

## RELATÓRIO MENSAL DO PROJETO BEM VIVER: SAÚDE E QUALIDADE DE VIDA.

Período: março de 2024

### INTRODUÇÃO:

Este relatório mensal fornece uma visão geral das atividades e progresso do projeto "Bem Viver" durante o mês de março de 2024. O projeto tem como objetivo promover a prática de exercícios físicos, eventos, palestras, workshops, feiras, bazares e ações como forma de reduzir o estresse e promover o bem-estar no ambiente de trabalho. O relatório destacará as atividades realizadas, os resultados alcançados e as próximas etapas planejadas.

### I. ATIVIDADES REALIZADAS:

#### 1- Café da manhã do Dia Internacional da Mulher

No dia 08/03/2024 (sexta-feira), realizou-se o café da manhã em homenagem ao Dia Internacional da Mulher para as mulheres da Fundação Amazonprev. Antes do café, ocorreu a distribuição de um brinde, seguido por palestras, homenagens, sorteio de presentes, ginástica laboral e uma belíssima apresentação de violino, encantando a todas.

#### 2- Bazar Grupo da Fé

O Projeto Bem Viver promoveu na manhã do dia 27/03/2024 (quarta-feira) o Bazar Grupo da Fé. Os expositores trouxeram uma variedade de produto para oferecer aos servidores da Fundação com: bolsas, sapatos, roupas, eletrônicos, acessórios, doces e muito mais. Esta é uma forma de ajudar a criatividade, a qualidade e o empreendedorismo local. Os expositores deixaram alguns brindes para serem sorteados entre os servidores que participaram do evento. O sorteio foi feito de acordo com a lista de presença.

### 3- Quinta das Empadas

Como forma de valorizar o empreendedor local, o projeto Bem Viver realiza toda as quintas-feiras a venda de empadas no refeitório, com o objetivo de facilitar o servidor a compra de sua alimentação.

### 4- Culto da Páscoa

Na manhã desta terça-feira, dia 26 de março de 2024, o Projeto Bem Viver promoveu um culto ecumênico em celebração à Semana Santa (Páscoa). Foi um momento de reflexão voltado para a ressurreição de Jesus Cristo. O evento contou com a participação de um pastor e um padre. O pastor Alessandro Simões discursou sobre o Antigo Testamento e o início da evolução humana, destacando a importância de compreendermos o processo do amor ao próximo. O padre Francisco Lima (Chicão) relembrou o significado da Páscoa e a ressurreição de Jesus Cristo, enfatizando a importância de sermos humildes de coração e gratos pela doação do amor de Cristo Jesus por nós.

## II. RESULTADOS ALCANÇADOS:

### Engajamento e participação:

O projeto Bem Viver tem obtido um alto nível de engajamento dos funcionários. Isso demonstra que os funcionários estão reconhecendo os benefícios dessas atividades para sua saúde e bem estar.

### CONCLUSÃO:

O projeto Bem Viver tem apresentado resultados positivos na promoção das atividades e ações e na melhoria do bem-estar dos funcionários. A participação e o engajamento têm aumentado. Com a implementação das próximas etapas planejadas, esperamos continuar impulsionando uma cultura saudável e ativa no ambiente de trabalho da Fundação Amazonprev, beneficiando os servidores e contribuindo para um ambiente mais positivo e produtivo. Em anexo seguem as imagens e listas de presença das atividades e ações realizadas no mês de março.



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

DIA INTERNACIONAL DA

# mulher

CONVITE



SEX - 08.03 às 9h

LOCAL: Auditório

## Esperamos vocês!

Programação de homenagem exclusiva  
para as mulheres da Amazonprev.

**Bem Viver**  
Saúde e qualidade de vida



Fundação  
**AMAZONPREV**



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**

## Dia Internacional da Mulher

Na manhã desta sexta-feira, dia 08 de março de 2024, o projeto Bem Viver promoveu o café da manhã em comemoração ao Dia Internacional da Mulher, com entrega de lembrancinhas na entrada. Houve uma palestra com a Assistente Social da Procuradoria da Mulher, Karolina Aguiar, abordando o tema "Enfrentamento à violência contra a mulher". O gerente do Contrin, o senhor John Altmann, prestou homenagem, seguida por uma belíssima apresentação de violino com a pequena Ana Liz Altmann, emocionando a todos. A Ginástica Laboral, conduzida pela professora Jose Evellyn, trouxe alegria ao evento com movimentação corporal.

