

REVISTA

Unimed

MARÍLIA

Cooperativa completa 30 anos como referência em assistência à saúde

O trabalho conjunto de médicos que resultou em um diferencial no atendimento à saúde para Marília e região

Unimed Marília inaugura dois Ecopontos em locais estratégicos da cidade

Cooperativa reforça o compromisso com o Meio Ambiente visando incentivar mudanças positivas

30
anos

Unimed 
Marília

Cuidando de você!



ACESSE
NOSSO SITE



LUGARES
INCRÍVEIS 2021
PARA TRABALHAR

FRR + uol

Cuidar do futuro esse é o plano.

50% DESCONTO
NAS DUAS PRIMEIRAS
MENSALIDADES
*

**carência
zero**
Consultas e exames simples
*

**brinde na
adesão**
*

Unimed 
Marília

Mês das Crianças

(14) 3402-2525

Obs.: Contratação válida para o Mês das Crianças no plano individual/familiar, no período de 01 a 31 de Outubro de 2021. *O desconto será de 50% (cinquenta por cento) no valor das mensalidades de Outubro e Novembro/2021. *Carência zero para consultas e exames simples. Redução de 90 para 60 dias nas sessões de fisioterapia, psicoterapia, fonoaudiologia e atendimento nutricional. Redução de 180 para 150 dias nos exames especializados e nas internações clínicas e cirúrgicas, com exceção de obstetria (parto) que são 300 dias e 02 anos para DLP - Doenças e Lesões Pré-Existentes. Válido para titulares e seus familiares. Os dependentes deverão ser filhos e enteados, ambos com até 21 anos incompletos ou, se estudantes universitários, até 24 anos incompletos.

**Clique e assista o
vídeo da Campanha**



PALAVRA DO PRESIDENTE

Nossa cooperativa completa 30 anos! Um marco na história da Unimed Marília, que tem trabalhado durante todos estes anos para desenvolver melhorias, agregando valor aos serviços prestados e valorizando cada um que participa ativamente dessa trajetória.

Meu agradecimento, primeiramente, vai aos nossos cooperados, principalmente aos que estão conosco desde o início. A edição desta revista é dedicada a vocês, que idealizaram o sonho de uma medicina totalmente diferente, mais humanizada, com o objetivo de oferecer qualidade e segurança aos beneficiários.

Estendo meus cumprimentos também aos nossos colaboradores, que dia a dia se dedicam ao crescimento de nossa cooperativa e acreditam nos ideais cooperativistas para exercer um trabalho digno, que traga realizações pessoais e profissionais.

Nos dedicamos a criar um ambiente de trabalho saudável e de crescimento. E é com muito orgulho que recebemos, neste ano, o prêmio de Lugares Incríveis para Trabalhar. A soma dos esforços de todos só poderia resultar em um presente tão especial como essa premiação.

Faço um agradecimento especial também aos nossos beneficiários que acreditam em nosso valor e confiam na Unimed Marília para cuidar da sua saúde. Nosso objetivo é estar presente na vida de cada um, seja promovendo o bem-estar e incentivando uma melhor qualidade de vida através de nossos programas e ações Mude!Hábito, ou oferecendo um atendimento qualificado.

Hoje somos referência em assistência médico-hospitalar na região, cuidamos de, aproximadamente, 90 mil vidas com dedicação, acolhimento e atendimento humanizado. O nosso diferencial está nos princípios cooperativistas, os quais nos fazem desenvolver um olhar diferenciado para o ato de cuidar.

E este cuidar está presente em diversas ações que dedicamos à nossa comunidade. Desenvolvemos nossa responsabilidade social, cuidando do meio ambiente e zelando pelo futuro de nossas crianças e jovens. Esperamos que nossas ações sirvam de exemplo e inspiração para futuras gerações, que são a esperança para construir um novo amanhã.

Cuidar de você, este é o plano!

Boa leitura.



A handwritten signature in black ink, which appears to be 'Ruy Okaji', written over a horizontal line.

Dr. Ruy Yoshiaki Okaji
Diretor Presidente

EXPEDIENTE

Diretor Presidente

Ruy Yoshiaki Okaji

Diretor Vice-Presidente

Wilson R. Ottoboni

Diretor Superintendente

Cláudio J. Rubira

Coordenador de Marketing

Luiz Sérgio Marangão

Redação

Aline Giglio

Fotos

Equipe de Marketing Unimed Marília
iStock (Getty Images)

Amei

Stadium BR

Projeto Gráfico

Márcio Rodrigo Martins

Revisão

Amabili Barros Martins

Fale Conosco

marketing@unimedmarilia.com.br

Unimed Marília

Cooperativa de Trabalho Médico

Rua Bororós, 225

Marília/SP - Brasil - CEP 17502-270

Telefone: 0800 201 2500

Siga nossos canais nas redes sociais

Quando o assunto é qualidade de vida e bem-estar, a Unimed Marília tem muito a compartilhar com você.

Aqui você encontra dicas de saúde, alimentação, comportamento, hábitos saudáveis e estilo de vida.

Fique por dentro das novidades e conheça nossos serviços, acessando nossas redes sociais.



