

Caso não esteja visualizando, [acesse o preview aqui.](#)



Ano 6 - nº 301 - 13/08/2024



A Semana do Cuidado na Vivest

Os **associados com plano de saúde da Vivest** estão sendo convidados para uma **programação de 19 a 21 de agosto**, a **Semana do Cuidado**, realizada com o apoio de vários parceiros, que farão exames simples, palestras educativas e ações práticas voltadas à qualidade de vida de seus beneficiários.

A semana e as palestras acontecerão presencialmente na sede da Vivest (Al. Santos, 2477 - Cerqueira César, São Paulo/SP). As palestras também serão transmitidas pelo canal canal do YouTube da Vivest. Acompanhe!

ATENÇÃO: Para participar é preciso preencher um formulário, que está disponível [aqui](#).

19/08 (terça-feira)

Das 9h às 15h:

Aferição de pressão e glicemia – realizada em parceria com o **laboratório A+, do grupo Fleury.**

Às 14h:

Palestra sobre Longevidade - realizada em parceria com a **geriatra Amanda Fialho, do Hospital Dom Alvarenga.**



20/08 (quarta-feira)

Das 9h às 15h:

Aferição de pressão e glicemia – realizada em parceria com o **laboratório A+, do grupo Fleury.**

Às 10h:

Palestra sobre Cuidados com o coração - realizada em parceria com a **cardiologista Bruna Baptistini, do Hospital Dom Alvarenga.**

Das 14h às 15h:

Palestra sobre Saúde do sono - realizada em parceria com a **Medipreço.**



21/08 (quinta-feira)

Das 9h às 12h:

Bioimpedância com nutricionista - realizada em parceria com a **nutricionista Evelyn Teixeira, do Hospital Dom Alvarenga.**

Das 9h às 15h:

Aferição de pressão e glicemia – realizada em parceria com o **laboratório A+, do grupo Fleury.**

Das 14h às 15h45:

Plantão de Dúvidas sobre exercícios e condicionamento físico – realizado em parceria com o **Totalpass**.

Das 15h às 16h:

Palestra Treine em casa: Dicas e Resultados – realizada em parceria com o **Totalpass**.

Das 16h às 17h:

Plantão de Dúvidas sobre exercícios e condicionamento físico – realizado em parceria com o **Totalpass**.



**Respondeu a
pesquisa?**

Você pode ganhar prêmios



Vale a pena participar respondendo a pesquisa da AAPS. É rápida e você concorre a um sorteio de dois prêmios no valor de até R\$1.000,00 cada. Os ganhadores poderão escolher o prêmio dentro desse valor.

Se tiver dúvidas no preenchimento fale com a gente!

Ligue para (11) 3372-1000 ou (13) 3288-1162

[Clique aqui](#) para responder a pesquisa

LIVE Jurídica

14/08 - 14h

O papel das Associações no novo marco regulatório da Previc



Fique ligado!

Você sabia que o novo marco regulatório da Previc está mudando o papel das associações? Esse tema é atual, importante e impacta diretamente todos nós!

Reserve na agenda: Live especial da AAPS, com as Dra. Tirza Coelho, mediado pela Dra. Irene Pinheiro, especialistas no assunto.

Dia 14 de agosto, às 14h

Vamos explicar tudo de forma clara e objetiva.

Participe, tire suas dúvidas e fique por dentro!

O assunto é do seu interesse!

Esperamos você!

Para participar, clique no botão abaixo:

ACESSO A LIVE

ID da reunião: 868 2970 3446

Senha: 349487



Bingo com Comida de Boteco

No dia 31 de agosto (domingo) das 14h às 18h, na Sede da AAPS – Rua Treze de Maio, nº 1642, São Paulo.

Além de muita animação, bons prêmios no bingo, deliciosas opções típicas de boteco teremos a apresentação do animado grupo musical Urina´s Soltas.

Convites:

Sócios e Acompanhantes: R\$ 75,00

Convidados: R\$ 120,00

Vendas de convites – São Paulo

Telefone: (11) 3372-1000

WhatsApp: (11) 93296-7611

Vendas de convites – Santos

Telefone: (13) 3288-1162

WhatsApp: (13) 99697-5536

Esperamos vocês!

**CONVITE ESPECIAL
VIVEST CONECTA & AAPS**



A AAPS convida você, aposentado, a participar do Vivest Conecta, um programa gratuito pensado especialmente para empoderar pessoas com mais experiência de vida no uso da tecnologia!

Nosso objetivo:

Tornar você mais conectado, independente e incluído no mundo digital, com apoio de profissionais qualificados e uma equipe pronta para te ajudar.

Por que participar?

Hoje em dia, saber usar o celular, acessar a internet ou conversar por vídeo com a família faz toda a diferença. E é isso que o Vivest Conecta oferece: mais autonomia, inclusão e qualidade de vida.

O que você vai encontrar?

- Oficinas práticas sobre uso de celulares e aplicativos*
- Dicas de segurança digital*
- Criação de e-mails e redes sociais*
- Ajuda para navegar com confiança pela internet*

Atenção:

Ao fazer a inscrição, é necessário aguardar o contato da Vivest para confirmar participação nessa turma de junho. Novas turmas nas seguintes datas:

Agosto: Dia 26; das 08 às 13h.

Outubro: Dias 09 e 21; das 08 às 13h.

Novembro: Dias 12 e 25; das 08 às 13h.

Participe!

Vamos juntos vencer as barreiras digitais com leveza, amizade e aprendizado.

Contamos com sua presença!

Mais informações ligue para a AAPS: (11) 3372.1000

Inscrições on-line: <https://forms.office.com/r/ZECB4ek81K>

Esperamos você!

Siga-nos nas redes sociais:



Associação dos Aposentados e Pensionistas da Sabesp
Sempre ligada à você! - www.aaps.com.br

Para garantir o recebimento de nossos e-mails, adicione o e-mail faleconosco@aaps.com.br ao seu catálogo de endereços. Respeitamos sua privacidade, caso não queira mais receber nossos e-mails, [cancele a sua inscrição aqui.](#)