A comunicação foi conduzida por toda a programação do evento pela nossa jornalista Suelen Ribeiro, sempre brilhante em suas apresentações e agradecimentos. Agradecemos ao patrocinador do evento, nosso Gerente Dr. Joao Ramos, que carinhosamente presenteou todas as mulheres com este maravilhoso evento. Infelizmente, a nossa Presidente, Senhora Maria Neblina, não pôde comparecer, mas tivemos o senhor Adelson Dantas como representante, fazendo a abertura e homenageando todas as mulheres com poesias e letras de músicas que retratam a importância da mulher na vida e na sociedade.

Em meio a sorrisos e alegria, reforçamos o compromisso da Fundação Amazonprev em reconhecer e valorizar o papel fundamental das mulheres em nossa instituição. O evento não apenas celebrou a data significativa, mas também promoveu a integração, o reconhecimento e a valorização da presença feminina em nossa comunidade.





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125







# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

## Dia Mundial da Água

No dia 22/03/24, sexta-feira, foi divulgado um flyer sobre o Dia Mundial da Água, conscientizando os servidores. Ele destaca a importância da água para a vida, promove práticas de conservação e sustentabilidade, e incentiva ações para proteger e preservar os recursos hídricos para as gerações futuras. Além disso, o dia serve como um lembrete do papel fundamental que a água desempenha no desenvolvimento socioeconômico e na saúde ambiental global.

22 de Março

# Dia Mundial da Água

Vamos falar sobre a importância da mudança de hábitos para a conservação desse recurso vital. 🌍💧

02

**Feche a torneira:**  
Ao escovar os dentes ou lavar louça, feche a torneira quando não estiver em uso.

04

**Conserte vazamentos:**  
Faça manutenção regular em encanamentos e conserte vazamentos assim que forem detectados.

01

**Reduza o tempo de banho:**  
Tome banhos mais curtos e desligue o chuveiro enquanto ensaboa.

03

**Colete água da chuva:**  
Use sistemas de captação para reutilizar a água da chuva em atividades como regar plantas.

05

**Prefira produtos sustentáveis:**  
Escolha produtos que usem menos água em sua fabricação e que sejam produzidos de forma sustentável.



**Juntos podemos fazer uma grande diferença!** ❤️  
Faça a sua parte e ajude a preservar esse recurso tão precioso para as gerações futuras. 🌱🌟

**Bem Viver**  
Saúde e qualidade de vida

Fundação  
**AMAZONPREV**

**AMAZONAS**  
GOVERNO DO ESTADO  
TRABALHO QUE TRANSFORMA

[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

Culto Ecumênico de Páscoa

## Culto Ecumênico de

# PÁSCOA



Pastor: Alessandro Simões  
Padre: Lima Chicão

Terça | 26 mar | 9h

Local - Auditório Amazonprev

**Bem Viver**  
Saúde e qualidade de vida



Fundação  
**AMAZONPREV**

[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**





# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

Bazar Grupo da Fé

# BAZAR GRUPO DA FÉ QUARTA - 27/03

Expositores com bolsas, sapatos, roupas,  
**acessórios, eletrônicos, doces e muito mais!**



