

# PROGRAMA **IDOSO BEM CUIDADO**



## **Quer saber mais?**

Entre em contato conosco:

Espaço Viver Bem  
Av. Cesário Alvim, 3521 - Bairro Brasil  
(34) 3239 6937  
[saudeintegral@unimeduberlandia.coop.br](mailto:saudeintegral@unimeduberlandia.coop.br)



@UnimedUberlandia

[www.unimeduberlandia.coop.br](http://www.unimeduberlandia.coop.br)

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



**ESPAÇO  
VIVER BEM**



Envelhecer faz parte do ciclo natural da vida, e pode ser um processo saudável quando conta com a assistência adequada e a construção de uma rotina de bons hábitos.

O Programa Idoso Bem Cuidado tem por objetivo oferecer ações que estimulem o autocuidado e a interdisciplinaridade, com o intuito de promover o bem-estar e a qualidade de vida do idoso.

### **Atividades**

- Palestras e Oficinas;
- Atendimento multiprofissional;
- Visita domiciliar;
- Atividade de lazer assistida;
- Incentivo à atividade física;
- Duração de 12 meses.

### **Quem pode participar**

- Beneficiários Unimed Uberlândia;
- Ter idade igual ou superior a 60 anos;

- Residir na zona urbana de Uberlândia;
- Possuir cuidador nomeado pela família.

### **Inscrições**

- Pode ser através da indicação Médica pelo sistema Irys ou JMJ;
- Encaminhar e-mail para: [saudeintegral@unimeduberandia.coop.br](mailto:saudeintegral@unimeduberandia.coop.br) informando nome completo, número da carteira e telefone;
- Espaço Viver Bem, na Av. Cesário Alvim, 3521 Telefone (34) 3239-6937.

Vale lembrar que a participação no programa é um benefício que lhe é oferecido, e que a decisão de participação e permanência é de responsabilidade do cliente, que a qualquer momento poderá optar por ser excluído. Não há custos extras para o cliente Unimed Uberlândia participar das atividades com a equipe multiprofissional da Medicina Preventiva.