Recados para o cooperado

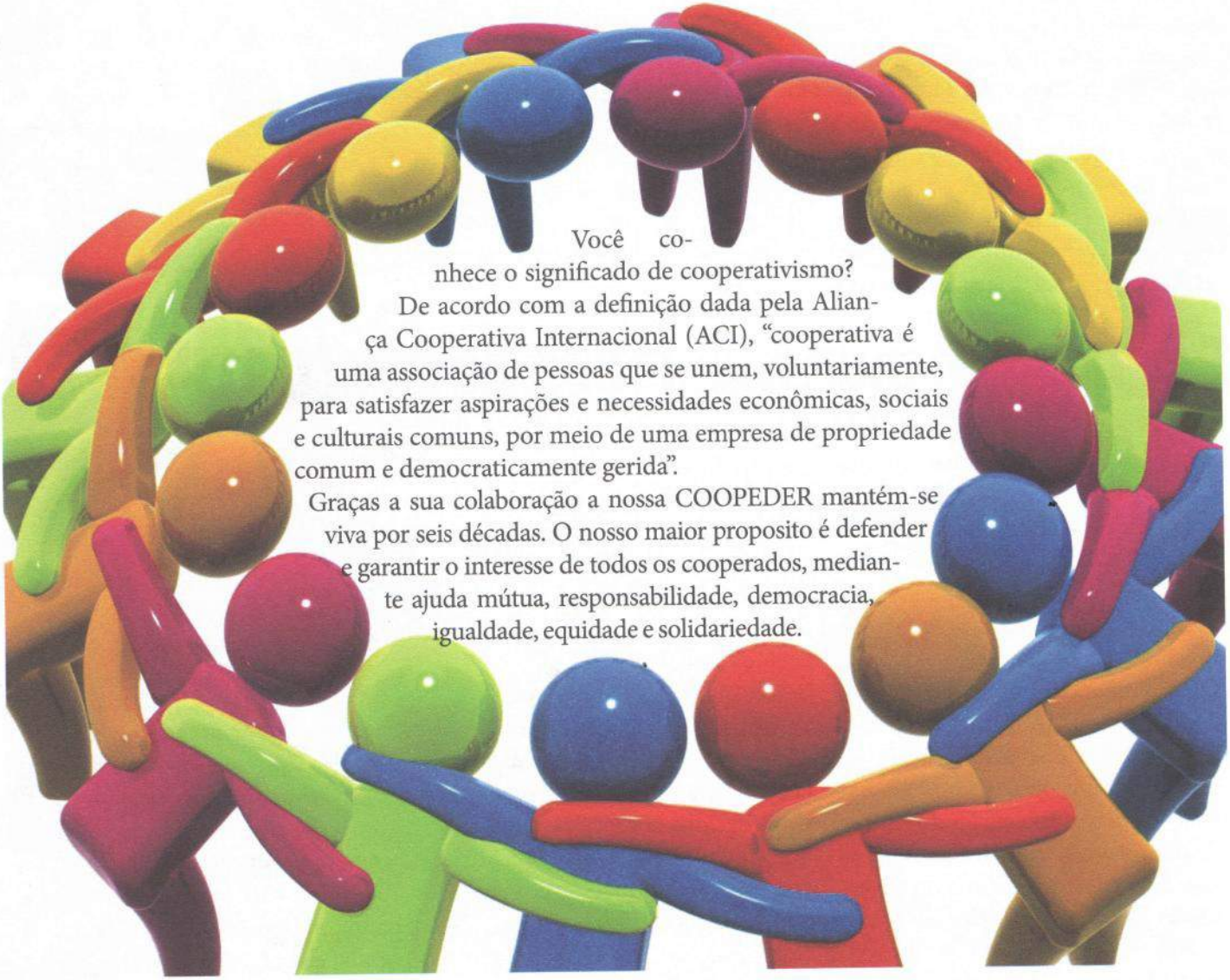
ATUALIZE SEU CADASTRO

É importantíssimo ter seu cadastro atualizado. Você pode atualizá-lo pelo site: www.coopeder.org.br ou através dos telefones: (31)3526-9408 ou (31)3526-9432.

