

Início > TCE-MS > Programa TCE na Medida é lançado com novas modalidades e benefícios para...

TCE-MS

📅 julho 9, 2025

## PROGRAMA TCE NA MEDIDA É LANÇADO COM NOVAS MODALIDADES E BENEFÍCIOS PARA SERVIDORES



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 formal meeting at the Tribunal de Contas in Mato Grosso do Sul, featuring three individuals seated at a table with a floral arrangement.

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 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. “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.”

 A speaker presents on stage at a conference, with a large screen displaying information behind them. Audience members are seated in front.

### 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, lojas 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”.

 A large audience is seated in a theater, with people on multiple levels. The room features blue seating and a screen displaying a nature scene.

WhatsApp 24Hrs

### 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 do pacote de fralda geriátrica, que será destinado a instituições de longa permanência de idosos.

