

Sábado, 02 de Maio de 2026

## **Mais de 70 mulheres participam de palestra sobre liderança e inteligência emocional**

**RESILIÊNCIA & BEM-ESTAR**

### **Da Redação**

Mais de 70 mulheres participaram, nesta sexta-feira (15), de uma palestra gratuita sobre liderança e inteligência emocional, promovida pela Secretaria Municipal da Mulher. O evento, além de capacitar as participantes, arrecadou sabonetes e pastas de dente, que serão destinados a ações sociais nos bairros.

A especialista em treinamentos empresariais Cirene Policeno conduziu o encontro com o tema “Resiliência & Bem-Estar”. Durante a apresentação, ela destacou a importância da comunicação assertiva, dos relacionamentos saudáveis, do controle emocional, da gestão do tempo e do equilíbrio das emoções.

“Se não conseguimos gerir nossas emoções de forma adequada, nosso desempenho no trabalho e nos relacionamentos familiares é comprometido. O estresse elevado, seja com a família, no trabalho, na sociedade ou no trânsito, é reflexo dessa dificuldade. Precisamos despertar para o que realmente importa, para ter qualidade de vida. Inteligência emocional é não permitir que a atitude dos outros mude nosso comportamento”, afirmou Cirene.



**Foto: Emanoele Daiane**

A assessora parlamentar Raquel Mendes avaliou o curso como um momento transformador: “Nós, que somos mães, trabalhamos fora e cuidamos dos filhos, precisamos desse equilíbrio. A palestra foi fantástica. Cada vez que ouvimos sobre o tema, aprendemos mais. A inteligência emocional nos dá força, clareza, objetivo e propósito, tornando-nos mais seguras, até mesmo para liderar.”

Já Héliana Palhano, moradora do bairro Bosque da Saúde, contou que conheceu a iniciativa ao procurar emprego na Secretaria da Mulher. A Secretaria promove, todo início do mês, um Feirão de Emprego com vagas exclusivas para mulheres. “Recebi o convite pelo WhatsApp e achei interessante o acolhimento e a troca com outras mulheres. Foi muito bom conhecer pessoas com problemas parecidos, perceber que não estamos sozinhas e que há apoio e capacitação”, afirmou Héliana Palhano.

A secretária municipal da Mulher, tenente-coronel Hadassah Suzannah, observou que agosto é um mês de conscientização sobre a violência contra a mulher e que fortalecer o emocional feminino é essencial para enfrentar os desafios cotidianos. Segundo ela, parcerias que incentivam a reflexão e a mudança de atitude são fundamentais para fortalecer o atendimento às mulheres.

“Cirene é uma profunda conhecedora do comportamento humano e da gestão das emoções. A convidamos para que pudesse compartilhar um pouco do seu trabalho e crescermos juntas. Aproveito para deixar a Prefeitura à disposição de vocês. A Secretaria da Mulher trabalha em várias frentes, com nosso Balcão de Empregos, cursos de qualificação, Armário Solidário, e estamos de portas abertas para palestras que fortaleçam e apoiem nossas mulheres”, destacou Hadassah.



Foto: Emanoele Daiane