CONTATO DIRETO COM O PRESIDENTE

Você pode falar direto com o presidente. Para isso, entre em contato através do e-mail presidentecoop@coopeder.org.br ou pelas caixas de sugestões colocadas no supermercado da sede, no prédio administrativo, no posto médico e no restaurante. As mensagens serão abertas e lidas somente pelo presidente. A identificação do remetente não é obrigatória, mas se houver, será respondida.

O que é cooperativismo?



Você conhece o significado de cooperativismo? De acordo com a definição dada pela Aliança Cooperativa Internacional (ACI), "cooperativa é uma associação de pessoas que se unem, voluntariamente, para satisfazer aspirações e necessidades econômicas, sociais e culturais comuns, por meio de uma empresa de propriedade comum e democraticamente gerida".

Graças a sua colaboração a nossa COOPEDER mantém-se viva por seis décadas. O nosso maior proposito é defender e garantir o interesse de todos os cooperados, mediante ajuda mútua, responsabilidade, democracia, igualdade, equidade e solidariedade.

COOPEDER - Cooperativa de Consumo dos Servidores do DER/MG

Avenida dos Andradas,. Nº1.199 Belo Horizonte – MG – CEP 3020-010
Fone: (31) 3526-9400 – Fax (31) 3526-9409
Presidente: Adolfo Garrido
Vice-Presidente: Jose Alberto Coutinho

Gerente Comercial- Administrativo: Alisson Gomes de Carvalho
Gerente Financeiro: Paschoal Paione
Gerente Social: Claudia Arêda

Diagramação: Raoni Jardim

INFORMES DA COOPEDER:

Representantes de laboratório

É do conhecimento de todos a insatisfação gerada pelas visitas dos representantes de laboratórios farmacêuticos durante as consultas médicas. Porém, é importante informar que essas visitas são proveitosas para todos: para os pacientes mais carentes que são beneficiados pelas amostras grátis fornecidas por aqueles representantes; para os médicos que recebem as novidades com relação aos medicamentos e a indústria farmacêutica e, aos próprios representantes que precisam fazer a divulgação dos remédios.
Assim, a COOPEDER pede paciência e agradece a compreensão de todos!

Mudanças no guichê de atendimento

Desde 30/07/2015 as marcações e confirmações de consultas da psicologia, psiquiatria, odontologia e fisioterapia são feitas no guichê do 1º andar.

Precisa de Táxi?

Para sua comodidade, caso necessite de táxi quando estiver na COOPEDER, procure a Secretaria Geral ou o Guichê de atendimento da Clínica Médica.

A SAÚDE COMEÇA PELA BOCA

Raquel Martins Resende Lima é cirurgiã-dentista graduada pela UFMG e Especialista em Prótese Dentária. Membro da equipe de Odontologia da Coopeder há 18 anos. Atualmente atendendo na 1ªCRG.

Atualmente, o mundo nos exige um cuidado especial com a estética. A nossa boca pode ser considerada nosso cartão de visitas.
Mas também temos que estar atentos, pois diversas doenças de alta gravidade podem ter sua origem em uma falta de cuidado com a boca. Temos como exemplo as cáries e a gengivite, que podem levar à perda de elementos dentários; o mau hálito, que compromete o relacionamento social; o herpes, altamente contagioso; o câncer, que pode levar ao óbito. Até mesmo doenças sistêmicas – aquelas que eventualmente afetam todo o organismo – podem ter origem em infecções orais. Um exemplo é a endocardite bacteriana, infecção grave das válvulas cardíacas ou das superfícies do coração.
Assim, é necessário realizar regularmente um acompanhamento clínico com um dentista.
A Coopeder oferece aos seus associados um serviço odontológico de primeira linha com profissionais competentes e especializados em diversas áreas. Contamos com os melhores materiais do mercado e realizamos atendimentos de diversos níveis de complexidade, tanto funcionais quanto estéticos. Tudo isto a um custo muito abaixo que o praticado em consultórios particulares.