facebook.com/UnimedMarilia



unimedmarilia.oficial



linkedin.com/company/unimed-marilia

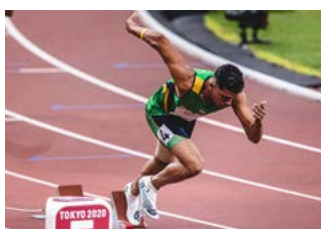


youtube.com/c/unimedmariliaoficial





06 PARABÉNS! UNIMED MARÍLIA COMEMORA 30 ANOS DE CONQUISTAS, PRATICANDO UMA MEDICINA MAIS HUMANA E DIFERENCIADA



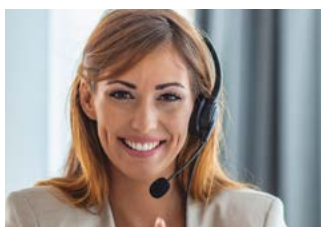
13

JOVENS ATLETAS CONQUISTAM SONHOS E MEDALHAS COM APOIO DA UNIMED MARÍLIA



19

UNIMED MARÍLIA DOA MUDAS DE IPÊS AMARELOS PARA FORMAÇÃO DE UMA NOVA ÁREA ARBORIZADA NA CIDADE



15

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO ONLINE É MAIS UM CUIDADO OFERECIDO AOS BENEFICIÁRIOS



21

LIVE ESPECIAL DE YOGA MARCA INÍCIO DAS COMEMORAÇÕES DOS 30 ANOS DA COOPERATIVA



17

COOPERAR COM O MEIO AMBIENTE MUDA UM HÁBITO DA NOSSA CIDADE - ECOPONTOS UNIMED



24

RECEITAS DELICIOSAS E SAUDÁVEIS NO SEU CANAL DO YOUTUBE DA UNIMED MARÍLIA



25

SAIBA PORQUE É IMPORTANTE CONTINUAR SE CUIDANDO MESMO APÓS VACINADOS

ESPECIAL 30 ANOS



30 anos de Unimed Marília

Trabalho conjunto de médicos que resultou em um diferencial no atendimento à saúde para Marília e região

A escolha de quem vai cuidar da nossa saúde e de quem amamos é algo que se baseia, primeiramente, na confiança e qualidade do que recebemos. E hoje, mais do que nunca, percebemos que a humanização e o olhar diferenciado, atento às necessidades individuais, são características essenciais para prestar um serviço tão nobre e complexo, que é cuidar da saúde das pessoas.

É a partir deste cenário que a Unimed Marília oferece, há 30 anos, os melhores cuidados para a saúde, com uma medicina humana de confiança e qualidade. E neste trintênio a cooperativa celebra anos de história que resultaram em conquistas importantes, tanto para a mesma, como para a comunidade.

Fundada em 1991, por um grupo de médicos que idealizaram o modelo cooperativista para exercer uma medicina diferenciada, a Unimed Marília consolidou um modelo de negócio mais viável, mais justo e transparente.

Firmada nos princípios cooperativistas, cujo crescimento se dá a partir da soma de esforços conjuntos, destinados a um mesmo objetivo, hoje, torna-se a principal rede de assistência médico-hospitalar da região que compreende 13 municípios.



Assista o vídeo

“Com muita união conseguimos fundar a Unimed. Muitas diretorias passaram nestes anos. Todos tentando sempre o engrandecimento da cooperativa. Hoje somos um sucesso. Parabéns a todos”, celebra Dr. Newton Jicei Oishi, médico cooperado desde 1991.

A Unimed Marília faz parte das 341 singulares do Sistema Unimed, com 554 médicos cooperados e atende aproximadamente, 90 mil beneficiários. Além disso, possui 10 unidades próprias de saúde assistencial, que levam o Jeito de Cuidar Unimed em todas as etapas do atendimento.

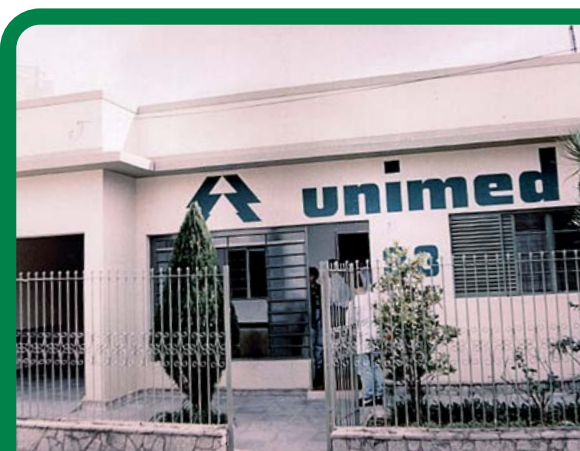
“

A Cooperativa foi firmada nos princípios cooperativistas, cujo crescimento se dá a partir da soma de esforços, destinados a um mesmo objetivo

”



Sede da Unimed fundada em 1992 na Rua Carlos Botelho, 520



Unidade de Atendimento Unimed Marília na cidade de Garça



No ano de 1996 a Unimed Marília inaugura a sede própria na Rua Bororós, 225 no bairro Salgado Filho.

UNIDADES DE SERVIÇOS PRÓPRIOS - UNIMED MARÍLIA



PRONTO ATENDIMENTO

Localizado na Avenida Sampaio Vidal, 1125 é considerado referência na região e oferece atendimento nas especialidades de ortopedia, clínica médica e pediatria. Com proximadamente 5500 atendimentos mês.



ATENÇÃO PLENA À SAÚDE

O Núcleo de Atenção Plena à Saúde tem o objetivo de oferecer um cuidado integral da saúde, com um atendimento humanizado e individual, analisando o paciente de forma completa.



FARMÁCIA UNIMED

Disponível a todos beneficiários, está localizada em ponto estratégico da cidade de Marília e oferece entrega gratuita, inclusive para Garça e Pompeia, com a possibilidade de compra online.



AMBULATÓRIO DE ATENDIMENTO POMPEIA

Oferece atendimento único e especializado com a qualidade Unimed



UNIDADE DE ATENDIMENTO GARÇA

Contempla os programas de medicina preventiva e atende os beneficiários com facilidade e comodidade.



CENTRO DE REABILITAÇÃO INFANTIL ESPECIALIZADO

Destinado a crianças de 0 à 14 anos, que apresentam necessidades de intervenção e reabilitação neuropsicomotora, comportamental e de linguagem, associadas ou não à deficiência intelectual.



CENTRO DE ESPECIALIDADES MÉDICAS

Um novo espaço projetado para oferecer um atendimento ágil e qualificado. Os beneficiários realizam consultas nas áreas de clínica médica, pediatria, ginecologia e obstetria.



ESPAÇO VIVER BEM

Espaço criado para realizar programas de medicina preventiva, destinados aos seus beneficiários, garantindo bem estar e qualidade de vida.



SERVIÇO DE ATENÇÃO DOMICILIAR

Com uma equipe experiente, este serviço oferece a possibilidade de dar continuidade nos cuidados e tratamentos, por meio de uma assistência individualizada.



SEDE ADMINISTRATIVA

Localizada na Rua Bororós, 225 oferece funcionalidade e conforto no atendimento aos beneficiários.

