



## **Formação aborda “Ansiedade Contemporânea” e o papel do autoconhecimento no mundo acelerado**

Secretarias: Educação e Desporto

Data de Publicação: 29 de julho de 2025

Crédito da Matéria: Assessoria de Imprensa / Renata Fialho

No dia 28 de julho, na EMEF Caminhos do Saber, professores, direção, coordenação, monitores e demais profissionais da escola participaram da formação “Ansiedade Contemporânea: como o autoconhecimento pode ajudar a lidar com um mundo tão acelerado”, conduzida pelas psicólogas Fernanda Kaczalla e Anni Breitenbach. A abertura foi feita pela Coordenadora Geral Pedagógica da SMED, Talissa Frizon Cremonini, que destacou a importância do tema. O encontro trouxe reflexões sobre os impactos da ansiedade na vida atual e apresentou estratégias baseadas no autoconhecimento para promover equilíbrio emocional e relações mais saudáveis. O prefeito José Carlos Breda reforçou a importância de investir em formações que cuidem da saúde mental dos profissionais da educação, destacando que cuidar de quem educa é fundamental para garantir uma escola mais humana, acolhedora e preparada para os desafios do presente e do futuro.