Agende uma consulta com a nossa equipe!

VIVA MAIS E MELHOR

Confira algumas atitudes simples do seu dia-a-dia que garantem a longevidade para poder desfrutar de muitos anos cheios de energia, produtivos e felizes.

LEVANTE DO SOFÁ

O sedentarismo é tão devastador quanto o tabagismo e a obesidade. A recomendação é treinar por 30 minutos quatro vezes por semana. Saia de casa para caminhar, andar, "passear";

AUMENTE OS PASSOS

Pequenas mudanças no comportamento, como trocar o canal de TV sem usar o controle remoto, utilizar as escadas em vez de elevador, podem mesmo fazer a diferença na prevenção de doenças;

VALORIZE SEU SONO

Sete horas de sono são suficientes para descansar o corpo e a mente. Passar de nove ou não chegar a pelo menos cinco horas por noite, contribui para o envelhecimento do cérebro e pode levar à perda da memória;

RESPIRE E RELAXE

A ansiedade estimula o envelhecimento, aumenta a frequência cardíaca a acelera todo o organismo, dificultando suas defesas contra várias doenças. Pratique exercícios de relaxamento corporal ou meditação e pense que tanto os maus quanto os bons momentos não são eternos

TREINE SEU CÉREBRO

Atividades mentais como ler, escrever, jogar xadrez e dama, preservam a integridade das estruturas do cérebro e estimulam a regeneração celular;

ACERTE NA ALIMENTAÇÃO

A alimentação é o parceiro número 1 da vida saudável.

APROXIME-SE DOS AMIGOS

Tenha um bom círculo de amigos. A solidão é maléfica para a saúde. Pessoas solitárias e que abandonam suas atividades corriqueiras, levam o cérebro e corpo a se tornarem sedentários, o que aumenta o risco de morte prematura;

MANTENHA A CONCENTRAÇÃO

Pessoas focadas e com alto nível de atenção têm grandes chances de viver mais;

TENHA OBJETIVOS

Estabeleça planos e metas de vida. Para envelhecer bem é fundamental estar inserido na sociedade e se manter ativo e com projetos a perseguir;

Setor de Enfermagem

Diariamente, das 13 às 17h, as enfermeiras da clínica estão disponíveis no 5º andar (sala 502) para atender ao associado em caso de dúvidas sobre o uso correto de medicação, indicação para consulta médica (qual médico deve ser agendado para determinado problema de saúde) auxílio quanto à prescrição ou recomendação médica, instruções sobre o uso do aparelho de glicemia capilar e de pressão arterial, curativos e demais questões relacionadas à saúde do associado.

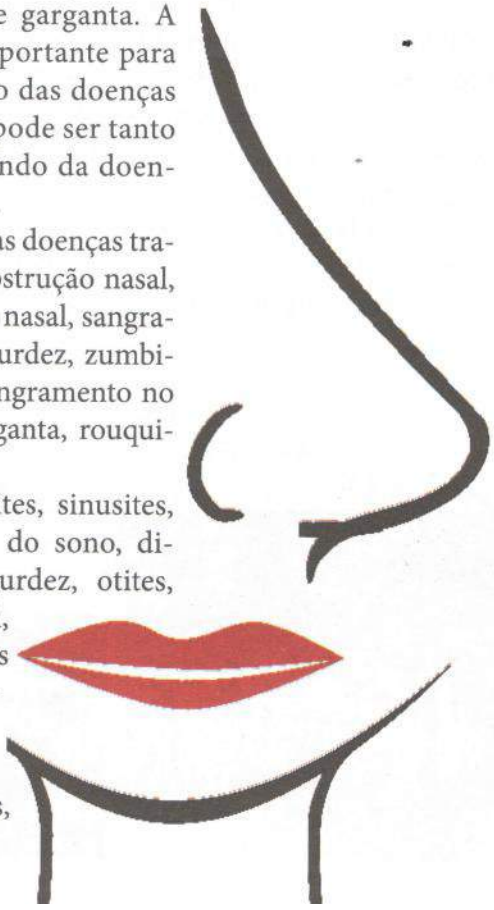
A COOPEDER agora tem um Otorrinolaringologista

O Otorrinolaringologista é o médico que trata das doenças dos ouvidos, nariz e garganta. A avaliação do Otorrino é muito importante para o correto diagnóstico e tratamento das doenças que se manifestam. O tratamento pode ser tanto cirúrgico quanto clínico, dependendo da doença e de cada caso especificamente.

