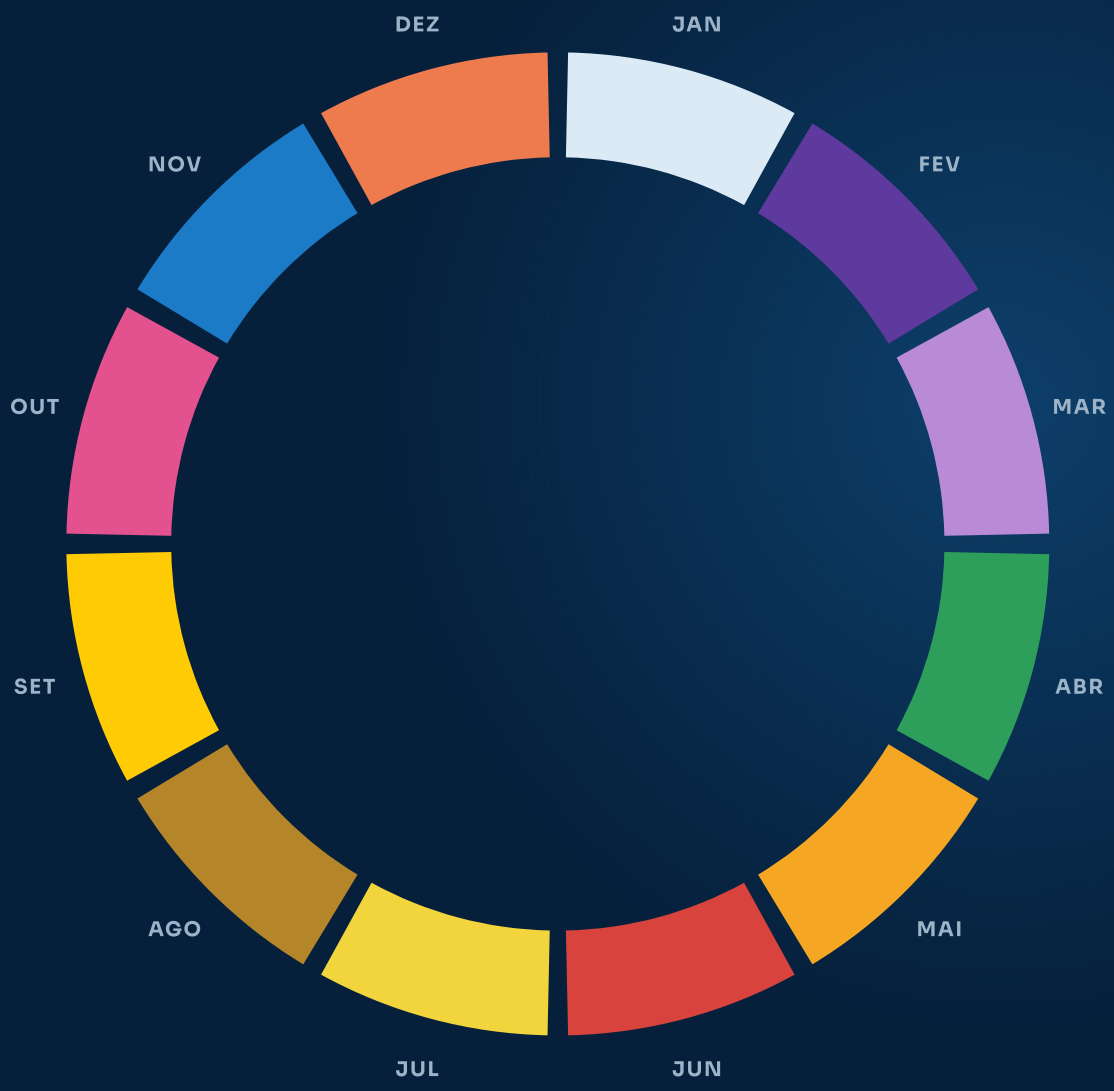
Catividade



GUIA DE PLANEJAMENTO ANUAL

Calendário de Saúde para o RH

Todas as datas de saúde, segurança e bem-estar do ano, com a ação certa para cada mês e para cada tipo de empresa.

12 meses | +90 datas | 8 segmentos | 3 roteiros de ano

catividade.com.br

WhatsApp (11) 94834-6868

O QUE VOCÊ ENCONTRA AQUI

Índice

Este índice é clicável. Toque em qualquer item para ir direto à página. Em todas as páginas, o botão ↑ **Voltar ao índice**, no rodapé, traz você de volta para cá.

PARA COMEÇAR

Como usar este guia 03 →

O ano num olhar
os doze meses em uma página 04 →

Feriados e emendas
quando marcar e quando não marcar 05 →

PARA PLANEJAR

SIPAT
uma semana, cinco formatos 30 →

Recomendações por segmento
oito tipos de empresa 31 →

Três roteiros de ano 34 →

PARA IR ALÉM DAS DATAS

Mude um Hábito
programa de 12 semanas 35 →

MoviMente
aponta, resolve e prova · 3 páginas 36 →

NR-1 e NR-17
o calendário como evidência 39 →

PARA USAR

O meu plano de 2027
folha para preencher 40 →

Índice de soluções 41 →

Fale com a Catividade 42 →

MÊS A MÊS

01 **Janeiro** — Janeiro Branco 06 →

02 **Fevereiro** — Fevereiro Roxo e Laranja 08 →

03 **Março** — Março Lilás 10 →

04 **Abril** — Abril Verde 12 →

05 **Maio** — Maio Amarelo 14 →

06 **Junho** — Junho Vermelho 16 →

07 **Julho** — Julho Amarelo 18 →

08 **Agosto** — Agosto Lilás e Dourado 20 →

09 **Setembro** — Setembro Amarelo 22 →

10 **Outubro** — Outubro Rosa 24 →

11 **Novembro** — Novembro Azul 26 →

12 **Dezembro** — Dezembro Laranja 28 →

ANTES DE COMEÇAR

O ano do RH já tem datas marcadas. Este guia mostra o que fazer com cada uma.

Todo mês tem uma campanha de saúde, uma data de segurança ou um tema que a diretoria vai cobrar. Quem planeja em janeiro escolhe as datas, negocia melhor e chega em dezembro com resultado para mostrar. Quem decide na véspera fica com o que sobrou na agenda.

1

Olhe o ano inteiro

Nas páginas 4 e 5 estão os doze meses, as campanhas e os feriados de 2027, com as semanas que rendem e as que é melhor evitar.

2

Abra o mês

Cada mês ocupa duas páginas: à esquerda, o calendário e as datas. À direita, o foco, três ações que funcionam e a dica de quem executa.

3

Ajuste ao seu segmento

Indústria não é escritório. A partir da página 31 há recomendações para oito tipos de empresa e três roteiros prontos de ano.

4

Feche o plano

Use a folha de planejamento da página 40, marque as datas e fale com a gente. Montamos a programação a partir do que você já definiu.

Como ler o calendário

- Feriado nacional
- Ponto facultativo
- Saúde
- Segurança
- Inclusão e sociedade
- Meio ambiente
- Data comemorativa

Quem assina este guia

A Catividade leva saúde, segurança e bem-estar para dentro das empresas, com equipe própria de profissionais de saúde, mais de 90 soluções e uma plataforma própria, o MoviMente, que transforma participação em indicador. Já atendemos mais de 1.000 empresas em todo o Brasil.

As datas deste guia seguem os calendários oficiais de saúde e as campanhas mais adotadas pelas empresas brasileiras. Feriados estaduais e municipais não estão incluídos. A data da SIPAT é definida por cada empresa.

O ano num olhar.

Janeiro
Janeiro Branco

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Fevereiro
Fevereiro Roxo e Laranja

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

Março
Março Lilás

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

Abril
Abril Verde

D	S	T	Q	Q	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

Maio
Maio Amarelo

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Junho
Junho Vermelho

D	S	T	Q	Q	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Julho
Julho Amarelo

D	S	T	Q	Q	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

Agosto
Agosto Lilás e Dourado

D	S	T	Q	Q	S	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

Setembro
Setembro Amarelo

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

Outubro
Outubro Rosa

D	S	T	Q	Q	S	S
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Novembro
Novembro Azul

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

Dezembro
Dezembro Laranja

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

Feriado ou ponto facultativo

Data de saúde, segurança ou inclusão

Toque em um mês para abrir a página dele.

