

FIQUE POR DENTRO!

A Ótica Unimed tem um convite para você

Se você ainda não sabe, colaboradores da Unimed Franca têm 20% de desconto nas compras na Ótica Unimed.

O que acha de trocar seus óculos com esse superdesconto?

Vá até a Ótica Unimed na Rua Monsenhor Rosa, nº 2135, ou entre em contato pelo telefone (16) 3721-7070 ou WhatsApp (16) 99969-8013, para aproveitar a promoção “Seu presente de Natal, de sol ou de grau”.



Espaço Viver Bem e Reabilitação voltam ao Castelinho em janeiro



Já começou a primeira etapa da mudança do Espaço Viver Bem e da Clínica de Fisioterapia – agora chamada Reabilitação –, que voltam ao Clube do Castelinho em janeiro de 2023. O projeto arquitetônico já está pronto e o espaço começou a receber as cores da Unimed Franca.

A parceria com o Castelinho voltou ao nosso radar após avaliarmos as vantagens de ter um local onde nossos beneficiários podem ter acesso mais fácil a exercícios físicos.

Em breve, mais novidades sobre a mudança!

O final de ano chegou! Você atingiu seu objetivo fitness?

Você já escutou aquela frase: “O problema NÃO é o que você come entre o Natal e o Ano Novo, e sim no que você come entre o Ano Novo e o Natal”.

Pois é pessoal, o que mais vejo são pessoas que todo final de ano está frustrado por não atingir as suas expectativas físicas e todo início de ano volta para o mesmo objetivo, jurando por ela mesma que a partir do primeiro dia de janeiro, como que em um passe de mágica, ela se transformaria em uma nova pessoa, com muito mais ânimo, fazendo dieta e treinando todo dia.

Passa uma, duas, três semanas e, na primeira dificuldade, já era o propósito!

Toda mudança de hábito requer dedicação e comprometimento. Mudar um hábito é algo que deve ser colocado como modo de viver e não apenas por um tempo. Você deve conhecer pessoas que fazem dieta e treinam por um período, chegam no peso desejado e aí param com tudo e voltam a ser como era antes.

O treino não pode ser sinônimo de tortura, e sim como um tempo que você tem para cuidar de si mesmo. A mesma coisa deve que ser pensada com relação a sua dieta.

Se seu corpo é uma Ferrari, por que você vai colocar gasolina batizada nele?

Quanto mais você treina, melhor fica seu corpo. E para ele ter um desempenho cada vez melhor, precisamos alimentá-lo com alimentos bons e saudáveis, ou seja, “combustível premium”.

E por que eu tenho que ter uma data específica para começar? O dia de começar é hoje!

“Ah, professor, então eu começo hoje e não vou aproveitar as festas de fim de ano?”.

Claro que você deve aproveitar! Tudo é questão de equilíbrio. Mas as festas são apenas dois dias e, se houverem confraternizações, não serão mais que quatro, mas o mês de dezembro tem 31 dias! Então ainda restam 27 dias para cuidar de você, sem esperar uma data mágica.

Comprometa-se e evite desculpas, principalmente aquela em que eu culpo o outro por minha falha.

Não queira resultados fazendo sempre as mesmas coisas. A hora é agora!

Boas festas e bons treinos!

ESPAÇO EDUCAÇÃO CORPORATIVA

Treinamento em higienização das mãos

Foi realizado na UTI1, para 28 colaboradores, o treinamento de Higienização das mãos. Um trabalho conjunto entre o CCIH, com a enfermeira Julieny, e a Educação Corporativa, com a Damiane. Esse treinamento será realizado em todos os setores assistenciais do SJHM e será permanente. Em 2023 teremos novas opções de treinamentos e capacitações internas e dos parceiros SESCOOP e FESP. Participem e nos enviem suas sugestões e necessidades.



Unimed Franca de cara nova



Você percebeu que os materiais gráficos da Unimed Franca mudaram?

Agora nosso logotipo não tem mais as linhas que separam “Unimed”, “Franca” e o pinheiro. Essa mudança foi para modernizar o logo.

ANTIGO



NOVO



As novas cores tendem mais aos tons pastéis, dando um aspecto mais acolhedor a quem olha.



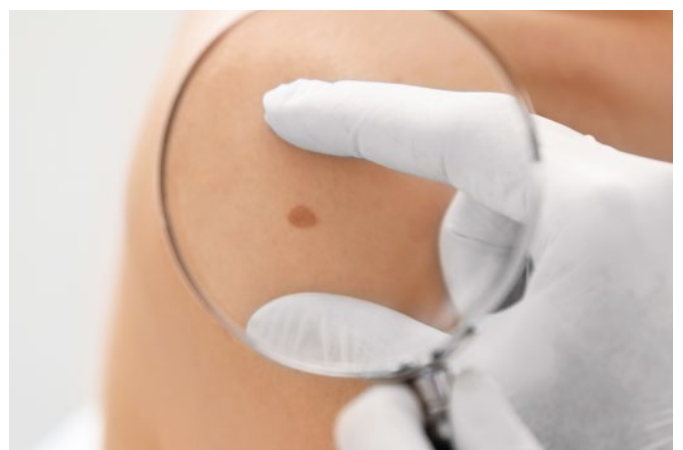
Sai o slogan “Cuidar de Você. Esse é o Plano” e entra o **“Aqui tem Unimed”**, aproximando nossa empresa dos clientes e dando uma sensação de segurança a eles.

Acesse a pasta G:// e atualize seus materiais!

Dezembro Laranja: Cuide da sua pele

Você sabia que o câncer de pele é o tipo de câncer mais comum no Brasil? Ele representa, cerca de, 30% dos diagnósticos de tumores malignos e afeta mais de 185 mil pessoas, segundo dados do Instituto Nacional do Câncer (INCA).

Confira a matéria sobre o tema disponível no nosso site, que conta com a participação da Dra. Andrezza Barcelos, dermatologista da Unimed Franca: <http://unimed.me/100nWd>





ANIVERSARIANTES DO MÊS



Informativo técnico da Unimed Franca e São Joaquim Hospital e Maternidade

Edição: Equipe de Comunicação e Marketing | Diretoria de Desenvolvimento de Mercado

Contato: (16) 3711-6767 | marketing@unimedfranca.com.br

Diretor Técnico: Dr. Ricardo de Oliveira Bessa | CRM 52. 643

Diretor Técnico: Dr. Paulo Sérgio Faleiros | CRM 24. 033