Os sinais e sintomas mais comuns das doenças tratadas por essa especialidade são: obstrução nasal, dor de cabeça, dor na face, secreção nasal, sangramento nasal, dificuldade auditiva/surdez, zumbido, tontura, secreção no ouvido, sangramento no ouvido, dor de ouvido, dor de garganta, rouquidão, roncos.

As doenças mais comuns são rinites, sinusites, desvio do septo nasal, distúrbios do sono, diminuição da acuidade auditiva/surdez, otites, amigdalite/faringite, paralisia facial, distúrbios da deglutição, alterações das pregas vocais, distúrbios do labirinto.

Nossa otorrino atende na clínica no período da manhã às segundas, terças e sextas-feiras.



Festa Junina do Projeto Vida Viva

O setor de Grupoterapia Psicossocial realizou no dia dez de julho, o 1º ARRAIÁ DO PROJETO VIDA VIVA!

O encontro festivo foi marcado por muita alegria e descontração, encerrando as atividades do primeiro semestre de 2015. Houve apresentações artísticas de todos os grupos, saboroso lanche típico, sorteio de brindes e premiação aos participantes.
Foi um momento de confraternização e união entre os grupos que participam do projeto.

50 anos de Coopeder

Homenagem ao Dr, Luiz Leal

No dia trinta de junho de 2015, o clínico geral Dr. Luiz Leal completou 50 anos de serviços prestados à COOPEDER. Agradecemos o trabalho realizado com tanta competência e dedicação.

Encontro com os associados em busca da melhoria da cooperativa

Estão acontecendo assembleias nas Coordenadorias Regionais em que o Presidente explana sobre a COOPEDER. O objetivo é promover o debate e ouvir o associado buscando promover as melhorias possíveis para cada região.
Em Oliveira, Varginha e Pará de Minas, regionais onde já aconteceram os encontros, tudo o que foi solicitado será estudado e implantado, dentro das possibilidades.
A presença de todos é muito importante!!! A data e o local das assembleias são divulgados com antecedência, por carta. Fique atento e participe!

ASSOCIADOS DAS REGIONAIS

A Coopeder precisa te ouvir. Não deixe de enviar suas sugestões e críticas para o e-mail presidentecoop@coopeder.org.br para que possamos sempre melhorar o atendimento a você.

PARÁ DE MINAS

VARGINHA

OLIVEIRA

VOCÊ AINDA NÃO É ASSOCIADO COOPEDER?

Se associar é fácil! Saiba como:

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

Comparecer a sede regional da COOPEDER para preencher os formulários necessários com a cópia dos seguintes documentos:

- Identidade
- CPF
- Foto 3x4 recente
- Último contra cheque
- Comprovante de endereço

Caso queira colocar algum dependente preferencial, agregado ou vinculado, entre em contato com a Secretaria Geral pelos telefones (31)3526-9408/3526-9432, para se informar da documentação necessária.

TAXAS PARA SE ASSOCIAR

- Capital Mínimo Subscrito no valor de R$400,00 que pode ser dividido em 5 parcelas de R$80,00.
- Taxa de inscrição no valor de R$100,00 (cobrado apenas uma vez no ato da inscrição)
- Mensalidade de acordo com a remuneração:

Remuneração até R$2.000,00	**mensalidade de R$38,00(trinta e oito reais)**
Remuneração entre R$2.000,01 a R$4.000,00	**mensalidade de R$55,00(cinquenta e cinco reais)**
Remuneração entre R$4.000,01 a R$6.000,00	**mensalidade de R$66,00(sessenta e seis reais)**
Remuneração acima de R$ 6.000,01	**mensalidade de R$80,00(oitenta reais)**

OBS: Caso opte pela adesão ao plano de saúde da UNIMED BH, pagará o valor da mensalidade de acordo com o plano e faixa etária, mais a taxa única de adesão ao plano no valor de R$20,00.