Quando marcar. E quando não marcar.

Ação de saúde em semana de emenda tem metade do público. Em 2027, três feriados caem na terça-feira e fazem da segunda um dia perdido.

DATA	FERIADO	O QUE MUDA PARA O RH
1/jan sexta	**Confraternização Universal**	Semana curta. As ações de Janeiro Branco começam a partir do dia 11.
8 e 9/fev segunda e terça	**Carnaval** ponto facultativo	Faça a ação de prevenção nos dias 4 e 5. A quarta, dia 10, só rende à tarde.
26/mar sexta	**Sexta-feira Santa**	A semana do dia 22 tem quatro dias úteis.
21/abr quarta	**Tiradentes**	Sem emenda. A semana do dia 28 de abril fica livre.
1/mai sábado	**Dia do Trabalho**	Não afeta a agenda de segunda a sexta.
27/mai quinta	**Corpus Christi** ponto facultativo	Sexta, dia 28, vira emenda. Atenção à Semana do Meio Ambiente logo depois.
7/set terça	**Independência**	Segunda, dia 6, vira emenda. Abra o Setembro Amarelo na semana do dia 13.
12/out terça	**Nossa Senhora Aparecida**	Segunda, dia 11, vira emenda. Outubro Rosa rende mais nas semanas de 18 e 25.
2/nov terça	**Finados**	Segunda, dia 1º, vira emenda.
15/nov segunda	**Proclamação da República**	Fim de semana prolongado.
20/nov sábado	**Consciência Negra**	Não afeta a agenda de segunda a sexta.
25/dez sábado	**Natal**	Última semana útil para ações: 13 a 17 de dezembro.

As melhores semanas

11 a 29 de janeiro · 1 a 19 de março · 26 a 30 de abril · 3 a 21 de maio · todo o mês de julho e de agosto · 13 a 30 de setembro · 18 a 29 de outubro · 22 a 26 de novembro.

As segundas para evitar

6 de setembro, 11 de outubro e 1º de novembro. São vésperas de feriado na terça, e muita empresa libera a equipe.

Antecedência que funciona

Campanhas grandes (Setembro Amarelo, Outubro Rosa, Novembro Azul e SIPAT): 60 a 90 dias. Demais ações: 30 dias. Simuladores: quanto antes.

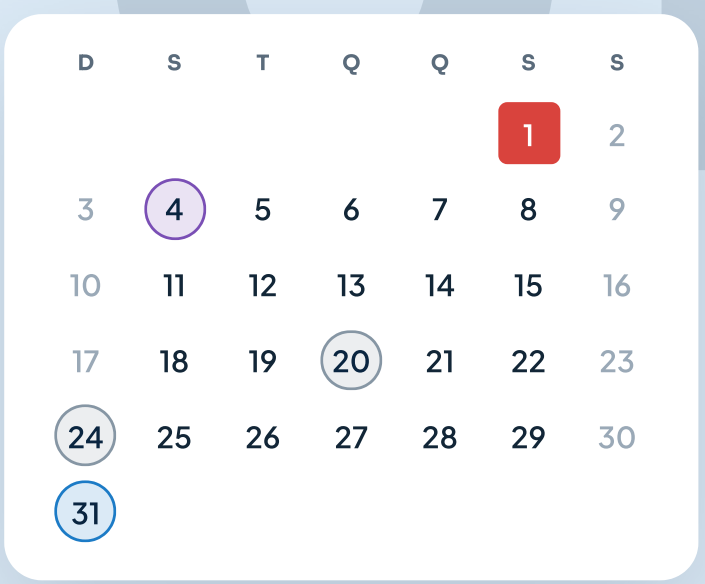
Carnaval e Corpus Christi são pontos facultativos em nível nacional e feriado em vários municípios. Confira o calendário da sua cidade e das unidades.

2027

Janeiro

Janeiro Branco

Saúde mental, finanças e recomeço



DATAS DO MÊS

01 **Confraternização Universal**
sexta · Feriado nacional

04 **Dia Mundial do Braille**
segunda · Inclusão e sociedade

20 **Dia do Farmacêutico**
quarta · Data comemorativa

24 **Dia Internacional da Educação**
domingo · Data comemorativa

31 **Dia Mundial de Combate à Hanseníase**
domingo · Saúde

Também neste mês: Janeiro Roxo (hanseníase)

Dica de quem executa

Quem quer rodar um programa de 12 semanas no primeiro trimestre precisa fechar o escopo ainda em dezembro. Em janeiro a agenda das equipes já está tomada.

Ideia para a comunicação interna

"Que hábito você quer deixar em 2026?" Um mural na entrada e um QR Code para responder já são a campanha.

Onde rende mais: Todos os segmentos

O FOCO DE JANEIRO

O ano começa pela cabeça.

Janeiro é o mês em que a equipe volta com metas novas e a mesma rotina. Também é o mês das contas: IPVA, IPTU e material escolar chegam juntos. É a melhor janela do ano para falar de dinheiro e de saúde emocional sem peso, e para lançar o programa que vai acompanhar as pessoas.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Estande O Valor das Escolhas

Cinco estações de decisão financeira, com devolutiva na hora, no mês das contas.



Jornada das Emoções

Roda das emoções e cartões de autorregulação que abrem a conversa com leveza.



Estande Mude um Hábito

Cada pessoa escolhe um hábito para mudar no ano e assina o compromisso.

TAMBÉM CABE EM JANEIRO

- Zona de Presença
- Pausa Consciente · Mindfulness
- Workshop Jornada da Vida
- Mapeamento de Saúde Integral
- Programa Mude um Hábito

O MEU PLANO PARA JANEIRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em janeiro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Fevereiro

Fevereiro Roxo e Laranja

Doenças crônicas, Carnaval e direção segura

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28						

DATAS DO MÊS

04 **Dia Mundial do Câncer**
quinta · Saúde

08 **Carnaval (segunda)**
segunda · Ponto facultativo

09 **Carnaval (terça)**
terça · Ponto facultativo

10 **Quarta-feira de Cinzas (até 14h)**
quarta · Ponto facultativo

11 **Dia Mundial do Enfermo**
quinta · Saúde

20 **Dia Nacional de Combate às Drogas e ao Alcoolismo**
sábado · Saúde

28 **Dia Mundial das Doenças Raras**
domingo · Saúde

Também neste mês: Roxo: lúpus, fibromialgia e Alzheimer · Laranja: leucemia

Dica de quem executa

A ação de pré-Carnaval funciona melhor na quinta ou na sexta anterior (4 e 5 de fevereiro). Na semana do feriado a presença cai muito.

Ideia para a comunicação interna

Antes: "Curtir também é voltar." Depois: um guia rápido da Hora do Reset, com água, prato, sono e movimento.

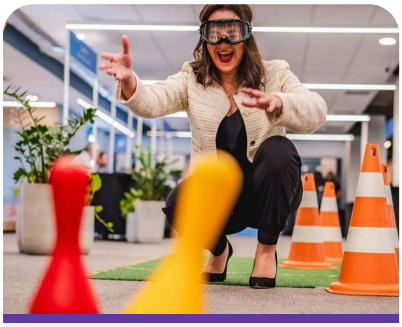
Onde rende mais: Logística e transporte · Indústria · Operações em turno

O FOCO DE FEVEREIRO

Antes do Carnaval, o recado. Depois dele, a Hora do Reset.

Fevereiro é curto e tem feriado prolongado. A semana anterior ao Carnaval é a hora de falar de álcool e direção sem sermão, com experiência prática. Na volta, é a Hora do Reset: água, prato leve, sono em dia e movimento sem exagero para recuperar a energia.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Circuito de Dosagem Alcoólica

Óculos que reproduzem o efeito do álcool na coordenação. Ninguém esquece.



Carnaval com Consciência · Entre confetes e cuidados

Intervenção artística e lúdica sobre excessos, corpo, sono, hidratação e o retorno saudável ao trabalho.



Blitz da Saúde · Hora do Reset

Personagens percorrem os setores na volta do feriado com o recado de água, prato leve e sono.

