



CAAES - CAIXA DE
ASSISTÊNCIA AOS
ADVOGADOS DO
ESPÍRITO SANTO

2025

APRESENTAÇÃO

MODALIDADES ESPORTIVAS



CAAES

CAIXA DE ASSISTÊNCIA DOS ADVOGADOS

QUEM SOMOS

A Caixa de Assistência dos Advogados do Espírito Santo (CAAES) é o braço social da OAB-ES e referência no apoio à qualidade de vida da advocacia capixaba, oferecendo acesso facilitado ou gratuito a serviços de saúde física e mental, suporte técnico, e uma ampla rede de convênios em todo o Estado.

Além das atividades esportivas regulares, a CAAES promove eventos como os Jogos da Advocacia Capixaba, Campeonato de Futebol (masculino e feminino), torneios de Vôlei, Handebol e Beach Tennis, Desafio do X de Natação, Corrida dos Advogados e o Acelera CAAES — encontro que reúne diversas modalidades em aulões e ações de incentivo ao esporte e à saúde.



NOSSO PROPÓSITO

Incentivar hábitos saudáveis, fortalecer vínculos entre colegas de profissão e proporcionar momentos de integração, lazer e equilíbrio. Entendemos que investir em esporte é investir diretamente na melhoria da qualidade de vida da advocacia, prevenindo doenças, reduzindo o estresse da rotina forense e contribuindo para uma carreira mais longa e produtiva.

Com isso, a CAAES reafirma seu compromisso de ir além do exercício profissional, cuidando do ser humano que está por trás da advocacia, e criando um ambiente mais saudável, acolhedor e sustentável para toda a classe.





MODALIDADES

Hoje, cerca de **5 mil advogados e advogadas** participam, gratuitamente, de modalidades esportivas em mais de 10 cidades, incluindo Cachoeiro de Itapemirim, Alegre, Guarapari, Cariacica, Linhares, Colatina, Serra, Vila Velha e Vitória.

Com profissionais de referência esportiva, nossas modalidades são oferecidas gratuitamente.

**BASQUETE - BEACH TENNIS
CIRCUITO FUNCIONAL
CORRIDA - NATAÇÃO -
FUTEBOL FEMININO - FUTEBOL
MASCULINO - FUTEVÔLEI
VÔLEI MISTO
HIDROGINÁSTICA
CANOA HAVAIANA
KICKBOXING - KRAV MAGA
NATAÇÃO NO MAR - HANDEBOL**

“ O que encontro nas modalidades é muito mais do que uma atividade física: fiz amigos, melhorei minha saúde e descobri uma nova paixão. Hoje me sinto mais disposta, confiante e feliz. É incrível saber que a CAAES se preocupa em oferecer esse tipo de oportunidade para nós (advogados e advogadas). ”

RAYANE MUQUI - ADVOGADA



CAAES

CAIXA DE ASSISTÊNCIA DOS ADVOGADOS