PROGRAMA DE INCENTIVO EDUCACIONAL

Conta ainda com 436 colaboradores que atuam nas 10 unidades e 16 departamentos interligados. O investimento em capacitação, treinamento e desenvolvimento de seus colaboradores, é algo que a Unimed Marília prioriza e enfatiza.

Ter um RH estruturado, com visão estratégica, e integrado com todos os departamentos, permitiu implantar ferramentas de gestão de pessoas que contribuem para o desenvolvimento de ações em prol do clima organizacional. Essas informações são fundamentais para a tomada de decisões.

Acolhimento e atendimento humanizado são características do Jeito de Cuidar Unimed Marília, que procura estabelecer uma relação próxima com todos seus colaboradores, ouvi-los, entender suas necessidades e expectativas, e atuar sobre elas.

É motivo de orgulho poder contar com profissionais capacitados e qualificados, que difundem ideias e sonhos da cooperativa, mostrando que é possível alcançá-los. São pessoas que se dedicam diariamente ao crescimento da mesma.

Atualmente, 244 colaboradores possuem curso técnico ou graduação completa, 56 estão finalizando a graduação e ainda temos 105 colaboradores que já concluíram ou estão concluindo a pós-graduação. Motivo de muito orgulho perceber esse interesse dos colaboradores, por este motivo a cooperativa incentiva e oferece oportunidade a todos que queiram crescer junto a ela.

O Programa de Incentivo Educacional foi criado em 2017 inspirado em um dos princípios cooperativistas (Educação e Formação). Parcerias com instituições de ensino e subsídios da Unimed possibilitam acesso, inclusive à pós-graduação. São cursos ligados à atividade profissional desenvolvida na cooperativa, necessária ao desempenho adequado de suas funções atuais ou futuras. O colaborador cresce profissionalmente e a cooperativa aumenta a qualificação de sua mão de obra.

Toda a satisfação e incentivo proporcionaram que neste ano, como um grande presente para os 30 anos, a cooperativa conquistasse o selo Lugares Incríveis para Trabalhar 2021, um prêmio oferecido pela Fundação Instituto de Administração (FIA), em parceria com o UOL.



“Conquistar o prêmio Lugares Incríveis para Trabalhar, é sem dúvida um reconhecimento pelo trabalho constante realizado pela Unimed Marília em favor de seus colaboradores, pela busca da excelência e geração de oportunidades.

Cuidar de perto daqueles que constroem a trajetória da cooperativa está no nosso DNA. Temos políticas consolidadas que colaboram com o desenvolvimento pessoal e profissional, e um conjunto de ações que contribui para a construção de um ambiente de trabalho saudável, que proporciona bem-estar e qualidade de vida aos colaboradores.

Essa conquista, nos enche de orgulho! É um presente dos colaboradores à Unimed Marília, no ano em que completamos 30 anos de fundação”, celebra André Silva, gerente geral.

PRÊMIOS E CERTIFICAÇÕES

A Unimed Marília implantou a Gestão de Qualidade, em busca de melhoria contínua e qualidade nos processos. O foco é nos beneficiários e na satisfação dos mesmos.

Desde então, a cooperativa já conquistou importantes prêmios e destaques dentro do Sistema Unimed. Foi a primeira singular a obter a certificação de ISO 9001: 2015, norma internacionalmente reconhecida que certifica o Sistema de Gestão de Qualidade.





Foi reconhecida como a marca mais lembrada quando o tema é 'plano de saúde', conquistando, em 2020, pela 28ª vez consecutiva o prêmio Top of Mind, como líder absoluta na categoria.

E ainda o departamento de Ouvidoria conquistou o selo de excelência em 2020, se destacando em âmbito nacional. "Desde sua fundação, todas as diretorias executivas da cooperativa trabalharam para que alcançássemos um destaque nacional, melhoria da sua gestão, conseguindo premiações e certificações. Parabéns a todas as gestões passadas e a diretoria atual que vem buscando melhoria contínua para continuar com destaque, brilhantismo, trilhando seu caminho no cooperativismo", comenta Dr. Antônio Domingues, cooperado da Unimed Marília.



EXCELENTE



Equipe de facilitadores que cooperam com as ações da Ouvidoria - Foto tirada antes da pandemia

OS 7 PRINCÍPIOS DO COOPERATIVISMO



1º ADESÃO VOLUNTÁRIA E LIVRE

Um modelo para todos

Qualquer pessoa apta a utilizar seus serviços pode ingressar numa cooperativa, desde que o faça de forma livre e espontânea, e esteja disposta a aceitar as responsabilidades da sociedade.



2º GESTÃO DEMOCRÁTICA

Todos têm os mesmos poderes

Todos os associados têm igual direito de voto em uma cooperativa (um sócio = um voto). O poder de decisão não está vinculado à posse. Todos acompanham as políticas e a evolução da instituição, participando de todas as decisões.



3º PARTICIPAÇÃO ECONÔMICA DOS MEMBROS

Todos são donos

Em uma cooperativa, todos são associados, que adquirem cotas para entrar na sociedade e têm direito a participar democraticamente de todas as decisões da instituição.



4º AUTONOMIA E INDEPENDÊNCIA

Autonomia de decisão para todos

Acordos e parcerias podem ser firmados pelas cooperativas, desde que não afetem o controle democrático dos membros. Se uma cooperativa firmar acordos com outras organizações, públicas ou privadas, deve fazer em condições de assegurar o controle democrático pelos membros e a sua autonomia.



5º EDUCAÇÃO, FORMAÇÃO E INFORMAÇÃO

Todos ensinam e aprendem

A fim de contribuir com o desenvolvimento do modelo como um todo e com o seu próprio, as cooperativas promovem a educação e a formação de seus trabalhadores e associados, informando-os e capacitando-os. Uma prática cujos benefícios sócio-econômicos vão muito além das instituições em si.



6º INTERCOOPERAÇÃO

Todos se ajudam

Além dos associados de uma mesma cooperativa unirem-se e cooperarem uns com os outros, essa ajuda mútua também se estende para as relações entre as diversas cooperativas. Por meio de estruturas locais, regionais, nacionais e até internacionais, todas as cooperativas colaboram umas com as outras.