TAMBÉM CABE EM FEVEREIRO

- Mesa Nutricional
- Simulador de Efeitos de Sonolência
- Simulador de Direção Defensiva
- Bike do Suco
- Estande do Sono
- Ginástica Laboral

O MEU PLANO PARA FEVEREIRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em fevereiro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Março

Março Lilás

Saúde da mulher, sono e rins

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

DATAS DO MÊS

04 **Dia Mundial da Obesidade**
quinta · Saúde

08 **Dia Internacional da Mulher**
segunda · Inclusão e sociedade

11 **Dia Mundial do Rim**
quinta · Saúde

19 **Dia Mundial do Sono**
sexta · Saúde

21 **Dia Internacional da Síndrome de Down**
domingo · Inclusão e sociedade

24 **Dia Mundial de Combate à Tuberculose**
quarta · Saúde

26 **Sexta-feira Santa**
sexta · Feriado nacional

28 **Páscoa**
domingo · Data comemorativa

31 **Dia Nacional da Saúde e Nutrição**
quarta · Saúde

Também neste mês: Lilás: câncer do colo do útero · Azul-marinho: câncer colorretal

Dica de quem executa

A semana do dia 8 é a mais disputada do primeiro semestre para terapias e palestras. Quem reserva em janeiro escolhe a data.

Ideia para a comunicação interna

"O que você faz por você?" Uma pergunta só, respondida em cartão, vira painel na empresa.

Onde rende mais: Escritórios e serviços · Varejo · Saúde

O FOCO DE MARÇO

O mês da mulher pede mais do que uma flor na mesa.

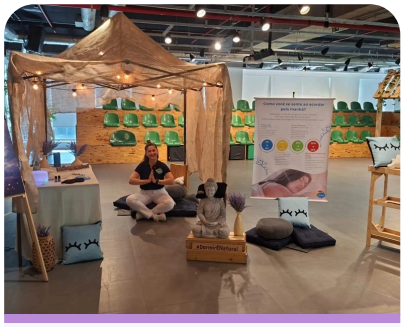
O dia 8 abre a porta para uma programação de saúde da mulher com conteúdo de verdade. Respeito e segurança entram na mesma conversa. No mesmo mês caem o Dia Mundial do Sono e o Dia Nacional da Saúde e Nutrição, que rendem ação prática para a empresa inteira.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



SPA de Autocuidado

Quick massage, mesa nutricional e aula de yoga no mesmo dia.



Estande do Sono

Autoavaliação da qualidade do sono e orientação de higiene do sono.



Estande Assédio Moral e Sexual

Limites, condutas e canais de apoio, num estande que convida à conversa.

TAMBÉM CABE EM MARÇO

- Jornada Saúde da Mulher
- Aula de Defesa Pessoal
- Mesa Nutricional
- Feira Nutricional

O MEU PLANO PARA MARÇO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em março?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Abril

Abril Verde

Segurança e saúde no trabalho

D	S	T	Q	Q	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	

DATAS DO MÊS

02 **Dia Mundial de Conscientização do Autismo**
sexta · Inclusão e sociedade

06 **Dia Mundial da Atividade Física**
terça · Saúde

07 **Dia Mundial da Saúde**
quarta · Saúde

16 **Dia Mundial da Voz**
sexta · Saúde

21 **Tiradentes**
quarta · Feriado nacional

24 **Semana Mundial da Imunização (24 a 30)**
sábado · Saúde

26 **Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão**
segunda · Saúde

28 **Dia Mundial da Segurança e Saúde no Trabalho**
quarta · Segurança

Também neste mês: Abril Azul (autismo)

Dica de quem executa

Tiradentes cai numa quarta-feira. A semana do dia 28 fica inteira, sem feriado, e é a melhor para uma ação de dois ou três dias.

Ideia para a comunicação interna

"Segurança é escolha. Faça a sua parte." Frase curta, repetida em todos os setores.

Onde rende mais: Indústria · Construção · Logística · Energia

O FOCO DE ABRIL

O mês em que segurança deixa de ser assunto só da CIPA.

O dia 28 é a data oficial da segurança e saúde no trabalho, e o mês inteiro serve de aquecimento para a temporada de SIPAT. Vale usar abril para treinar percepção de risco com experiência, porque é isso que a equipe leva para o turno seguinte.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Estande de Sensibilização de EPI

Equipamentos reais para experimentar e entender o uso correto.



Segurança das Mãos

Estação dedicada à prevenção do acidente mais comum da operação.



Tabuleiro Gigante

Perguntas e desafios de segurança em escala real, com os riscos da sua operação.

TAMBÉM CABE EM ABRIL

- Maquete de Percepção de Riscos
- Realidade Virtual · Percepção de Risco 360°
- Palestras de Segurança
- Blitz da Segurança

O MEU PLANO PARA ABRIL

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em abril?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Maio

Maio Amarelo

Segurança no trânsito e abertura da temporada de SIPAT

D	S	T	Q	Q	S	S
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

DATAS DO MÊS

01 — **Dia do Trabalho**
sábado · Feriado nacional

05 — **Dia Mundial da Higiene das Mãos**
quarta · Saúde

09 — **Dia das Mães**
domingo · Data comemorativa

12 — **Dia Internacional da Enfermagem**
quarta · Data comemorativa

15 — **Dia do Assistente Social**
sábado · Data comemorativa

17 — **Dia Mundial da Hipertensão**
segunda · Saúde

20 — **Dia do Técnico e Auxiliar de Enfermagem**
quinta · Data comemorativa

26 — **Dia Nacional de Combate ao Glaucoma**
quarta · Saúde

27 — **Corpus Christi**
quinta · Ponto facultativo

28 — **Dia Internacional de Luta pela Saúde da Mulher**
sexta · Saúde

31 — **Dia Mundial sem Tabaco**
segunda · Saúde

Também neste mês: Maio Roxo (doenças inflamatórias intestinais)

Dica de quem executa

Os simuladores são poucos e viajam pelo país. Para maio, o pedido precisa entrar até março. Corpus Christi cai na quinta, dia 27, e a sexta vira emenda.

Ideia para a comunicação interna

"Quem te espera em casa?" Peça uma foto e monte o mural. A campanha se faz sozinha.

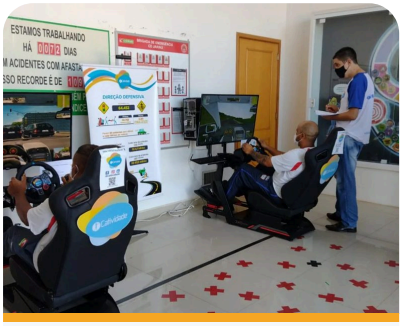
Onde rende mais: Logística e transporte · Indústria · Agronegócio · Energia

O FOCO DE MAIO

No simulador, o erro não custa nada.

Maio Amarelo é a campanha de trânsito do ano e fala com todo mundo que dirige, pedala ou atravessa a rua para chegar ao trabalho. Para quem tem frota ou empilhadeira, é o mês dos simuladores. E é quando as primeiras SIPATs do ano saem do papel.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Sala de Simuladores

Vários simuladores reunidos no mesmo espaço, para eventos de maior porte.



Simulador de Empilhadeira

Manobras críticas e cargas instáveis em ambiente controlado.



Palestras de Trânsito

Direção defensiva e segurança no trajeto de casa ao trabalho.

TAMBÉM CABE EM MAIO

- Simulador de Direção Defensiva
- Circuito de Dosagem Alcoólica
- Blitz da Segurança com Empilhadeiras
- Estande Saúde Ocular

O MEU PLANO PARA MAIO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em maio?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Junho

Junho Vermelho

Doação de sangue, meio ambiente e diversidade

D	S	T	Q	Q	S	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

DATAS DO MÊS

03 — **Dia do Profissional de RH**
quinta · Data comemorativa

05 — **Dia Mundial do Meio Ambiente**
sábado · Meio ambiente

14 — **Dia Mundial do Doador de Sangue**
segunda · Saúde

15 — **Conscientização da Violência contra a Pessoa Idosa**
terça · Inclusão e sociedade

21 — **Dia Nacional de Controle da Asma**
segunda · Saúde

26 — **Dia Nacional do Diabetes · Dia Internacional contra as Drogas**
sábado · Saúde

28 — **Dia Internacional do Orgulho LGBTQIA+**
segunda · Inclusão e sociedade

Também neste mês: Junho Laranja (anemia e leucemia) · Junho Violeta (pessoa idosa)

Dica de quem executa

O dia 5 cai num sábado. A Semana do Meio Ambiente das empresas acontece de 31 de maio a 4 de junho, colada na emenda de Corpus Christi. Planeje a montagem com folga.

