



CONVITE 21

ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL  
SECRETARIA DA SEGURANÇA PÚBLICA  
BRIGADA MILITAR  
COMANDO REGIONAL DE POLICIAMENTO OSTENSIVO – EXTREMO OESTE  
1º BATALHÃO DE POLICIAMENTO DE ÁREA DE FRONTEIRA  
“BATALHÃO MAJ ARTHUR ROCHA”

Uruguaiana, RS, 02 de maio de 2025.

Ofício nº 378-1ºBPAF/P3-2025.

Cumprimentando-o cordialmente, venho por meio deste convidar para participação no evento **2º Encontro da Força Feminina na Segurança Pública de Uruguaiana a ser realizado no SESC Uruguaiana no dia 07/05/2025 às 14 horas.**

O encontro surgiu em 2024 na data alusiva ao dia nacional da mulher, onde então a Escola do Legislativo promoveu uma roda de conversa com representações femininas de todos os órgãos de segurança pública presentes no município de Uruguaiana.

O Elo formado então desencadeou uma efetiva integração de onde surgiram outras ações e operações promovendo um resultado positivo para as profissionais e sociedade Uruguaianense.

Para manter essa parceria, o 1º Batalhão de Policiamento de Área de Fronteira, apoiador da organização do evento, convida as entidades envolvidas e apoiadoras, e, especialmente o efetivo feminino, para comparecer ao evento que contará com a seguinte programação:

14:00 - Lançamento do documentário em curta-metragem produzido pelo vídeo maker Daniel Prates: **Vozes da linha de frente em Uruguaiana: Mulheres na Segurança Pública;**

14:45 Palestra: **“Corpo Forte, Mente Pronta: Preparação Física para Mulheres Policiais”** – Prevenção de lesões, desenvolvimento da força e desempenho com segurança;  
Alessandra Altermann, Educadora física e Triatleta

15:30 Palestra: **“Combustível para a Missão: Alimentação saudável em rotinas policiais e sob estresse”** – Como a nutrição pode melhorar o desempenho, a saúde mental e a resistência em escalas intensas;  
Janaina Mendes, Nutricionista Clínica, esportiva e comportamental

16:15 Coffee break e exposição de parceiros

16:45 Palestra: **“Quebrando Barreiras: A liderança feminina em territórios tradicionalmente masculinos”** – Como mulheres estão transformando culturas, liderando com autenticidade e conquistando espaços antes negados.

Lara Gabriela Matoso, Pedagoga Empresarial, especialista em psicologia organizacional e em neurociência e comportamento humano

17:30 Sorteio de brindes e encerramento

Nos colocamos à disposição para maiores esclarecimentos estabelecendo o canal de contato com a Cap PM Amanda, para demais informações e confirmação de presença (51) 992819538.



FABIO CEZAR BILHAR – Maj PM  
Respondendo pelo Comando do 1º BPAF