



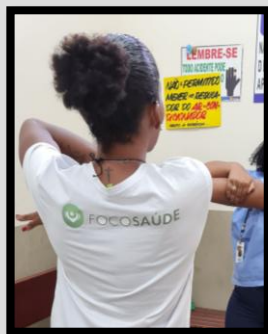
*FOCO***SAÚDE**

Simplificando o bem-estar

Ecosistema



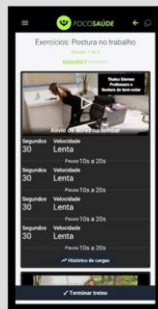
Jornadas de Bem-Estar e Jornada Mulher
Eventos temáticos de saúde



Foco Saúde no trabalho
Qualidade de vida laboral ESG



App Foco Saúde
Programas de exercícios



Mãos na Pausa
Ecosistema Mulheres 40+



Condomínios
Eventos e aulas para espaços em condomínios

Jornadas de Bem-Estar

- Eventos corporativos periódicos de saúde física e mental
- Semana de palestras ao vivo, debates gravados e atividades físicas
- Programas de exercícios e postura no ambiente de trabalho
- Profissionais de segmentos diversos de saúde

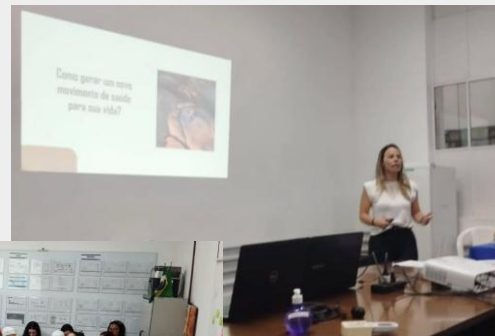


Um novo modelo de SIPAT, Online ou presencial.

Jornada Mulher

- 📍 Eventos corporativos periódicos de saúde física e mental da mulher
- 📍 Exercícios de autoestima e segurança para combate ao assédio e conflitos
- 📍 Palestras, debates e atividades físicas
- 📍 Trilha educativa online

Online ou presencial.



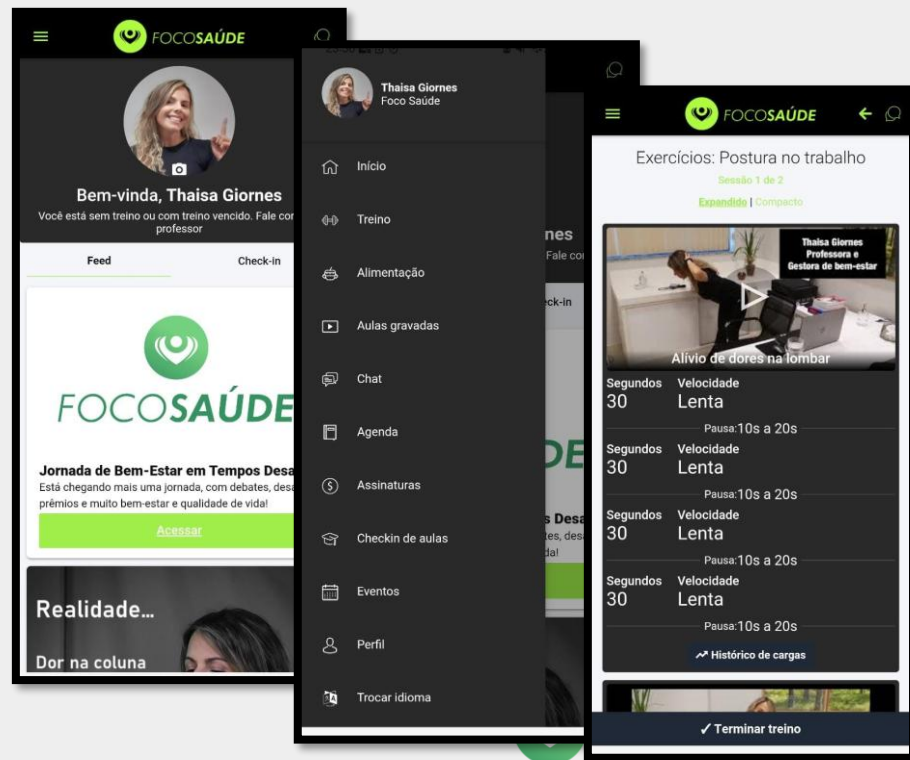
Foco Saúde no trabalho

-  Programas de qualidade de vida no trabalho
-  Avaliação postural, alongamento, mobilidade e exercícios diversos
-  Ações cooperativas, de inclusão e conscientização (ESG)
-  Relatórios de engajamento



App Foco Saúde

-  Programas de exercícios de força, postura e alongamento
-  Agenda de eventos e aulas
-  Conteúdos exclusivos de saúde física e mental
-  Smartphone e Notebook



Mãos na Pausa

- 👁️ Ecossistema Mulheres 40+ com sintomas de climatério e menopausa
- 👁️ Grupos exclusivos de debates ao vivo com Psicólogas e Nutricionistas
- 👁️ Guias de Bem-Estar, exercícios e aulas personalizadas para alívio de sintomas.
- 👁️ Programas de imersão de 3 a 6 meses

Presencial ou online



Condomínios

- 👁️ Eventos temáticos para espaços em condomínios
- 👁️ Aulas sistemáticas (musculação e coletivas)
- 👁️ Ações de saúde e bem-estar para funcionários de condomínios



Quem já nos conhece





Associada



**Pelo compromisso na excelência em estudos e práticas
de qualidade de vida em ambientes corporativos**

Nossa estrada...

Finalistas Bem-Startup UNIMED RS

Finalistas Hackathon UNIMED SC

Convidados de Inovação 15° SUESC

Classificados PNUD Mais Movimento

Semifinalistas Inovativa Brasil



Profissionais



GLOBOPLAY.GLOBO.COM

Mais Você | A psicóloga Aline Gomes analisa prós e contras do retorno da relação | Globoplay

Aline Gomes
Neuropsicóloga



Any Carvalho
Nutricionista Integrativa

Profissionais



Natalia Fernandes
Líder de Projetos
e Professora



Adriane Judy
Professora e
Personal Trainer



Thaisa Giornes
Palestrante e
Professora



Laís Amaral
Conteudista e
Professora



Simplificando o bem-estar



+55 21 99131-7124



@focosaudeonline



@focosaudeonline



@focosaudeonline