz líder da oposição sobre ação da AGU**

300x600

Editorias

A Fazenda
Bandeirantes
Brasil
Campuã
Cidades
Corguinho
Coxim
Educação
Famosos
Geral

Alcinópolis
Big Brother Brasil
Brasília
Carnaval
Coberturas
Corumbá
Dourados
Entretenimento »
Futebol
Internacional

Automobilismo
Bizarro
Campo grande
Chapadão do Sul
Concursos
Costa Rica
Economia
Esportes
Geral
Jaraguari

Blogs e colunas

Big Brother Brasil
Tecnologia e games

Esporte local

Famosidade

Links

Fale conosco
Galerias
Últimas notícias
Vídeos