

A LEVEZA DE SER

Programa Estratégico de Acolhimento
e Fortalecimento Emocional

**Ambientes emocionalmente saudáveis
fortalecem relações, reduzem afastamentos
e impulsionam resultados.**



Cuidar das pessoas tornou-se prioridade estratégica e exigência crescente nas organizações públicas e privadas.

O Programa **A Leveza de Ser** combina diagnóstico, plano de ação, acolhimento emocional e mensuração de resultados para apoiar organizações diante dos desafios da NR-01 e da saúde mental no trabalho.

Cada implantação é construída sob medida para a realidade da organização, definindo formatos, encontros e estratégias conforme suas necessidades.



Mapeamento inicial dos fatores de risco psicossociais e do clima organizacional.



Relatório técnico organizacional.



Plano de ação personalizado com encontros presenciais, online ou híbridos.



Possibilidade de atendimentos online individualizados.



Coleção exclusiva com 10 fascículos.



Reavaliação final com indicadores comparativos.



RELATÓRIO TÉCNICO
**RESULTADOS
MENSURÁVEIS**



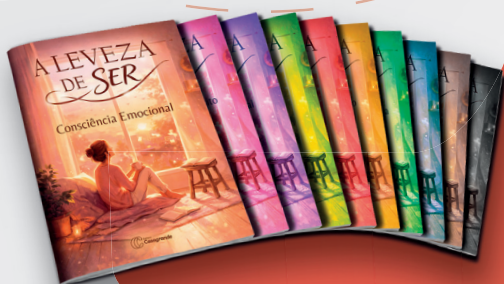
IMPACTO
COMPROVADO



A LEVEZA DE SER



A coleção **A Leveza de Ser** é o eixo estruturante do programa: uma coleção exclusiva de 10 fascículos, desenvolvida para fortalecer a saúde emocional, ampliar o autoconhecimento e promover relações mais equilibradas no ambiente profissional e pessoal.



Os fascículos apresentam propostas práticas e reflexivas, com linguagem leve, visual marcante e conteúdos acessíveis para o dia a dia, com QR Codes para videoaulas complementares, ampliando a experiência formativa. Cada participante recebe seu kit individual da coleção.

FASCÍCULOS DA LEVEZA DE SER:

1. Consciência Emocional

2. Identidade e Propósito

3. Equilíbrio Emocional

4. Autodisciplina e Responsabilidade

5. Empatia e Presença

6. Diversidade e Respeito

7. Comunicação Assertiva

8. Gestão de Conflitos

9. Ética e Princípios

10. Protagonismo e Escolhas

ENCONTROS DE ACOLHIMENTO:

Os encontros são conduzidos por psicólogos e especialistas em saúde mental e bem-estar emocional, podendo ocorrer de forma presencial, online ou híbrida. São voltados ao acolhimento emocional das equipes, ao fortalecimento das relações humanas e ao desenvolvimento de competências socioemocionais no contexto profissional, em conformidade com o plano de ação estabelecido.

EMBASAMENTO QUE GERA CONFIANÇA:

O programa é fundamentado em referências reconhecidas internacionalmente, com destaque para o CASEL, referência mundial no desenvolvimento de competências socioemocionais essenciais para relações saudáveis e equilíbrio emocional, e para a Psicologia Positiva, abordagem científica voltada ao fortalecimento do bem-estar, da resiliência e das potencialidades humanas no contexto profissional.

RESULTADOS ESPERADOS:

- ✓ Redução de afastamentos e desgaste emocional.
- ✓ Melhoria do clima organizacional interno.
- ✓ Fortalecimento das lideranças e equipes.
- ✓ Maior engajamento e pertencimento das pessoas.

Leve para sua organização uma solução que fortalece pessoas, reduz riscos psicossociais e promove ambientes emocionalmente saudáveis.



(41) 98868-8087 | (41) 99786-0123
contato@institutocasagrande.com

www.institutocasagrande.com