7º INTERESSE PELA COMUNIDADE

Todos saem ganhando

Sem fins lucrativos e formada por pessoas físicas, as cooperativas têm na comunidade seu objeto constituinte e seu principal objetivo. Dessa forma, trabalham para o desenvolvimento sustentável de suas comunidades, gerando benefícios sociais e econômicos não apenas para seus associados, mas para toda a sociedade.

PRÓXIMOS PASSOS PARA CONSTRUIR UM FUTURO PROMISSOR

Os princípios cooperativistas continuarão norteando todas as ações da Unimed Marília, um diferencial para um crescimento firmado no respeito, transparência e cuidado.

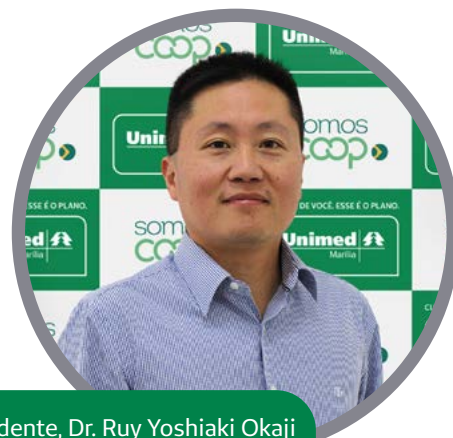
Para o presidente da Unimed Marília, Dr. Ruy Yoshiaki Okaji, o objetivo da diretoria executiva é consolidar o papel da cooperativa como referência em saúde, acolhendo os beneficiários e cuidando da comunidade, através do trabalho cooperativo médico.

“Atuamos de forma sólida para alavancar o papel da Unimed de Marília, como referência no setor saúde da nossa região. Diversas foram as conquistas e a relação com a comunidade evoluiu de maneira nunca antes vista, com o retorno merecido, visando o bem-estar comum, não só de nossos beneficiários”, enfatiza.

A inovação e o aprimoramento do trabalho que perdura 30 anos é realizada em cada atendimento, sempre buscando se tornar referência na área da assistência à saúde. “A Unimed Marília é uma cooperativa que possui muita credibilidade, temos uma administração transparente visando sempre melhorias para nossos cooperados, beneficiários e toda a comunidade onde estamos envolvidos. O crescimento é apenas uma consequência do excelente trabalho que estamos desenvolvendo em diversas áreas, sempre buscando inovação e humanização dos nossos serviços.” comenta Dr. Wilson Roberto Ottoboni vice-presidente da cooperativa.

“A comemoração de mais um aniversário de nossa cooperativa, nos leva a relembrar toda a jornada até aqui, às vezes árdua, mas marcada por muito empenho e vitórias, devido a soma de esforços em cumprir a missão de oferecer a melhor assistência possível aos beneficiários, com uma visão ampla de nossa responsabilidade frente a todos os envolvidos em nossa atividade.

Ao fazer essa reflexão do caminho até aqui, é hora de nos perguntar: a partir de agora, quais serão os nossos próximos passos? A resposta não é simples, tendo em vista a dinâmica ágil e, às vezes, imprevisível das mudanças que vem ocorrendo em todos os aspectos de nossas vidas. Mais uma vez, pelos princípios que sempre nos regeram, manteremos a direção com o objetivo de exercer nossa atividade socioeconômica, focando no caráter comunitário. Assim, seguiremos respeitando as peculiaridades sociais e econômicas de nossa comunidade, atuando sempre para a melhora da qualidade de vida coletiva de forma contínua”, finaliza o superintendente da cooperativa, Dr. Cláudio Rubira.



Presidente, Dr. Ruy Yoshiaki Okaji



Vice-Presidente
Dr. Wilson Roberto Ottoboni



Superintendente
Dr. Cláudio Rubira

Unimed 
Marília

30
ANOS

2105-6699

Farmácia Unimed

Farmácia Unimed

Farmácia Unimed Marília

Tudo para facilitar a sua vida e cuidar melhor da sua saúde!

- Entrega em domicílio sem custo
- Aplicação de medicamentos injetáveis local
- Medicamentos com preços
- Genéricos com até 70% de desconto

unimedmarilia.com.br



- ✓ Medicamento Genérico com descontos de até 80%.
- ✓ Farmacêutico em período integral.
- ✓ Entrega em domicílio SEM CUSTO para Marília, Garça e Pompeia.
- ✓ Aplicação de injetáveis SEM CUSTO para medicações compradas em nossa loja.

Vantagens exclusivas e promoções especiais

Clique para acessar nosso Instagram e confira as ofertas semanais

FORMAS DE PAGAMENTO:

- ✓ Convênio (desconto em folha)
* Apenas para empresa conveniada com a Farmácia Unimed de Marília.
- ✓ Dinheiro ou Cartões



(Dividimos em até 3x SEM JUROS com parcela mínima de R\$20,00) - apenas para cidade de Marília

- ✓ Cartões

ACCREDITO

Funcional CARD
Gestão Benefício-Farmácia

HORÁRIO DE ATENDIMENTO:

Segunda a Sexta-feira das 8h às 20h aos Sábados das 9h às 13h, exceto Domingos e feriados.

INFORMAÇÕES E PEDIDOS:

Pelo telefone
(14) 2105-6699

(14) 99611-1869



farmacia.unimedmarilia.com.br



@unimedmarilia.official

FARMÁCIA

Unimed Marília

Jovens se destacam no esporte com apoio da Unimed Marília



As Olimpíadas de Tóquio colocou sob os holofotes uma nova geração do esporte que veio para mostrar que idade não é empecilho para conquistar grandes sonhos. Nos emocionamos com cada medalha, cada desafio superado, comemorando das pequenas às grandes conquistas.

Isso mostra que o crescimento de nossos jovens através do esporte é algo que vale à pena investir. E a Unimed Marília, como uma cooperativa, incentiva e oferece suporte a jovens atletas, que desejam construir um futuro promissor.

Daniel Martins, Gustavo Dias e Alana Maldonado levaram o nome da cidade de Marília e da cooperativa para a capital japonesa, como grandes promessas em suas respectivas categorias.