Ideia para a comunicação interna

"O que você faz com o que sobra?" Serve para o lixo, para a água e para a energia.

Onde rende mais: Indústria · Agronegócio · Energia · Escritórios

O FOCO DE JUNHO

Um mês, três pautas que a diretoria cobra.

A Semana do Meio Ambiente abre o mês no dia 5 e é a data mais forte da agenda ESG. No dia 14 vem a doação de sangue, e o fim do mês é dedicado à diversidade. São temas de cultura: funcionam melhor com oficina e vivência do que com palestra.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Oficina de Mini Terrário

Cada participante monta e leva o seu. O cuidado continua na mesa de trabalho.



Oficina de Compostagem

Do resíduo orgânico ao adubo, com prática e kit para levar.



Estande de Diversidade e Inclusão

Vivência sobre convivência, respeito e viés inconsciente.

TAMBÉM CABE EM JUNHO

- Estande Cada Gota Conta
- Desafio da Coleta Certa
- Blitz Sustentável
- Meditação Ecológica
- Palestras de Meio Ambiente

O MEU PLANO PARA JUNHO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em junho?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Julho

Julho Amarelo

Hepatites virais e prevenção de acidentes

D	S	T	Q	Q	S	S
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

DATAS DO MÊS

01 — **Dia da Vacina BCG**
quinta · Saúde

02 — **Dia do Bombeiro Brasileiro**
sexta · Data comemorativa

10 — **Dia da Saúde Ocular**
sábado · Saúde

20 — **Dia do Amigo**
terça · Data comemorativa

25 — **Dia do Motorista**
domingo · Data comemorativa

27 — **Dia Nacional da Prevenção de Acidentes do Trabalho**
terça · Segurança

28 — **Dia Mundial de Luta contra as Hepatites Virais**
quarta · Saúde

Também neste mês: Julho Verde (câncer de cabeça e pescoço)

Dica de quem executa

Julho é o pico da temporada de SIPAT. Quem fecha a programação até maio garante as datas e os formatos mais procurados.

Ideia para a comunicação interna

Divulgue o ranking do totem todo dia no mural. A disputa entre setores leva público para o resto da programação.

Onde rende mais: Indústria · Construção · Logística · Operações em turno

O FOCO DE JULHO

Meio do ano: hora de medir e de fazer a SIPAT que as pessoas comentam.

O dia 27 é o Dia Nacional da Prevenção de Acidentes do Trabalho e muita empresa encaixa a SIPAT nessa semana. Julho também é mês de férias escolares: equipes reduzidas e mais gente cobrindo função que não é a sua. Conteúdo obrigatório precisa virar jogo para prender a atenção.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



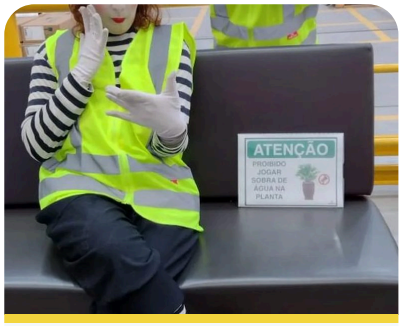
Desafio Interativo · Totem Multijogos

Vários jogos na mesma tela, com as perguntas da sua campanha e ranking.



Passa ou Repassa

Disputa entre equipes sobre os temas da SIPAT. Ninguém fica no celular.



Blitz da Segurança

Intervenção artística que leva a mensagem pelos setores, sem parar a operação.

TAMBÉM CABE EM JULHO

- Palestra Lúdica com Mágico
- Tabuleiro Gigante
- Chute a Gol
- Estande Saúde Ocular
- Palestras · Temas da SIPAT

O MEU PLANO PARA JULHO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em julho?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Agosto

Agosto Lilás e Dourado

Fim da violência contra a mulher, Dia Nacional da Saúde e colesterol

D	S	T	Q	Q	S	S
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

DATAS DO MÊS

01 **Semana Mundial da Amamentação (1 a 7)**
domingo · Saúde

05 **Dia Nacional da Saúde**
quinta · Saúde

07 **Aniversário da Lei Maria da Penha · Agosto Lilás**
sábado · Inclusão e sociedade

08 **Dia Nacional de Combate ao Colesterol · Dia dos Pais**
domingo · Saúde

11 **Dia do Estudante**
quarta · Data comemorativa

27 **Dia do Psicólogo**
sexta · Data comemorativa

29 **Dia Nacional de Combate ao Fumo**
domingo · Saúde

31 **Dia do Nutricionista**
terça · Data comemorativa

Também neste mês: Lilás: fim da violência e do assédio contra a mulher · Dourado: aleitamento materno · Branco: câncer de pulmão

Dica de quem executa

Empresas com CIPA precisam fazer, ao menos uma vez por ano, uma ação de capacitação sobre assédio e violência no trabalho (Lei 14.457/2022). O Agosto Lilás é a janela natural, e a lista de presença já vale como evidência.

Ideia para a comunicação interna

"Respeito não é favor." Divulgue o Ligue 180 e o canal de denúncia da empresa junto com a ação.

Onde rende mais: Todos os segmentos · destaque para escritórios e contact centers

O FOCO DE AGOSTO

Respeito também é saúde. Agosto é o mês de mostrar isso na prática.

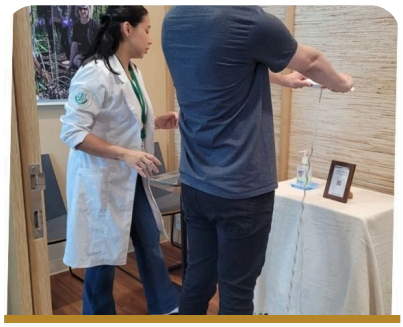
O Agosto Lilás nasce do aniversário da Lei Maria da Penha (dia 7) e é a campanha mais procurada do mês: violência e assédio contra a mulher entram na pauta da empresa, com orientação e canais de apoio. No mesmo mês, o Dia Nacional da Saúde (dia 5) e o de Combate ao Colesterol (dia 8) pedem o check-up coletivo, e a Semana Mundial da Amamentação abre o Agosto Dourado.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Estande Assédio Moral e Sexual

A ação do Agosto Lilás: quiz, roleta e orientação sobre condutas, limites e canais de denúncia.



Mini Checkup e Bioimpedância

Pressão, glicemia, IMC e composição corporal, com devolutiva individual.



Estande de Ergonomia

Avaliação expressa e ajustes que a pessoa aplica no próprio posto.

TAMBÉM CABE EM AGOSTO

- Palestra Violência contra a Mulher
- Aula de Defesa Pessoal
- Estande de Diversidade e Inclusão
- Jornada Saúde da Mulher
- Oficina da Coluna
- Mapeamento de Saúde Integral
- Blitz Postural

O MEU PLANO PARA AGOSTO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em agosto?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Setembro

Setembro Amarelo

Valorização da vida e saúde emocional

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

DATAS DO MÊS

01 — **Dia do Profissional de Educação Física**
quarta · Data comemorativa

07 — **Independência do Brasil**
terça · Feriado nacional

10 — **Dia Mundial de Prevenção do Suicídio**
sexta · Saúde

14 — **Semana do Bem-Estar (14 a 20)**
terça · Saúde

18 — **Semana Nacional de Trânsito (18 a 25)**
sábado · Segurança

21 — **Dia Nacional de Luta da Pessoa com Deficiência · Dia Mundial do Alzheimer**
terça · Inclusão e sociedade

27 — **Dia Nacional da Doação de Órgãos**
segunda · Saúde

29 — **Dia Mundial do Coração**
quarta · Saúde

Também neste mês: Setembro Verde (inclusão e doação de órgãos) · Setembro Vermelho (coração)

Dica de quem executa

É o mês em que a agenda de terapeutas fecha primeiro. Reserve até junho. O dia 7 cai na terça: evite a segunda, dia 6.

Ideia para a comunicação interna

Divulgue os canais de apoio da empresa junto com a ação. Em setembro, saber a quem recorrer é a mensagem principal.

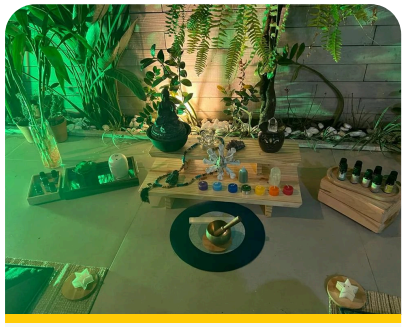
Onde rende mais: Todos os segmentos

O FOCO DE SETEMBRO

Acolher primeiro. Falar depois.

