



ACONTECE NA C.E.S.



CONFRATERNIZAÇÃO DE FINAL DE ANO
DIA 15 DE NOVEMBRO -SÁBADO
SÍTIO COQUEIRAL - MAÚA
INSCRIÇÕES COM GLEICE NO D.P.



DICAS DE SAÚDE



FONOAUDIOLOGIA MALHAÇÃO VOCAL Deve ser feita diariamente ao acordar, tem como finalidade aquecer as cordas vocais e evitar rouquidão por abuso vocal
Exercícios fazer 1x ao dia de

preferência ao acordar - Inspire profundamente e ao soltar o ar faça o

- exercício de :
- 1- GARGAREJO
 - 2- SUSPIRO COM SOM DA VOGAL ã
 - 3- REPETIR A PALAVRA BOM BOM BOM



ATENÇÃO SE VOCÊ PARTICIPOU DA CAMPANHA DA GLICOSE E APRSENTA RESULTADO ACIMA DE PROCURE UM MÉDICO PARA AVALIAÇÃO



ATIVIDADE FISICA LEVE E REGULAR

é importante para os ossos , musculos , circulação, ajuda a diminuir o colesterol e alivia as tensões



DISFAGIA É qualquer alteração ou dificuldade de deglutição que ocorre antes, durante e/ ou após a alimentação. Ela pode comprometer tanto a condição nutricional como o estado pulmonar ,procure um

Fonoaudiólogo



EDUCAÇÃO CONTINUADA PALESTRA

Dia 04/11 no refeitório às 15.00 h

Fonoaudióloga Marisa Salame

TEMA HUMANIZAÇÃO NO TRABALHO

Após a palestra  + sorteio



FUNCIONÁRIO DO MÊS

CAMPANHA SEU CRACHÁ



VALE DESCONTO

Moviola – livros e CD Tel: 2285-8339

Academia Fit Tel: 25563-774

Clínica Alba Center Estética Tel: 2557-5788

Restaurante Canto D Alice Tel: 2245-2264

Clínica Santana – depilação e esfoliação corporal

Tel: 25527875 Cel: 99317001



ESPAÇO FUNCIONÁRIO



ANIVERSARIANTES DO MÊS**C.E.S. E COLABORADORES**

Vamos comemorar juntos no refeitório
sempre na ultima quinta feira do mês

dia 27 /11 hora 16.00



+ sorteio



AVISOS

**08 /11 DIA DO RADIOLOGISTA**

SUA ATUAÇÃO QUALIFICADA E PERSONALIZADA É
FUNDAMENTAL PARA A SATISFAÇÃO DOS CLIENTES
PARABENS!

**PASTORAL DA SAÚDE**

Atendimento religioso
Informe-se

**CUIDE DO PLANETA**

RECICLAR E ECONOMIZAR É PRECISO

o seu exemplo educa centenas de pessoas
acredite a sua ação causa impacto



Visite a Biblioteca na sala da ouvidoria
Aceitamos doações de livros



MANUAL QUALIDADE DA CLÍNICA ÊNIO SERRA

Não se esqueça de pegar o seu na recepção ou ouvidoria

**INFORMATIVO****RESPONSABILIDADE SÓCIO-AMBIENTAL**

Não se esqueça de pegar o seu na recepção ou ouvidoria



Funcionário você é **D+**
continue se esforçando !

**ECOEFIÊNCIA**

Produzir mais no trabalho e na vida usando menos
recursos naturais.



ATENÇÃO FUNCIONÁRIO A QUALIDADE
depende do envolvimento de todos na busca da excelência
no atendimento ao cliente

**ACONTECE NO RIO**

AGENDA CULTURAL GRATUITA

CENTRO CULTURAL LIGHT tel 2211-4420
roda do tempo - de seg. a sex . às 16h

TEATRO R. MAGALHÃES tel. 3974-2500
ciclo de leituras dramatizadas seg. às 18h

CASA DA GÁVEA tel 2239-3511
ciclo de leituras dramatizada - seg. às 19h

TEATRO RIVAL PETROBRAS tel. 3223-6600
Pedro Luiz e a parede - seg. às 19h

BIBLIOTECA NACIONAL tel. 3095-3862 Machado de
Assis ,cem anos de cartografia
de seg. a sex das 10 às 16h

DUREX ARTE CONTEMPORÂNEA tel. 2508-6098
de seg. a sex. das 12 às 18h