Atletas da AMEI (Associação Mariliense de Esportes Inclusivos), Daniel e Alana disputaram pela segunda vez, um título paralímpico, nos 400 metros rasos e no judô, respectivamente. Gustavo estreou nas modalidades de salto em distância e atletismo (400 metros rasos).

Alana é quem abriu as portas para as disputas no dia 29 de Agosto, consagrando-se bicampeã paralímpica, trazendo para casa, a tão sonhada medalha de ouro!

Daniel e Gustavo disputaram os 400 metros rasos no dia 30 de Agosto, porém o sonho do pódio continua em Paris 2024.



Cooperativa se orgulha em fazer parte da realização de sonhos destes atletas



ALÉM DAS PARALIMPÍADAS, MAIS ATLETAS DE OURO

Duda Gracie, campeã internacional de Jiu Jitsu, que recebe apoio da cooperativa desde 2018, levou o nome de Marília e da Unimed para o mundo, quando conquistou a medalha de ouro no Pan Kids na Flórida, Estados Unidos, neste ano.



Alana Maldonado
Judoca - Atleta da Amei



Duda Gracie atleta no Jiu Jitsu



Daniel Martins - Atleta da Amei
400 metros



Roberto Batista, Hugo Rocha e Eliseu Paiva
convocados para a Seleção Brasileira sub-15



Gustavo Dias - Atleta da Amei
400 metros



Os meninos da Stadium BR, uma agência certificada pela CBF que gerencia atletas dentro e fora dos campos de futebol, ganharam notoriedade nas mídias nacionais, com suas convocações para a Seleção Brasileira de Futebol, sub-15. Em uma parceria com a Unimed Marília que já dura 5 anos, os atletas recebem o apoio para continuar trilhando seus caminhos no esporte com o suporte e confiança de uma cooperativa como a Unimed.

Hugo Rocha, Eliseu Paiva e Roberto Batista iniciaram sua trajetória no futebol com a Stadium BR e hoje colhem frutos de todo o esforço e dedicação durante os anos em que estiveram jogando pela agência.

A Unimed Marília oferece a estes atletas o suporte com o cuidado da saúde e se orgulha em poder fazer parte de cada conquista.



Unimed Marília oferece atendimento psicológico online para seus beneficiários

Com aumento significativo de sintomas físicos e emocionais como ansiedade e depressão, a procura por uma ajuda psicológica se intensificou e se tornou essencial, nos dias atuais.

Você sabia que existem recursos e técnicas profissionais que podem te ajudar a lidar com isto de forma mais feliz e saudável? A Unimed Marília oferece um novo serviço remoto para seus beneficiários que buscam este tipo de tratamento. A teleconsulta psicológica possibilita um atendimento à distância, com a qualidade e confiança Unimed.

“

Em tempos em que a saúde mental pede atenção, a Unimed Marília inova no cuidado com seus beneficiários.

”

As necessidades e opções de tratamento são as mais variadas e o atendimento online é uma solução segura, inovadora e moderna, possível para todos, em especial para os mais atarefados.

O Centro de Especialidades Médicas, o CEM da Unimed Marília, uniu tecnologia e a saúde mental a favor de seus beneficiários, ao disponibilizar psicólogos online e um consultório físico para o profissional realizar as consultas virtuais, sem interferências. O ambiente é 100% seguro, e a plataforma utilizada é criptografada e autorizada pelo CRP (Conselho Regional de Psicologia).

Nenhuma sessão é gravada, respeitando o princípio da confidencialidade e sigilo entre psicólogo e cliente. O atendimento é baseado na transparência e focado na qualidade. E o acompanhamento é realizado pelo mesmo profissional do início ao fim do tratamento.

A segurança garantida pela terapia online permite que você converse com seu psicólogo de qualquer lugar conectado à internet, com tranquilidade, do seu computador ou celular.



Assista o vídeo

<https://youtu.be/MT4FHDK3ByQ>

COMO FUNCIONA O AGENDAMENTO?

É necessário ter em mãos o encaminhamento do médico.

Depois é só entrar em contato com a central de agendamento do CEM e agendar a consulta.

O beneficiário pode entrar em contato com a Central de Relacionamento da Unimed Marília (0800 201 2500) ou diretamente pelo canal de whatsapp (14) 99883-0232.



Endereço: Rua Coroas, 114 - Centro, Marília/SP - 17502-150

Horário funcionamento: De segunda à sexta das 9h00 às 21h00 e aos sábados, das 9h00 às 15h00.

Contato: 0800 201 2500 - WhatsApp: (14) 99883-0232 - (14) 2105-6660

Unimed Marília inaugura dois Ecopontos em locais estratégicos da cidade

Cooperativa reforça o compromisso com o Meio Ambiente visando incentivar mudanças positivas nos hábitos da população em nossa cidade.



Equipe da Unimed com o prefeito de Marília Daniel Alonso

Nosso meio ambiente é a nossa casa. Cuidar dele não é apenas uma questão que levanta a bandeira da sustentabilidade, mas sim, nosso dever.

Felizmente, esse tema tem ganhado uma notoriedade maior dentro de empresas privadas e na esfera pública, por meio de ações que envolvem o desenvolvimento sustentável, seja ele econômico, social ou ambiental. E Marília tem recebido diferentes ações voltadas para a preservação do meio ambiente e conscientização da população para assuntos nesta área.

Com objetivo de equilibrar a saúde ambiental, social e econômica, a Unimed Marília firmou uma parceria importante para desenvolver 2 ecopontos, para coleta de lixo recicláveis. Junto à Secretaria do Meio Ambiente e de Limpeza Pública, ambos ecopontos foram instalados, nos dias 28 e 29 de Setembro, em locais estratégicos da cidade, com grande fluxo de carros e pedestres.