LOCAL

Espaço em frente ao COARQ  
**A partir das 8h30**

**Bem Viver**  
Saúde e qualidade de vida



Fundação  
**AMAZONPREV**



**AMAZONAS**  
GOVERNO DO ESTADO

[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

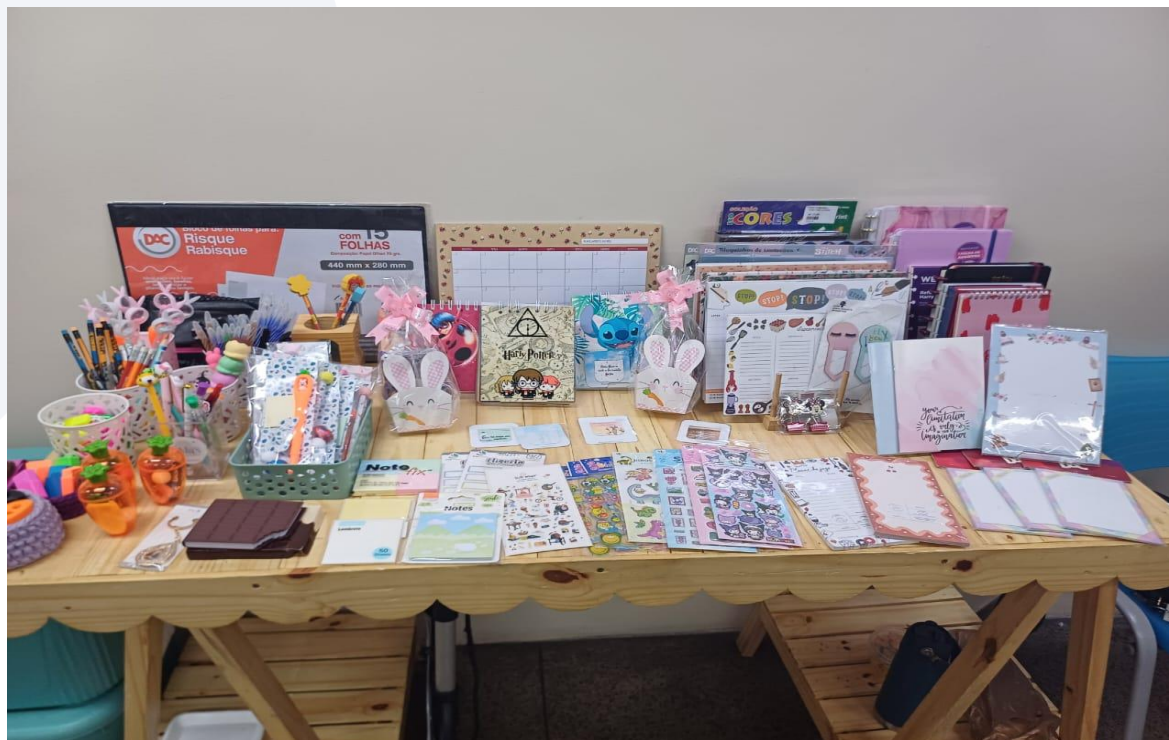
[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO



[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627-3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

## Lista de Presença – Bazar Grupo da Fé

Bem Viver <small>Saúde e Qualidade de Vida</small>		Lista de Presença	AMAZONPREV
		Bazar Grupo da Fé	Data: 27/03/2024
Nº	Participantes		
1	Laudes Passim'w		
2	Rafael H. do Amaral		
3	Monica Saizo (AGENDA)		
4	Arine Câmara COPREV		
5	Vinicius DA Costa OLIVEIRA AGENDA		
6	Comitê de Saúde Amazonas		
7	Sulina Brito Miranda		
8	Sandra Elienir Soares		
9	Francine Nogueira Coara		
10	Alicy, Silvia R. Silva		
11	Tatiele F. Lima		
12	Rene Damazio GETEC		
13	Alina Coutinho		
14	Isabella Souza GETEC		
15	Olav Nordli		
16	Isabela - GETEC		
17	Andreza Ribeiro - GETEC		
18	Gytha Lyndaly - Cadastro		
19	Alza F. de		
20	Meli Toni		
21	Charly Oliveira - GETEC		
22	Marcela Pristin		
23	Suelen Ribeiro		
24	Francisca Mendes Silva 991893410		
25	Analysa Garcia Salito - Cadastro		
26	Ana Celia Alencar		
27	Mariana Barros		
28	Alexandra de Amorim		
29	Theriana de Oliveira		
30	Mário Lúcio Dutra		
31	Cynthia da Costa Ferreira		
32	Joana R. Ortega		
33	Fernanda Freitas Miguel - COPREV		
34	ALBERTO MENA. (COGEP)		
35	Liamara R. Mendes		
36			
37			
38			
39			
40			
41			
42			
43			
44			
45			



# AMAZONAS

GOVERNO DO ESTADO

Quinta das Empadas

# NÃO PERCA

vários sabores



Hoje é dia  
de empada!!!

À venda no refeitório

[www.amazonas.am.gov.br](http://www.amazonas.am.gov.br)  
[twitter.com/GovernodoAM](https://twitter.com/GovernodoAM)  
[youtube.com/governodoamazonas](https://youtube.com/governodoamazonas)  
[facebook.com/governodoamazonas](https://facebook.com/governodoamazonas)

[www.amazonprev.am.gov.br](http://www.amazonprev.am.gov.br)  
Fone: (92) 3627—3400 / 3401  
Av. Visconde de Porto Alegre, 486.  
Centro. Manaus – AM.  
CEP: 69010-125

Fundação  
**AMAZONPREV**