PODEM SE ASSOCIAR

Podem ser beneficiários da COOPEDER o associado titular e os seus dependentes, nas modalidades de dependentes preferenciais, dependentes agregados e dependentes vinculados.

São considerados dependentes preferenciais:

- Cônjuge ou companheira (o);
- Filhos ou enteados menores de 24 anos;
- Menores de 18 anos de idade que estejam sob tutela, ou menores de 24 anos, que estejam sob curatela do associado.

São considerados dependentes agregados:

- Filhos e enteados maiores de 24 anos, até 45 anos incompletos;
- Netos, enteados netos e bisnetos até 45 anos incompletos;
- Genros e noras até 45 anos incompletos;
- Sobrinhos e sobrinhos netos até 45 anos incompletos;
- Irmãos, não tutelados, até 45 anos incompletos;
- Curatelados maiores de 24 anos, até 45 anos incompletos.

São considerados dependentes vinculados:

- Pai e mãe;
- Sogro e sogra;
- Filhos e enteados com idade superior a 45 anos;
- Netos, enteados netos e bisnetos com idade superior a 45 anos;
- Genros e noras com idade superior a 45 anos;
- Sobrinhos e sobrinhos netos com idade superior a 45 anos;
- Irmãos com idade superior a 45 anos;
- Curatelados com idade superior a 45 anos.

ALTERAÇÃO DO SEGURO DE VIDA DOS COOPERADOS

A COOPEDER buscando a tranquilidade do servidor e de sua família, mantém como estipulante, há mais de dez anos, um Seguro de Vida em Grupo, do qual, todos os servidores do DER MG podem participar mediante pagamento mensal com desconto no contracheque. A partir de setembro/2015 firmamos uma nova parceria com a AXA Seguros.

COBERTURAS

- Morte por Qualquer Causa;
- Morte Acidental – IEA (Indenização Especial por Acidente);
- Invalidez Funcional Permanente Total por Doença – IFPD
- Invalidez Permanente Total ou Parcial por Acidente – IPA (Pagamento integral ou parcial aos servidores com menos de 65 anos e 50% do capital para os que tiverem acima de 65 anos).
- Inclusão Facultativa de Cônjuge – 50% do Capital de Morte por Qualquer Causa

NOVIDADES

- Assistência Funeral Familiar, de R$ 3.000,00 (cobertura para titular, cônjuge e filhos e enteados até 21 anos).
- Sorteio Semanal de R$ 15.000,00 pela Loteria Federal do Brasil. Observação: Cada segurado receberá 10 números da sorte de R$ 1.500,00, para ampliar suas chances de contemplação.
- Auxilio alimentação (R$ 150,00 por mês durante 06 meses na falta do titular – pago de uma só vez no momento da indenização).
- Correção anual da indenização pelo IPCA.

Para saber mais informações sobre o seguro de vida, entre em nosso site www.coopeder.org.br ou ligue: (31)3526-9462.

ATENÇÃO ASSOCIADAS!
ESCLEROTERAPIA NA CLÍNICA COOPEDER

A escleroterapia, também chamada de "aplicação" ou até mesmo de "queimar vasinhos" é um procedimento médico realizado para o tratamento de vasos sanguíneos dilatados, ou seja, varizes nos mais diversos tamanhos. Na maior parte dos casos tem o objetivo estético, porém também é utilizado como tratamento de doenças.

Marque sua sessão para este ano, a agenda do Dr. Sérgio de Almeida Machado possui horários!

Você sabia? Todo associado ao realizar suas compras a vista ou com desconto em folha no supermercado e farmácia da COOPEDER tem desconto de 3% no valor total da compra? Verifique nossas ofertas e aproveite esse benefício! **ECONOMIZE!**