Presidente da Unimed Marília Dr. Ruy realiza ato simbólico e inaugura o Ecoponto da Av. Cascata



Ecoponto instalado na Av. Cascata

A Unimed Marília acredita que o ato de cuidar e preservar o meio ambiente não é algo isolado. É necessário considerar os outros aspectos para um desenvolvimento sustentável eficaz. Portanto, a cooperativa procura sempre promover ações que beneficiem também o

O primeiro ecoponto foi instalado no início da Avenida Cascata, próximo ao playground e da academia ao ar livre e o segundo, na Avenida das Esmeraldas, próximo ao colégio Criativo. Autoridades de Marília estavam presentes e ressaltaram a importância de projetos como estes para a cidade.

“Como cooperativa, está na nossa essência cuidar da nossa comunidade, através de projetos que promovam uma mudança positiva e que deixem um legado para as futuras gerações. Esperamos que estes ecopontos criem uma nova consciência na população, sobre o cuidado com o meio ambiente. E no que depender de nós, a cidade de Marília poderá sempre contar com a Unimed”, disse o Diretor Presidente da cooperativa, Dr. Ruy Okaji.

crescimento da comunidade onde está inserida.

Para o vice-presidente da Unimed Marília, Dr. Wilson R. Ottoboni, este é um projeto que está dentro do que a cooperativa se propõe a fazer, que é o cuidar de vidas. Isto abrange o cuidado com a saúde, evitando contaminação dos mananciais por lixo descartado incorretamente, o cuidado com a comunidade, oferecendo oportunidade e um meio de renda às famílias que vivem da reciclagem e um cuidado com as nossas crianças, futuro do nosso planeta. “As crianças passam por aqui e isso desperta a curiosidade e as incentiva a fazer o descarte correto. Mesmo os adultos que não têm o hábito, serão incentivados e o ideal é que levem este hábito para dentro de casa. Isto é um grande passo para construirmos um futuro melhor e a Unimed Marília está sempre aberta a qualquer parceria em prol do meio ambiente e da comunidade”, conclui.

Segundo o ativista ambiental e quem a cooperativa escolheu para confeccionar os ecopontos e recolher os materiais descartados, Ademar Aparecido de Jesus, esta é uma ação que transforma vidas. “Todos os dias encontro famílias que vivem da reciclagem. Aqui em Marília são em torno de 50 delas. Fico extremamente feliz da Unimed Marília ter me escolhido para participar deste projeto e espero que futuramente outras famílias possam ser beneficiadas também”, explica.

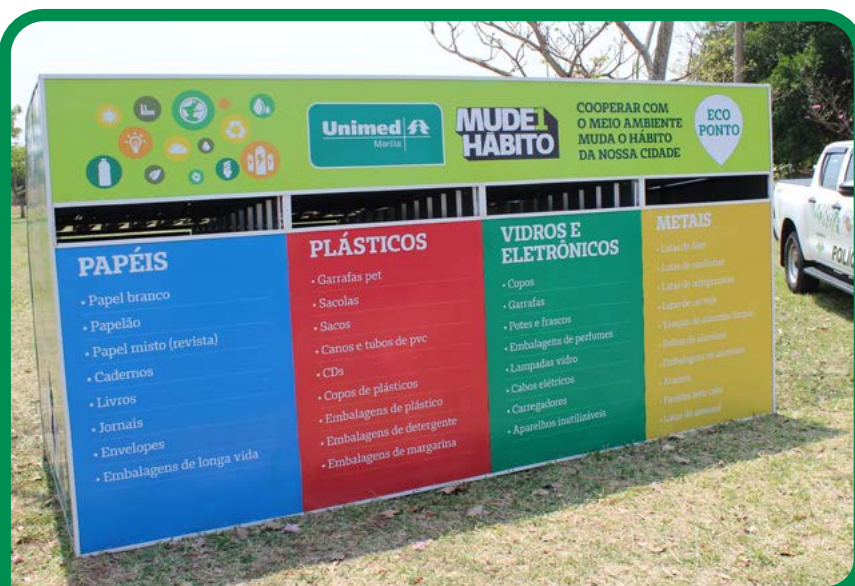


Vice-presidente da Unimed Marília Dr. Wilson enalteceu a importância do projeto para a construção de um futuro melhor

“No ano em que completamos 30 anos, esse é um grande presente, uma gran-

de oportunidade para nossa cooperativa e para a nossa cidade. Esta ação promove a sustentabilidade em toda cadeia produtiva. Obrigada a todos que fizeram com que a Unimed Marília pudesse participar desse projeto que crescerá e certamente, trará mudanças e transformações na sociedade”, pontua o coordenador do departamento de Marketing da Unimed Marília e um dos idealizadores do projeto, Dr. Luiz Sérgio Marangão.

Para finalizar, o chefe do Meio Ambiente, Cassiano Rodrigues Leite, reforçou que este é um trabalho conjunto, de unir forças. “Não existe eu, existe nós! Nós precisamos melhorar o meio ambiente, nós precisamos levar essa realidade aos bairros periféricos também, fazer a inclusão destas pessoas. Então, muito obrigado à Unimed Marília por esse gigantesco passo dado aqui hoje”, completou.



Ecoponto nas proximidades do Colégio Criativo Av. Das Esmeraldas

Plantio de Ipês Amarelos

Unimed Marília doa mudas de ipês amarelos para formação de uma nova área arborizada na cidade

Em comemoração ao Dia Mundial da Árvore, a Secretaria do Meio Ambiente e de Limpeza Pública, com o apoio da Unimed Marília promoveu uma ação no dia 25 de Setembro, onde a comunidade foi convidada a plantar 100 mudas de ipês amarelos em uma área pública na Avenida Santo Antônio, próximo ao Marília Shopping.

O local recebeu um plantio temático, através de um projeto que está recuperando áreas verdes, áreas de preservação permanente e áreas ociosas no município. “Estamos desenvolvendo o projeto Minha Cidade é Verde, que tem por objetivo intensificar o plantio em áreas



Colaboradores da Unimed Marília realizam plantio de futuro bosque de Ipês



Deixar um legado para a futura geração e criar uma nova consciência socio-ambiental



as públicas carentes de arborização, melhorando a cobertura vegetal no município. Identificamos estas áreas, e buscamos apoio para realização de plantios através de parcerias com empresas amigas do meio ambiente, preocupadas com a sustentabilidade, que tem nos doado mudas para o desenvolvimento destas ações.”, explica o Chefe do Meio Ambiente, Casiano Rodrigues Leite.