É a campanha de saúde mais sensível do ano. Funciona quando oferece espaço de pausa e escuta conduzido por profissional, e não quando vira só cartaz. Também é o mês da pessoa com deficiência (dia 21), da Semana Nacional de Trânsito (18 a 25) e do coração (dia 29).

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Espaço Zen

Sala de descompressão montada na empresa, aberta durante toda a ação.



Sound Healing

Vivência sonora com instrumentos terapêuticos, para relaxamento profundo.



Quick Massage

Alívio de tensão em poucos minutos. A ação de maior procura do portfólio.

TAMBÉM CABE EM SETEMBRO

- Zona de Presença
- Meditação Guiada Ambientalizada
- Auriculoterapia
- Risoterapia
- Vivência de Inclusão PCD
- Acompanhamento com Psicólogo

O MEU PLANO PARA SETEMBRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em setembro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

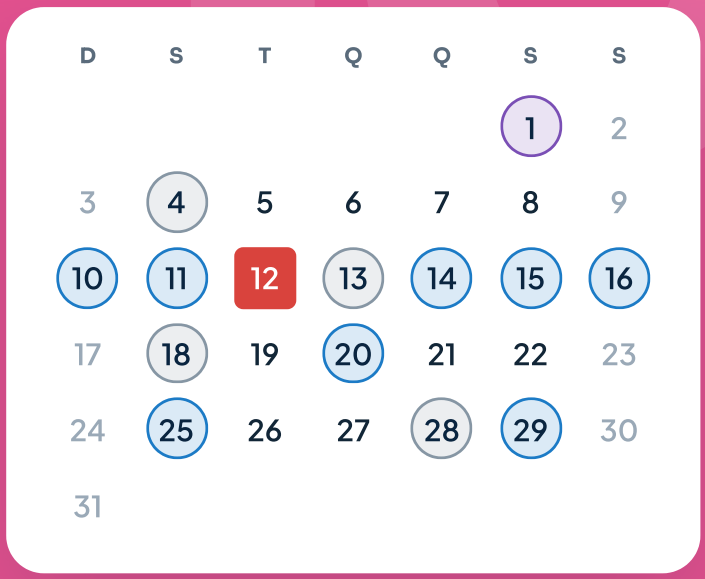
WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Outubro

Outubro Rosa

Saúde da mulher e prevenção do câncer de mama



DATAS DO MÊS

01 **Dia Internacional da Pessoa Idosa**
sexta · Inclusão e sociedade

04 **Dia do Médico do Trabalho e do Agente Comunitário de Saúde**
segunda · Data comemorativa

10 **Dia Mundial da Saúde Mental**
domingo · Saúde

11 **Dia Nacional de Prevenção da Obesidade**
segunda · Saúde

12 **Nossa Senhora Aparecida**
terça · Feriado nacional

13 **Dia do Fisioterapeuta e do Terapeuta Ocupacional**
quarta · Data comemorativa

14 **Dia Mundial da Visão**
quinta · Saúde

15 **Dia do Professor e Dia Mundial de Lavar as Mãos**
sexta · Saúde

16 **Dia Mundial da Alimentação**
sábado · Saúde

18 **Dia do Médico**
segunda · Data comemorativa

20 **Dia Mundial da Osteoporose**
quarta · Saúde

25 **Dia Nacional da Saúde Bucal e Dia do Dentista**
segunda · Saúde

28 **Dia do Servidor Público**
quinta · Data comemorativa

29 **Dia Mundial do AVC**
sexta · Saúde

Também neste mês: Dia Mundial da Saúde Mental (10) · Dia Mundial da Alimentação (16)

Dica de quem executa

Outubro e novembro são os meses mais cheios do ano. Feche as duas campanhas juntas, até agosto, e negocie um pacote só. O dia 12 cai na terça.

Ideia para a comunicação interna

Envolva os homens também: "quem você vai lembrar de marcar o exame?"

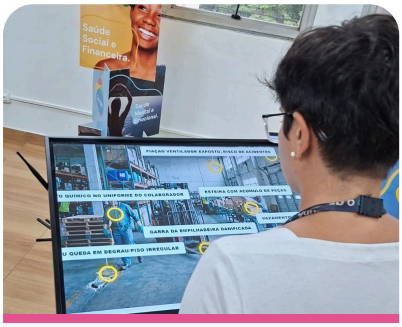
Onde rende mais: Todos os segmentos · destaque para varejo, saúde e serviços

O FOCO DE OUTUBRO

Saúde da mulher com programação própria, não com uma fita no crachá.

É a campanha com mais soluções exclusivas do nosso portfólio: seis produtos desenhados só para ela. O mês ainda traz saúde mental (dia 10), obesidade (dia 11), alimentação (dia 16) e saúde bucal (dia 25), o que permite montar uma Semana da Saúde completa.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



Desafio Saúde da Mulher

Quiz no totem interativo sobre prevenção e autocuidado, com ranking entre as equipes.



SPA de Autocuidado

Um dia de cuidado com quick massage, nutrição e yoga na mesma programação.



Feira Nutricional

Alimentos in natura, degustação e orientação de nutricionista.

TAMBÉM CABE EM OUTUBRO

- Simulador de Mama
- Jornada Saúde da Mulher
- Memória do Cuidado
- Aula de Defesa Pessoal
- Estande Odontológico

O MEU PLANO PARA OUTUBRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em outubro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Novembro

Novembro Azul

Saúde do homem e diabetes

D	S	T	Q	Q	S	S
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

DATAS DO MÊS

02 — **Finados**
terça · Feriado nacional

10 — **Dia Nacional de Prevenção e Combate à Surdez**
quarta · Saúde

14 — **Dia Mundial do Diabetes**
domingo · Saúde

15 — **Proclamação da República**
segunda · Feriado nacional

17 — **Dia Nacional de Combate ao Câncer de Próstata**
quarta · Saúde

20 — **Dia da Consciência Negra**
sábado · Feriado nacional

25 — **Dia pela Eliminação da Violência contra a Mulher**
quinta · Inclusão e sociedade

27 — **Dia Nacional de Combate ao Câncer e Dia do Técnico de Segurança do Trabalho**
sábado · Saúde

Também neste mês: Dia Mundial do Diabetes (14) · Dia da Consciência Negra (20)

Dica de quem executa

Novembro tem três feriados: Finados na terça (2), República na segunda (15) e Consciência Negra no sábado (20). As melhores semanas são a de 8 a 12 e a de 22 a 26.

Ideia para a comunicação interna

"Homem que se cuida não perde o jogo." Fale a língua do público.

Onde rende mais: Indústria · Construção · Logística · Energia · Agronegócio

O FOCO DE NOVEMBRO

Saúde do homem tratada sem constrangimento, que é o que trava a prevenção.

O homem vai menos ao médico e fala menos sobre o assunto. Por isso o formato importa: jogo, desafio e conversa rápida funcionam melhor do que palestra. Com o Dia Mundial do Diabetes no dia 14, vale incluir aferição de glicemia na programação.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



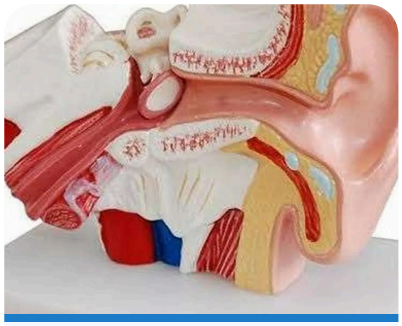
Estande Dia Azul e Totem

Quatro estações de saúde do homem e jogo da memória temático no totem.



Chute a Gol

Cada chute vale uma pergunta sobre prevenção. A fila se forma sozinha.



Estande Auditivo

Triagem de audição e orientação sobre ruído e proteção auditiva.

