



SIPAT

Feita especialmente para você!

8, 9 e 10/08

Auditório Hospital Octávio Dupont

Brindes TODO DIA em toda palestra

Tablet, óculos de sol, lente de contato colorida, coração anti-stress, grampeador ecológico, cachorro quente Geneal e bebida!

➤ Todas as palestras são de graça e abertas aos funcionários, profissionais do turfe e terceirizados, sem agendamento prévio.

Agende! TUDO DE GRAÇA só nos ramais 9104, 9260*

Shiatsu/Quick Massage, Spa das mãos e Higienização facial Hinode, Exame de Vista com nova ótica parceira Vitrine dos Óculos.

➤ **ATENÇÃO:** Para os serviços gratuitos acima, é necessário o agendamento prévio *que será somente nos dias 6 e 7/08 com o setor de Comunicação: ramais 9104 ou 9260.

4a feira, 8/AGO

- 10h CIPA: O que é e como você também contribui - Miguel Succar, Téc. de Segurança do Trabalho, Vital Saúde
- 11h Acidente de trabalho, a responsabilidade é de todos - Mauro Paim, Engenheiro de Seg. Trabalho, Universidade Estácio de Sá
- 12h A escolha inteligente nas refeições e como ela influencia na sua rotina - Karla Namorato, nutricionista
- 13h Motivacional para trabalhar com segurança, plenitude, cooperativismo, gratidão - Leidener Sardinha, palestrante
- 14h30 É a sua atitude que muda o planeta! Sustentabilidade na prática - Ana Petito, Companhia de Pesquisa de Recursos Minerais
- 15h30 Primeiros Socorros é você quem faz + Um alerta sobre Diabetes, Pressão Alta e outros - Robson Franco, Enfermagem

5a feira, 9/AGO

- 10h Sexo: mitos e verdades sobre o contágio de infecções - Leticia Machado, Enfermagem, Vital Saúde
- 11h Experimente uma nova vida sem o cigarro - Leticia Machado, Enfermagem, Vital Saúde
- 12h Planejamento financeiro familiar equilibrado = profissional de sucesso - Luiz Paulo Guimarães, Oficial da Marinha do Brasil
- 14h Hora de cuidar de si, cuidar do outro e deixar ser cuidado - Alex Machado, Especialista em Gestão Integrada em Qualidade
- 15h Alcoolismo: como reconhecer e vencer a dependência - Ricardo José Soares Santos, Coordenador da Comissão de Trabalho

6a feira, 10/AGO

- 10h Por uma sociedade e empresa que valoriza o respeito e a inclusão - Tereza Wolff e Rachel Ribeiro, Subsecretaria de PCD
- 11h Treinamento: Saiba como agir em situações de emergência - Luis Carlos Diniz, Bombeiro Civil
- 12h Gestão do tempo, produtividade e qualidade de vida - Floriano Salvaterra, Especialista em Gestão, Engenheiro do ITA
- 13h Ansiedade e depressão: como identificar, tratar e ajudar quem precisa - Ivan Oliveira, Psicólogo e Hipnoterapeuta
- 14h Nossa casa ♥ Uma visão geral sobre o fascinante mundo que você faz parte, o Jockey! - Rubens Penelas
- 15h Como reagir às mudanças e tirar proveito delas - Alex Machado, Especialista em Gestão Integrada na área de Qualidade



JOCKEY CLUB BRASILEIRO



Além de 5 sorteios de cachorro quente e bebida em cada palestra, você também pode comprar o Geneal por R\$ 3,50, Biscoito Globo por R\$ 2,50, Maçã por R\$ 1,50 e Guaravita por R\$ 2,00! Aceita cartão de débito e crédito.