A Unimed Marília doou parte destas mudas e esteve presente no evento, contribuindo para deixar um legado para as futuras gerações, que inclusive estava presente, ajudando no plantio e vivenciando esta experiência única.

Para o vereador Marcos Rezende, presidente da Câmara dos Vereadores, esta iniciativa visa conscientizar a população de que o meio ambiente precisa de atenção e isso tem que ser feito já. Marília se empenha em ações como estas que têm ganhado notoriedade entre a comunidade. Agora cada um precisa fazer sua parte.

Representando a Unimed Marília, o coordenador do departamento de Marketing da cooperativa, Dr. Luiz Sérgio Marangão agradeceu a oportunidade de poder participar e apoiar projetos essenciais como estes. “O compromisso com o meio ambiente é um compromisso de todos. No meu ponto de vista, esta é uma ação extremamente importante para um desenvolvimento sustentável e equilibrado de nossa cidade. Desejo que ela se multiplique para que tenhamos um futuro e um amanhã melhor”, finaliza.

O bosque de ipês crescerá em uma área de 2.500 m² e deixará a cidade mais arborizada e conseqüentemente, mais colorida na época em que os ipês florirem.



Colaboradora participa com a família do plantio de mudas de Ipês amarelos

Cooperativa iniciou suas comemorações de aniversário com live de yoga especial



No dia 29 de Agosto, a Unimed Marília promoveu uma live especial para 30 beneficiários que se inscreveram para participar do evento. Realizada remotamente, a ação iniciou a programação das atividades de comemoração dos 30 anos da cooperativa.

Os beneficiários inscritos puderam participar de uma manhã de bem-estar e atividade física, no conforto de sua casa, em uma aula ministrada pela instrutora de Vinyasa Yoga, Renata Albuquerque. Cada um recebeu uma camiseta personalizada do evento, no momento de sua inscrição. Todos eles concorreram também, ao sorteio de um kit Mude1Hábito com viseira da Unimed e um tapete de yoga.

“Participar desta live foi algo novo, um desafio para mim, pois nunca tinha experimentado fazer uma aula de yoga. Foi muito interessante e diferente. Realmente essa foi uma mudança de hábito que a Unimed Marília busca difundir”, comenta Mayara Brunnes de Souza Alves, colaboradora da cooperativa.

Para Alana Gomes, também colaboradora, essa ação foi algo inovador. “Me senti bem mais leve e tive

um domingo muito legal e gostoso, depois da aula”, acrescenta.

E como toda a ação da Unimed Marília, a responsabilidade social está sempre em pauta. Cada inscrito doou 3 kgs de alimento, que foram destinados a uma entidade social da nossa cidade, o Projeto Semear.

“Foi a primeira vez que pratiquei yoga e eu amei! Fiquei muito disposta o resto do dia”, disse Ana Flávia Massih, colaboradora e beneficiária da Unimed Marília.

“

Para comemorar 30 anos da Cooperativa, nada melhor que começar com uma mudança de hábito

”



A HISTÓRIA DE QUEM MUDOU UM HÁBITO COM A UNIMED MARÍLIA

Mayara Cristine Pinheiro de Oliveira, há 6 anos beneficiária da Unimed Marília conta sua história inspiradora na constante caminhada de mudar um hábito.

“Faz 2 anos que vivo de uma forma totalmente diferente do que já vivi. Eu tinha problemas de saúde devido a muitas dores no ciático e problemas de auto estima foram, coisas que me fizeram mudar meus hábitos. Então troquei os remédios pelas frutas e alimentação saudável, procurei ajuda de um endócrino e nutricionista pela Unimed e perdi 42 quilos. Sempre participei dos eventos MudeIHábito da Unimed Marília, como as caminhadas, o primeiro passeio ciclístico. Hoje participo de quase todos os eventos que a Unimed oferece remotamente e me sinto feliz em participar. O Yoga para mim foi uma modalidade diferente, pois nunca tinha trabalhado com o peso do próprio corpo e mantendo o equilíbrio, que é muito importante pois nos ajuda a manter a concentração e traz paz em nosso interior. Com a prática de yoga, hoje tenho outra visão e pensamentos”.



PRINCIPAIS CANAIS DE ATENDIMENTOS AOS BENEFICIÁRIOS



ANS - nº 33.610-6



1º CONTATO

CENTRAL DE RELACIONAMENTO


0800 201 2500



- > É responsável pelo primeiro atendimento
- > Trata das regras e das demandas de grande volume
- > Estabelece espaço de diálogo com os clientes para tirar dúvidas e solucionar problemas

2º CONTATO

OUVIDORIA

 **(14) 99744-5145**
(14) 3402-2500

ouvidoria@unimedmarilia.com.br



- > É responsável por identificar onde está a dificuldade dos beneficiários
- > Trata das exceções e das demandas que não foram resolvidas satisfatoriamente
- > Analisa estratégias para resolver e evitar demandas futuras

OUVIR: UM CUIDADO NECESSÁRIO PARA A QUALIDADE DENTRO E FORA DA UNIMED

Espaguete de abobrinha e cenoura com molho pesto



Simone Simone Nutricionista do Espaço Viver Bem da Unimed Marília



ACESSAR
RECEITA



Ingredientes do molho pesto:

- 1 xícara de manjeriço (somente as folhas)
- 50 g de castanha (utilizei amêndoas, mas pode ser outra de sua escolha como castanha de caju, castanha do pará, nozes)
- 50 g de queijo parmesão ralado
- 1 dente de alho
- ¼ de xícara de azeite extravirgem
- Pimenta do reino a gosto

Nesta edição trazemos uma versão diferente e de dar água na boca, do tradicional espaguete.

Confira como fazer essa deliciosa receita na sua casa.

Ingredientes do espaguete:

- abobrinha Italiana com a casca
- cenoura
- 1 cebola média bem picada (100g)
- Sal a gosto

Modo de preparo

Coloque todos os ingredientes do molho pesto no processador, bata até formar um molho homogêneo e reserve.

Para fatiar os legumes no formato de espaguete, utilize um descascador de legumes serrilhado que você encontra em lojas de artigos para cozinha.

