

## A SIPAT marca o mês de setembro no Grupo Artemp



O Grupo Artemp é tetracampeão do Prêmio Destaques do Ano SMACNA

A importância de cuidar da saúde mental

## A SIPAT marca o mês de setembro no Grupo Artemp



A Semana Interna de Prevenção de Acidentes do Trabalho (SIPAT) ocorreu entre os dias 09 a 12 de setembro, na sede do nosso grupo. Neste ano, a programação teve como foco o tema “Saúde e Qualidade de Vida”, contando com várias atividades, desde palestras a práticas integrativas e complementares ao bem-estar.

Abrimos a nossa SIPAT com diálogos com profissionais da saúde que abordaram sobre diabetes, hipertensão e higiene bucal. Neste primeiro dia, contamos com o apoio de enfermeiros que realizaram a aferição de glicemia e pressão arterial em diversos colaboradores.

No segundo dia, a nossa equipe desfrutou de sessões de massoterapia como parte da programação voltada para práticas integrativas. Duas massoterapeutas conduziram essa atividade, contribuindo para o relaxamento e o bem-estar de cada participante.



# Notícias



Já no terceiro dia, trabalhamos o eixo temático de “Meio ambiente” com uma exposição de esculturas produzidas por nossos colaboradores, Givaldo Bitencourt e Isaque de Jesus, por meio de materiais reciclados. Além disso, ainda como parte desta programação com foco em questões ambientais, tivemos um bate-papo com o SENAC BA sobre gastronomia sustentável.

Por fim, encerramos a SIPAT tratando sobre saúde mental e saúde feminina e masculina por meio de palestras com uma psicóloga e duas enfermeiras.

Esses quatro dias foram repletos de conteúdos e ações pensadas especialmente na qualidade de vida e no bem-estar dos nossos colaboradores. O Grupo Artemp sempre busca contribuir de forma positiva na vida de todos funcionários, afinal, sabemos e reconhecemos a importância de cada um. Agradecemos pela sua participação na SIPAT 2024!



# Novidades

---

## O Grupo Artemp é tetracampeão do Prêmio Destaques do Ano



O Prêmio Destaques do Ano SMACNA Brasil foi criado em 1993 com o propósito de reconhecer os trabalhos da área de engenharia termo-ambiental em todo território nacional. O nosso compromisso em entregar as melhores soluções para cada cliente nos fez vencer essa premiação mais uma vez.

Já fomos premiados anteriormente nos anos de 2015, 2016 e 2021 com as obras Petros Itaigara, Banco Central do Brasil e Centro de Convenções, respectivamente.

Agora conquistamos esse prêmio na categoria “Obra Nova/Hospital” com a entrega do Hospital Ortopédico do Estado da Bahia, localizado na cidade de Salvador.

Com uma área de mais de 16 mil m<sup>2</sup>, esse hospital é o maior do Brasil em ortopedia e traumatologia, dispondo de 212 leitos e 13 salas de cirurgia. Falando em climatização, o Hospital Ortopédico do Estado da Bahia possui 450 TR's de expansão indireta, 179 TR's de expansão direta, sistema de renovação de ar e ventilação e sistema de exaustão mecânica.

Essa obra conta com 3 resfriadoras de líquidos (cada uma com 150 TR's), 51 climatizadores de ar tipo fan coil modular de água gelada, 8 bombas centrífugas, 6 bombas de calor, 90 splits e 2 splitões.

O empenho de cada colaborador é o que possibilita que o nosso grupo siga inovando. O título de tetracampeão do Prêmio Destaques do Ano é uma conquista que representa anos muita dedicação e trabalho. Vamos seguir juntos, fazendo muito mais!

# Conteúdo

## A importância de cuidar da saúde mental

O Setembro Amarelo é uma campanha de prevenção ao suicídio, iniciada em 2015. Embora essa campanha ocorra em um mês específico, acreditamos que a saúde mental deve estar em foco a todo momento.

Durante a SIPAT desse ano, tratamos sobre esse assunto com a psicóloga Talita Vilas Boas, que conversou um pouco com nossos colaboradores sobre cuidados com a saúde mental.



Reforçamos que é importante que você esteja atento ao seu estado psicológico. Pensando nisso, separamos algumas dicas para te ajudar a zelar pelo seu bem-estar:

- Faça atividade física regularmente.
- Tenha uma boa rotina de sono.
- Cultive bons relacionamentos.
- Dedique um tempo para o lazer.
- Se alimente bem.
- Procure ajuda profissional para realizar terapia.

Lembre-se que você não está sozinho. Caso precise de apoio emocional, saiba que é possível contactar o Centro de Valorização da Vida (CVV) de forma gratuita para ser atendido por voluntários anonimamente.

Para entrar em contato com o CVV, disque 188 ou acesse o chat por meio do site [www.cvv.org.br](http://www.cvv.org.br).