TAMBÉM CABE EM NOVEMBRO

- Desafio Saúde Masculina
- Mini Checkup
- Bioimpedância
- Quick Massage

O MEU PLANO PARA NOVEMBRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em novembro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

2027

Dezembro

Dezembro Laranja

Prevenção do câncer de pele, férias e fechamento do ano

D	S	T	Q	Q	S	S
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

DATAS DO MÊS

01 — **Dia Mundial de Luta contra a Aids**
quarta · Saúde

03 — **Dia Internacional da Pessoa com Deficiência**
sexta · Inclusão e sociedade

05 — **Dia Internacional do Voluntário**
domingo · Data comemorativa

06 — **Mobilização dos Homens pelo Fim da Violência contra as Mulheres**
segunda · Inclusão e sociedade

09 — **Dia do Fonoaudiólogo**
quinta · Data comemorativa

10 — **Dia Internacional dos Direitos Humanos**
sexta · Inclusão e sociedade

13 — **Dia Nacional da Pessoa com Deficiência Visual**
segunda · Inclusão e sociedade

25 — **Natal**
sábado · Feriado nacional

31 — **Véspera de Ano-Novo**
sexta · Data comemorativa

Também neste mês: Dezembro Vermelho (HIV e outras ISTs)

Dica de quem executa

A última semana útil para ações é a de 13 a 17. Depois disso a presença despenca. Use dezembro para fechar o calendário de 2028.

Ideia para a comunicação interna

"Protetor solar não é só para a praia." Simples, útil e na época certa.

Onde rende mais: Todos os segmentos

O FOCO DE DEZEMBRO

Fechar o ano cuidando, e já com 2028 no radar.

A conversa de prevenção encontra o planejamento das férias: sol, estrada e festas. É também o mês da confraternização e do décimo terceiro, ótimo para falar de saúde financeira. E é quando o RH apresenta resultado: o relatório do ano precisa estar pronto.

TRÊS AÇÕES QUE FUNCIONAM NESTE MÊS



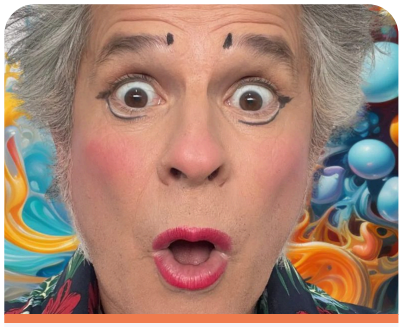
Bike do Suco

A pessoa pedala e faz o próprio suco. Perfeita para a confraternização.



Quick Massage

Alívio de tensão em poucos minutos, na semana mais corrida do ano.



Risoterapia

Intervenção artística de bem-estar que percorre os setores e fecha o ano leve.

TAMBÉM CABE EM DEZEMBRO

- Palestra Sua Pele Também Precisa de Proteção
- Palestra Cuidados nas Férias
- Estande O Valor das Escolhas
- Palestras de Trânsito

O MEU PLANO PARA DEZEMBRO

AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL

Quer esta programação em dezembro?
Fale com a Catividade e receba a proposta para a sua empresa.

WhatsApp (11) 94834-6868

A DATA QUE CADA EMPRESA ESCOLHE

SIPAT: a semana obrigatória que as pessoas comentam depois.

A SIPAT não tem data fixa. A maioria acontece entre maio e agosto, e é a semana mais procurada do nosso calendário. O segredo de uma boa SIPAT é o ritmo: um formato diferente por dia, para que ninguém sinta que está assistindo à mesma palestra cinco vezes.

SEGUNDA

Abrir com impacto

Palestra Lúdica com Mágico ou Blitz da Segurança pelos setores. A empresa inteira fica sabendo que a semana começou.



TERÇA

Percepção de risco

Maquete de Percepção de Riscos, Estande de EPI e Segurança das Mãos em fluxo contínuo.



QUARTA

Experiência

Simuladores de direção, empilhadeira e sonolência, ou realidade virtual 360°.



QUINTA

Saúde e mente

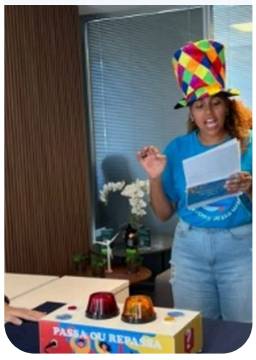
Mini Checkup, Quick Massage, Jornada das Emoções e a palestra Comportamento Seguro e Saúde Mental.



SEXTA

Fechar jogando

Final do Passa ou Repassa, ranking do Totem Multijogos e premiação dos setores.



Para todos os turnos

Ações em fluxo contínuo e intervenções itinerantes alcançam quem não pode sair do posto. O Quiz Interativo Online cobre quem está remoto ou em outra unidade.

SIPATMA

Quando a semana inclui meio ambiente, entram a Oficina de Compostagem, o Mini Terrário, o Desafio da Coleta Certa e a Blitz Sustentável.

Com registro

Lista de presença, relatório de participação e fotos de cada ação. O RH e a CIPA recebem a evidência organizada no fim da semana.

A mesma data. Um plano diferente para cada tipo de empresa.

O calendário é igual para todos, mas o risco não é. Encontre o seu segmento e veja por onde começar.

Indústria e manufatura

O QUE MAIS PESA

Acidentes com mãos e máquinas, ruído, esforço repetitivo, turnos e calor.

MESES-CHAVE

Abril · Maio · Julho · Novembro

O FORMATO QUE FUNCIONA

Ações em fluxo contínuo, perto da linha, repetidas em cada turno. Intervenções itinerantes não param a produção.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Maquete de Percepção de Riscos
2. Segurança das Mãos
3. Estande de Sensibilização de EPI
4. Estande Auditivo
5. Ginástica Laboral
6. Blitz da Segurança

Logística e transporte

O QUE MAIS PESA

Trânsito, sonolência, empilhadeira, levantamento de carga e longas jornadas.

MESES-CHAVE

Fevereiro · Maio · Setembro (Semana de Trânsito)

O FORMATO QUE FUNCIONA

Estrutura no pátio ou no centro de distribuição, com janelas na troca de turno. Para motoristas, encaixe nos dias de reunião ou de manutenção da frota.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Simulador de Direção Defensiva
2. Simulador de Empilhadeira
3. Simulador de Efeitos de Sonolência
4. Circuito de Dosagem Alcoólica
5. Oficina da Coluna
6. Estande do Sono

Escritórios, tecnologia e serviços

O QUE MAIS PESA

Sedentarismo, postura, telas, estresse, ansiedade e trabalho híbrido.

MESES-CHAVE

Janeiro · Março · Agosto · Setembro

O FORMATO QUE FUNCIONA

Combine ação presencial nos dias de maior presença no escritório com versões online para quem está em casa.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Estande de Ergonomia
2. Ergonomia no Home Office
3. Pausa Consciente · Mindfulness
4. Quick Massage
5. Quiz Interativo Online
6. Programa Mude um Hábito

Varejo e atendimento ao público

O QUE MAIS PESA

Longos períodos em pé, pressão por meta, conflito com cliente e escala apertada.

MESES-CHAVE

Março · Outubro · Novembro (antes da alta de fim de ano)

O FORMATO QUE FUNCIONA

Ações curtas e itinerantes, loja a loja, antes da abertura ou na troca de turno. Conteúdo online para as equipes distantes.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Blitz Postural
2. Reflexologia
3. Jornada das Emoções
4. Estande Assédio Moral e Sexual
5. Mesa Nutricional
6. Estande Saúde Financeira

Saúde e hospitais

O QUE MAIS PESA

Fadiga, plantões, carga emocional, movimentação de pacientes e risco biológico.

MESES-CHAVE

Maio (Enfermagem) · Setembro · Outubro

O FORMATO QUE FUNCIONA

Quem cuida precisa de pausa perto do posto. Sala de descompressão aberta por vários dias alcança todos os plantões.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Espaço Zen
2. Sound Healing
3. Auriculoterapia
4. Zona de Presença
5. Oficina da Coluna
6. Acompanhamento com Psicólogo

Agronegócio e operações em campo

O QUE MAIS PESA

Sol e calor, máquinas, deslocamento longo, hidratação e isolamento.

MESES-CHAVE

Maio · Junho · Dezembro (pele) · períodos de entressafra

O FORMATO QUE FUNCIONA

Estrutura móvel que vai até a frente de trabalho. Concentre a programação na entressafra, quando há tempo para ouvir.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Palestra Sua Pele Também Precisa de Proteção
2. Simulador de Direção Defensiva
3. Mini Checkup
4. Realidade Virtual · Segurança no Trabalho
5. Blitz da Saúde
6. Bike do Suco

Energia, mineração e óleo e gás

O QUE MAIS PESA

Trabalho de alto risco, confinamento, escalas de embarque e distância da família.