Coloque para ferver em uma panela água com o sal a gosto. Após levantar fervura acrescente os legumes já fatiados por aproximadamente 2 minutos. Escorra a água e finalize com o molho pesto e pimenta do reino a gosto.



Unimed Marília reforça a importância de continuar se cuidando, mesmo já vacinados

Felizmente, a vacinação contra a covid-19 avança em nosso país e tem se mostrado uma ferramenta crucial na questão da resposta imune e proteção contra um quadro clínico mais severo, causado pelo novo coronavírus.

Segundo a OMS, as vacinas oferecem proteção contra infecção e transmissão, e são eficazes nas formas mais graves da doença e diminuem a taxa de óbito. Mais evidências sobre como elas podem cessar de vez a pandemia, ainda estão em estudo.

A Organização Mundial da Saúde enfatiza que o ponto-chave para colocar um fim na transmissão do coronavírus é agir diretamente na sua origem. Ou

seja, as atuais medidas sanitárias, que já são parte de nossa rotina hoje em dia, continuam como grandes aliados para evitar a transmissão.

Lavar frequentemente as mãos, usar máscara, manter o distanciamento físico, manter os ambientes abertos e ventilados e evitar aglomerações, são ações que já se mostraram eficazes e que funcionam contra novas variantes do vírus, reduzindo a quantidade de transmissão viral e, conseqüentemente, oportunidades do vírus se mutar.

Portanto, mesmo após ser vacinado, é necessário continuar tomando as precauções do dia-dia na pandemia. E caso tenha algum sintoma relacionado

“
A vacina ajuda a evitar as formas graves da doença, mas não impede o contágio
”

ao vírus, é muito importante procurar uma orientação antes de realizar o teste de covid, mesmo que já tenha sido vacinado, pois você pode transmitir para outras pessoas, caso esteja infectado.

Convidamos o médico cooperado, infectologista, Dr. Fabio Reina, para esclarecer as dúvidas frequentes que surgem acerca deste assunto.

Unimed Marília: Qual a função da vacina?

Dr. Fabio: A vacina tem a função de estimular o sistema imunológico a desenvolver anticorpos, para que se o organismo entrar em contato com o vírus o combate a ele acabe sendo mais rápido, ou seja, a vacina tem a função de desenvolver memória imunológica.

Unimed Marília: Posso transmitir o vírus mesmo estando vacinado?

Dr. Fabio: Infelizmente sim. A vacina ajuda a evitar as formas graves da doença, mas não impede o contágio. Se formos contaminados pelo vírus, podemos transmiti-lo a outras pessoas. Quando tivermos um número grande de pessoas vacinadas, a circulação viral diminuirá. Por isso a importância do uso da máscara mesmo após tomada as duas doses da vacina, até uma porcentagem significativa da população ter sido vacinada.

Unimed Marília: Por que é importante se vacinar mesmo com o surgimento de novas variantes do covid-19?

Dr. Fabio: A vacina protege contra as cepas mais frequentes do vírus (estas cepas são as responsáveis

pelo maior número de casos da doença). Quanto à ação da vacina sobre as variantes novas, ainda é incerta sua eficácia (estudos estão sendo desenvolvidos ainda). Pode ser que as vacinas disponíveis sejam eficazes contra as novas variantes também, mas precisamos esperar as respostas das pesquisas mundiais a esse respeito. No entanto, este fato não muda a importância da vacinação contra o vírus.

A Unimed Marília possui uma Central Coronavírus (0800 201 2500), disponível para toda comunidade. Pelo atendimento telefônico, é possível tirar dúvidas e receber orientações de como proceder, caso a pessoa apresente sintomas gripais.



Infectologista Dr. Fabio Tadeu Rodrigues Reina
Cooperado da Unimed Marília

ATUALIZAÇÃO CADASTRAL UNIMED MARÍLIA

Mais agilidade, segurança
e conforto no seu atendimento!

Fique por dentro dos benefícios que a Unimed Marília oferece para você. Mantenha seus dados cadastrais atualizados.



WhatsApp Unimed
(14) 99883-0232
Opção 8



Aplicativo
Unimed SP Clientes



Área do Beneficiário
SGU-WEB

<https://sguweb.unimedmarilia.com.br/>

**Assista o passo a passo
para a atualização**



CANAIS DE COMUNICAÇÃO UNIMED MARÍLIA

Conheça nossos canais de atendimento
destinados a você beneficiário

WHATSAPP  **(14) 9.9883-0232**

- > Autorização de Guias
- > Aquisição de Planos

atendimento@unimedmarilia.com.br

Segunda a Sexta das 08h às 17h

- > 2ª Via de Boleto

- > Demonstrativo do Imposto de Renda

- > Outras informações

Disponível 24h

- > Central de Informações Coronavírus

Diariamente das 07h às 18h

Sábado, Domingo e Feriado das 07h às 19h

CENTRAL DE RELACIONAMENTO 24H

0800 201 2500

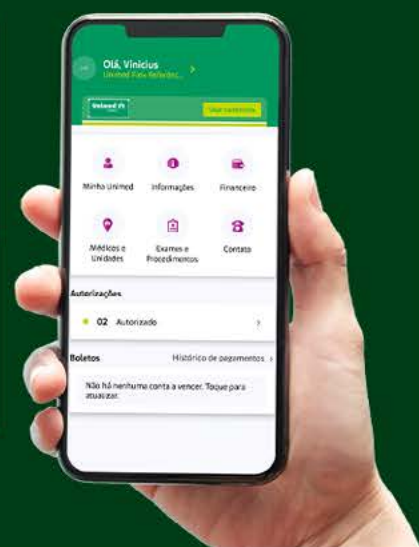
APP UNIMED MARÍLIA

Disponível na App Store e Google Play
com o nome de **Unimed SP - Clientes**

- > Acesse O Guia Médico
- > Consulte seu histórico de boletos
- > Cartão Virtual
- > 2ª Via de Boleto



**CLIQUE
E BAIXE
AGORA**



    /UnimedMarília
www.unimedmarilia.com.br

Unimed 
Marília

ANS - nº 33.610-6