

Unimed e

Um informativo para quem quer viver bem

Você

Ano VI • Julho 2008 • nº 63 • www.unimednatal.com.br

Unimed 
Natal

Pense, invente... faça algo Diferente

Ter saúde, estar de bem consigo mesmo, não é cuidar apenas do corpo físico, mas da mente e do espírito. Fazer e cultivar amigos, passear, viajar, ter contato com a natureza, procurar o prazer nas pequenas coisas da vida e, principalmente, aprender coisas novas, são caminhos para buscar o bem-estar mental e espiritual.

Na procura por uma melhor qualidade de vida e para compensar a correria do dia-a-dia, muitos profissionais procuram algo bem diferente do seu trabalho para fazer nas horas de folga.

Nesta horas, ter um *hobby** é a melhor maneira de recarregar as baterias, fazer uma higiene mental e, ao mesmo tempo, descobrir algum dom ou talento que estava escondido sob a imagem do profissional dedicado apenas ao trabalho. Ter este tipo de atividade faz tanto bem que o retorno acaba aparecendo também no desempenho profissional.

Um hobby praticado com frequência acalma a mente, fortalece as defesas do corpo e ajuda a dar energia para enfrentar a rotina, estimulando a clareza nas ações e tomadas de decisões.

Fique atento para seus desejos e aptidões e descubra uma atividade que possa lhe dar prazer. Quem gosta de cozinhar, por exemplo, pode freqüentar um curso de gastronomia, participar de uma confraria; quem pinta pode se aperfeiçoar fazendo aulas e promovendo exposições. E que tal aprender a fotografar e documentar com mais qualidade as viagens e eventos em família? Enfim, dar uma oportunidade àquele artista que existe dentro de cada um, mas que precisa apenas de um pequeno incentivo para se revelar.

QUE TAL?

Se você tem curiosidade e vontade de arriscar algum hobby, aí vão algumas sugestões!

Fotografia

- Pratical Cursos | 3211 5436
- SENAC | 3203 4400

Música

- Escola de Música da UFRN | 3215 3635
- Instituto de Música Waldemar de Almeida | 3232 5357

Culinária

- Hotel Escola Sesc Barreira Roxa | 3092 4000
- Prima Escola de Gastronomia | 3201 0778



Hobby

Substantivo masculino. Atividade de recreio ou de descanso, praticada, em geral, nas horas de lazer.



Fale com a Unimed

Tele-atendimento
0800 84 2323

Central Telefônica
(84) 3220 6200
(84) 3220 6300

Hospital Unimed
(84) 3220 1500

Farmácia Unimed
(84) 3211 1002

Vendas
Tel (84) 3220 6200
Fax (84) 3221 4296

Ouvidoria
(84) 3220 6293
(84) 3220 6300

SOS Unimed
(84) 0800 84 2001

Centro Clínico Unimed
(84) 3222 4242

ANS - nº 33559-2

Expediente

Unimed 
Natal

Presidente
Gley Nogueira Fernandes Gurjão

Vice-presidente
Carlos Alexandre Cavalcanti Xavier

Diretor Técnico
Antônio Tomás Neto do Nascimento

Conselheiras Suplentes
Rosângela Maria Moraes da Costa
Edailna Maria de Melo Dantas

Oficina
Comunicação Corporativa

www.oficinadainformacao.com.br

Editor Responsável
Rilder Medeiros

Texto
Marília Tinóco

Projeto Gráfico e Edição de Arte
Rosa Morena



Esta publicação foi impressa em material 100% reciclado, a partir de papel proveniente de lixo urbano e rejeitos industriais. Uma contribuição da Unimed Natal em prol dos 8 Objetivos do Milênio.

Mais informações no site
www.nospodemos.org.br

Você Sabia?



Foto: Augusto Ratis

Hospital da Unimed tem o tomógrafo mais moderno da cidade

O Hospital da Unimed tem o mais moderno e sofisticado tomógrafo de Natal. Com 64 canais, ele permite diagnósticos mais rápidos, precisos e precoces.

O equipamento realiza exames não invasivos do coração com muito mais rapidez e precisão, reduzindo os riscos no diagnóstico de doenças coronarianas. Em parte dos casos, o aparelho pode substituir o exame de cateterismo, descartando a necessidade de anestesia e internação.

Com o tomógrafo, o Hospital da Unimed passa a ser referência no atendimento de doenças do coração por ter um parque tecnológico completo: plantão cardiológico, UTI de alta complexidade, Unidade de Dor Torácica e Hemodinâmica.

Alerta sobre Hepatite

Uma em cada doze pessoas no mundo está infectada por hepatite B ou C. Só no Brasil, segundo o Ministério da Saúde, seis milhões de pessoas têm um destes vírus. Desse total, apenas 300 mil sabem da doença.

A hepatite é uma doença traiçoeira porque age silenciosamente. O portador de hepatite leva uma vida aparentemente normal e nem desconfia que pode estar infectado. Quando começa a apresentar os primeiros sintomas, já não pode fazer mais nada. Em alguns casos, a doença já pode ter evoluído para cirrose hepática ou câncer de fígado.

Os vírus das hepatites B e C podem ser encontrados no sangue e em outros fluidos do corpo como sêmen, secreções vaginais e saliva.

É transmitidos através de:

- Uso compartilhado de seringas, agulhas, lâminas de barbear, alicates de manicure, etc.
- Relação sexual sem preservativo
- Acidentes perfuro-cortantes (em cirurgias)
- Tratamento dentário com material mal esterilizado
- Durante o parto



VANTAGENS E DESCONTOS PARA VOCÊ!

Confira a relação completa, com endereços e telefones, no nosso site:
www.unimednatal.com.br

ALTERAÇÃO DO MÊS

Exclusão: Espaço Clínico Vida e Saúde; A Fórmula.

Inclusão: Mr. Kitsch - 15% de desconto nos serviços, de acordo com os valores praticados atualmente pelo estabelecimento.

Se algum dos estabelecimentos não conceder o desconto, favor entrarem contato conosco pelo telefone **84 3220.6201** ou pelo e-mail marketing@unimednatal.com.br