MESES-CHAVE

Abril · Julho · Setembro · Novembro

O FORMATO QUE FUNCIONA

Programas contínuos funcionam melhor que ações isoladas: a população é fixa e o resultado pode ser medido ciclo a ciclo.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Realidade Virtual · Acidente de Trabalho
2. Passa ou Repassa
3. Palestra Comportamento Seguro e Saúde Mental
4. Mapeamento de Saúde Integral
5. Concierge de Saúde Integral
6. Programa Mude um Hábito

Contact centers e operações em turno

O QUE MAIS PESA

Voz e audição, postura sentada, pressão por indicador e sono desregulado.

MESES-CHAVE

Abril (Dia da Voz) · Agosto · Setembro · Novembro (audição)

O FORMATO QUE FUNCIONA

Ações de poucos minutos por pessoa, em fluxo contínuo, cobrindo todos os turnos, inclusive a madrugada.

AÇÕES RECOMENDADAS

1. Estande Auditivo
2. Estande do Sono
3. Blitz Postural
4. Quick Massage
5. Meditação Guiada Ambientalizada
6. Desafio Interativo · Totem Multijogos

TRÊS ROTEIROS PRONTOS

Não sabe por onde começar? Escolha um ritmo.

Nenhuma empresa precisa fazer tudo. O importante é que as ações conversem entre si e que, no fim do ano, seja possível dizer o que mudou.

Ano essencial

Quatro momentos que nenhuma empresa deveria pular.

ABR	**Abril Verde**	Uma ação de percepção de risco
JUL	**SIPAT**	Semana com jogos e palestras
SET	**Setembro Amarelo**	Espaço de pausa e escuta
OUT–NOV	**Rosa e Azul**	Uma campanha para cada público

Para quem está começando ou tem verba concentrada nas datas obrigatórias.

Ano presente

Uma ação a cada dois meses. A equipe sente o cuidado o ano todo.

JAN	**Janeiro Branco**	Abertura do ano
MAR	**Mês da mulher e do sono**	Autocuidado
MAI	**Maio Amarelo**	Simuladores
JUL	**SIPAT**	Semana completa
SET	**Setembro Amarelo**	Terapias integrativas
NOV	**Novembro Azul**	Saúde do homem

Para quem quer constância e precisa mostrar agenda cheia para a diretoria.

Ano contínuo

O calendário inteiro, ligado por um programa e medido em uma plataforma.

JAN	**Mapeamento de saúde**	Linha de base
FEV–ABR	**Mude um Hábito · ciclo 1**	12 semanas
MAI–AGO	**SIPAT e check-up**	Ações do calendário
AGO–OUT	**Mude um Hábito · ciclo 2**	12 semanas
SET–NOV	**Campanhas de saúde**	Amarelo, Rosa e Azul
DEZ	**Relatório do ano**	Evolução no MoviMente

Para quem precisa provar resultado: indicador de saúde antes e depois, por unidade e por área.

Os roteiros são pontos de partida. A programação final considera o número de colaboradores, as unidades, os turnos e o que já existe no seu plano.

PROGRAMA DE 12 SEMANAS

Mude um Hábito.
O corpo não manda aviso. Manda atestado.

Ação sem repetição é despesa. O Mude um Hábito é o programa que liga as datas do calendário: ele mede onde cada pessoa está, ensina fazendo, acompanha até virar rotina e entrega prova, não apenas relatório.

Corpo
Movimento e menos sedentarismo · consciência corporal · constância possível na rotina

Mente
Manejo de estresse e ansiedade · sono e recuperação · autorregulação

Nutrição
Hidratação e prato possível · leitura de rótulos · redução de excessos

UM CICLO EM QUATRO TEMPOS

SEMANAS 1 E 2
Preparar e mapear
Inscrição, comunicação e mapeamento inicial. Cria a linha de base que permite provar a evolução.

SEMANAS 3 A 6
Ativar consciência
Encontros educativos e primeiros desafios de rotina.

SEMANAS 7 A 10
Praticar e acompanhar
Desafios semanais com comprovação no app, grupo de apoio e profissionais disponíveis.

SEMANAS 11 E 12
Medir e sustentar
Reavaliação, reconhecimento e relatório final com adesão e indicadores.



QUEM CONDUZ

Uma equipe interdisciplinar dedicada: especialista em comportamento, nutricionista, educador físico, psicóloga, enfermeira de qualidade de vida e coordenação próxima ao RH.

ONDE ENCAIXAR EM 2027

Ciclo 1: de fevereiro a abril, depois do Janeiro Branco.
Ciclo 2: de agosto a outubro, com fechamento na Semana da Saúde.

Os resultados são medidos por bioimpedância e mini check-up e apresentados por faixa de risco, que é o que vira afastamento e custo.

MoviMente
powered by Catividade

TECNOLOGIA, PESSOAS E RESULTADOS JUNTOS POR UMA VIDA EM MOVIMENTO.

O APP QUE APONTA, RESOLVE E PROVA

Aponta. Resolve. Prova.



Saúde integral que sai do dado e vira cuidado.

Toda empresa já faz alguma coisa pela saúde. Quase nenhuma consegue dizer o que funcionou. O MoviMente acompanha o colaborador entre uma ação e outra do calendário e devolve ao RH o número que a diretoria pede.

APONTA

A tecnologia identifica onde agir.

Avaliação de saúde, mapa corporal e risco psicossocial e ergonômico por setor.

RESOLVE

Nossos profissionais colocam o cuidado em prática.

Equipe própria vai até a operação e registra o que fez.

PROVA

A plataforma mostra o que mudou.

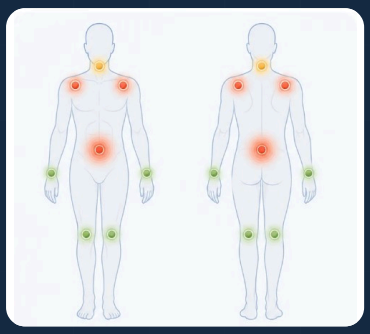
Reavaliação, comparação entre ciclos e evidência para a NR-1.

SaaS + Serviço para saúde integral | Saúde física · Saúde nutricional · Saúde emocional

"A SIPAT acaba na sexta. O cuidado não precisa acabar."

Um ciclo fechado.
Cada verbo é uma parte do trabalho.

O app sozinho não resolve, e essa é a vantagem: dentro dele tem gente. A tecnologia aponta o risco, nossos profissionais resolvem na sua operação e a plataforma prova o resultado.



01 · APONTA

A tecnologia

Avaliação de saúde geral, emocional, de hábitos e de ergonomia. A queixa aparece por região do corpo, setor por setor.

O RH VÊ

Onde está o risco, por unidade e área.



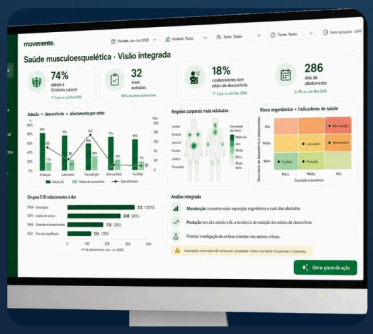
02 · RESOLVE

Os profissionais

Ergonomista, psicólogo, nutricionista e educador físico vão até a operação. O colaborador também agenda consulta pelo app.

O RH VÊ

A ação acontecendo, registrada na plataforma.



03 · PROVA

A plataforma

Reavaliação por ciclo, painel para a diretoria e dados agregados, sem identificar ninguém.

O RH VÊ

O que mudou, em número.

EM QUAL QUADRANTE ESTÁ A SUA EMPRESA?

	SEM AÇÃO DE PROFISSIONAL	COM AÇÃO DE PROFISSIONAL
COM DADO	**Sabe, mas não resolve** — App ou questionário que aponta o risco e para aí.	**Ciclo fechado** — O MoviMente: aponta, resolve e prova no mesmo lugar.
SEM DADO	**Só boa intenção** — Campanha avulsa, sem plano e sem medição.	**Faz, mas não prova** — SIPAT, ginástica e palestras que acontecem e ninguém mede.

Quem tem dado não tem gente indo resolver. Quem tem gente resolvendo não tem dado para provar.

Este calendário resolve a metade da ação. O MoviMente fecha o ciclo.

MOVIMENTE · POR DENTRO DO APP

O colaborador volta amanhã. E o RH vê o que mudou.



Desafio
Desafio diário com comprovação por foto, vídeo, check-in ou quiz.



Ranking
Pontos individuais, por grupo ou por unidade.



Feed
A conquista de um puxa a participação dos outros.



Resultado
Bioimpedância e mini check-up no histórico de cada pessoa.



Agenda
O ponto de atenção vira consulta com o profissional certo.

Plano diário com IA por pilar de saúde

A marca e as cores da sua empresa, no app e no painel

Campanhas com regulamento próprio

A HISTÓRIA QUE PROVA TUDO · ERGONOMIA

1
O app mapeia
A queixa aparece por região do corpo, setor por setor.

2
O ergonomista vai até lá
Corrige o posto de trabalho ali mesmo, no processo.

3
Tudo fica registrado
Com quem fez e quando.

4
A reavaliação mostra
A queixa daquele setor caindo, ciclo a ciclo.

Nenhum app faz o passo 2. Nenhuma consultoria mede o passo 4.

O MOVIMENTE NO SEU 2027

JAN A MAR · APONTA
Avaliação de saúde no Janeiro Branco. Vira a linha de base do ano.

ABR A NOV · RESOLVE
As ações deste calendário vão para onde o mapa apontou, com o Mude um Hábito mantendo a rotina entre uma data e outra.

DEZ · PROVA
Reavaliação e relatório do ano.

Quer ver o MoviMente funcionando? **Peça uma demonstração · WhatsApp (11) 94834-6868 →**

NR-1 E NR-17

O calendário também é evidência.

As normas passaram a pedir gestão de risco documentada, inclusive do risco psicossocial. Cada ação deste calendário pode gerar registro: quem participou, o que foi encontrado e o que foi feito a partir disso. Sem registro, a empresa pode ter agido. Mas não consegue provar que agiu.

NR-1 · RISCOS PSICOSSOCIAIS

Identificar, avaliar e controlar

O MoviMente mapeia a saúde emocional da população, mantém o histórico por ciclo e devolve o indicador que documenta a gestão.

AÇÕES DO CALENDÁRIO QUE ALIMENTAM O REGISTRO

Zona de Presença · Jornada das Emoções · Mapeamento de Saúde Integral · Acompanhamento com Psicólogo · Palestra Comportamento Seguro e Saúde Mental

NR-17 · ERGONOMIA

Analisar as condições e agir sobre o que se achou

O MoviMente registra a queixa por região do corpo, acompanha a evolução e mostra em quais áreas e unidades o risco se concentra.

AÇÕES DO CALENDÁRIO QUE ALIMENTAM O REGISTRO

Blitz Postural · Estande de Ergonomia · Oficina da Coluna · Análise Ergonômica do Trabalho (AET) · Ginástica Laboral

O CICLO QUE A NORMA PEDE, MÊS A MÊS

JANEIRO A MARÇO

Mapear

Avaliação de saúde e levantamento dos pontos de atenção por área.

ABRIL A AGOSTO

Agir

Ações do calendário direcionadas ao que o mapa mostrou.

SETEMBRO A NOVEMBRO

Acompanhar

Campanhas de saúde e programas contínuos com registro de adesão.

DEZEMBRO

Verificar

Reavaliação e relatório do ano, com a evolução dos indicadores.

O QUE FICA REGISTRADO DEPOIS DE CADA AÇÃO

01

Participação

Quantas pessoas passaram pela ação, por dia e por unidade.

02

Registro fotográfico

Imagens da estrutura e da ação em andamento.

03

Indicadores agregados

No MoviMente, a leitura da população sem identificar ninguém.

04

Próximo passo

Recomendação de continuidade a partir do que foi encontrado.

A Catividade e o MoviMente geram e organizam evidências para a gestão de riscos. Não substituem o PGR, a AET, o laudo técnico nem a responsabilidade do profissional habilitado e da assessoria jurídica da empresa.

PARA IMPRIMIR E PREENCHER

O meu plano de 2027.

MÊS	TEMA OU CAMPANHA	AÇÃO ESCOLHIDA	DATA E UNIDADE	RESPONSÁVEL
JAN Janeiro Branco				
FEV Fevereiro Roxo e Laranja				
MAR Março Lilás				
ABR Abril Verde				
MAI Maio Amarelo				
JUN Junho Vermelho				
JUL Julho Amarelo				
AGO Agosto Lilás e Dourado				
SET Setembro Amarelo				
OUT Outubro Rosa				
NOV Novembro Azul				
DEZ Dezembro Laranja				

Preencheu? Fotografe esta página e envie para o nosso WhatsApp, (11) 94834-6868. A gente devolve a programação montada.

ÍNDICE DE SOLUÇÕES

Tudo o que cabe no seu calendário.

Mais de 90 soluções em dez temas. A maior parte atende até 200 colaboradores por diária, em fluxo contínuo, presencial ou online.

Saúde mental e emocional

- Zona de Presença
- Jornada das Emoções
- Meditação Guiada Ambientalizada
- Espaço Zen
- Sound Healing
- Cromoterapia
- Pausa Consciente · Mindfulness
- Estande Assédio Moral e Sexual
- Palestra Comportamento Seguro e Saúde Mental
- Workshop Jornada da Vida
- Risoterapia

Ergonomia

- Blitz Postural
- Estande de Ergonomia
- Oficina da Coluna
- Ergonomia no Home Office
- Análise Ergonômica do Trabalho (AET)
- Análise Ergonômica Preliminar e PCD
- Palestras de Ergonomia

Nutrição e hábitos

- Mesa Nutricional
- Feira Nutricional
- Bike do Suco
- Estande Mude um Hábito
- Palestras de Nutrição

Segurança e comportamento seguro

- Maquete de Percepção de Riscos
- Estande de Sensibilização de EPI
- Circuito de Dosagem Alcoólica
- Simulador de Efeitos de Sonolência
- Segurança das Mãos
- Palestras de Segurança
- Blitz da Segurança
- Blitz da Segurança com Empilhadeiras

Simuladores e realidade virtual

- Simulador de Empilhadeira
- Simulador de Direção Defensiva
- Sala de Simuladores
- Palestras de Trânsito
- Realidade Virtual · Percepção de Risco 360°
- Realidade Virtual · Segurança no Trabalho
- Realidade Virtual · Acidente de Trabalho
- Realidade Virtual · Saúde Integral

Saúde e prevenção

- Mapeamento de Saúde Integral
- Mini Checkup
- Bioimpedância
- Estande do Sono
- Estande Saúde Ocular
- Estande Odontológico
- Estande Auditivo
- Blitz da Saúde

Bem-estar e terapias integrativas

- Quick Massage
- Auriculoterapia
- Acupuntura
- Reflexologia
- Estande de Aromaterapia
- Aula de Yoga
- Ginástica Laboral
- SPA de Autocuidado

Jogos e experiências

- Desafio Interativo · Totem Multijogos
- Tabuleiro Gigante
- Passa ou Repassa
- Chute a Gol
- Quiz Interativo Online
- Desafio Saúde da Mulher
- Desafio Saúde Masculina
- Palestra Lúdica com Mágico

Meio ambiente, inclusão e finanças

- Estande de Sustentabilidade
- Estande Cada Gota Conta
- Desafio da Coleta Certa
- Oficina de Compostagem
- Oficina de Mini Terrário
- Meditação Ecológica
- Palestras de Meio Ambiente
- Blitz Sustentável
- Estande de Diversidade e Inclusão
- Vivência de Inclusão PCD
- Estande O Valor das Escolhas

Programas e acompanhamento

- Programa Mude um Hábito
- Plataforma MoviMente
- Mente em Movimento
- Acompanhamento com Psicólogo
- Acompanhamento com Nutricionista
- Acompanhamento com Educador Físico
- Acompanhamento de Enfermagem
- Concierge de Saúde Integral



PRÓXIMO PASSO

Vamos montar o seu 2027?

Diga quantas pessoas, quantas unidades e quais meses são prioridade.
A gente devolve o calendário da sua empresa pronto para aprovar.

Falar no WhatsApp · (11) 94834-6868

catividade.com.br · @catividade

Catividade

Calendário de Saúde 2027 para o RH · Catividade · Material de livre distribuição. As datas podem sofrer alteração por decisão dos órgãos responsáveis.