

PROGRAMA **VIVA LEVE**



Quer saber mais?

Entre em contato conosco:

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



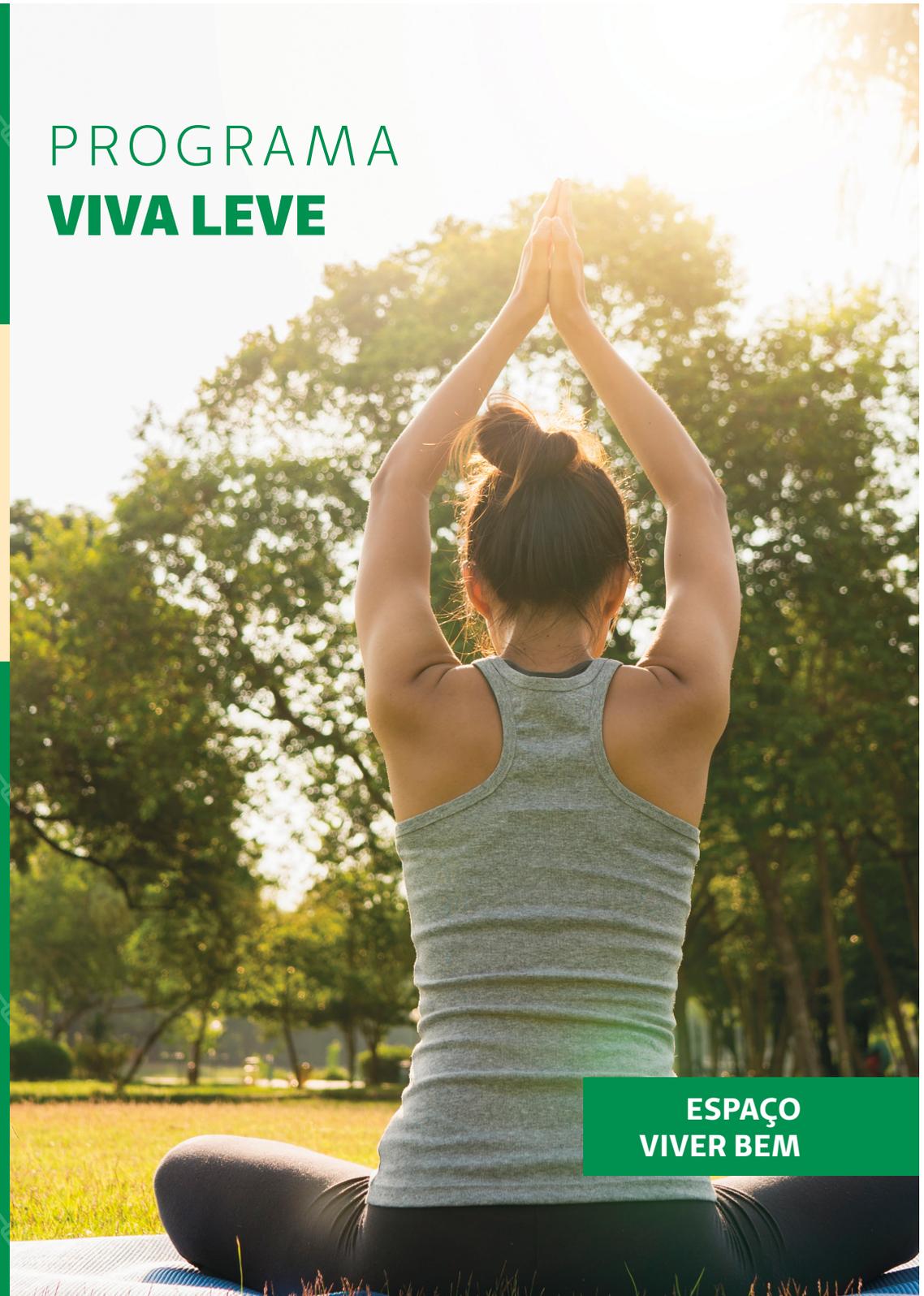
@UnimedUberlândia

www.unimeduberlandia.coop.br

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Uberlândia

**ESPAÇO
VIVER BEM**



O Programa Viva Leve tem duração de 12 meses e oferece orientações aos clientes para que estes adquiram novos hábitos de vida, voltados para uma alimentação saudável, prática de atividade física e saúde mental, favorecendo a redução do peso e prevenindo assim, complicações na saúde e/ou adoecimento.

Atividades

- Palestras e Oficinas;
- Atendimento com equipe multiprofissional;
- Incentivo à atividade física.

Quem pode participar

- Beneficiários ativos nos planos da Unimed Uberlândia;
- Idade superior a 18 anos;
- Estar com sobrepeso ou obesidade (IMC > 25,0 kg/m²) e/ou apresentar alterações nos exames de colesterol, glicemia de jejum, triglicérides, ácido úrico, função tireoidiana.

Inscrições

- O cliente poderá ser encaminhado pelo médico e setores dos Recursos Próprios da Unimed Uberlândia pelos sistemas Irys ou JMJ;
- Demanda espontânea com contato via e-mail: saudeintegral@unimeduberlandia.coop.br informando nome completo, número da carteirinha e telefone;
- Demanda espontânea com contato pelo telefone (34) 3239-6937;
- Comparecer ao Espaço Viver Bem pessoalmente – Av. Cesário Alvim, 3521.

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 não participar mais das atividades.

Não há custos extras para clientes Unimed Uberlândia participarem das atividades presenciais com a equipe multiprofissional da Medicina Preventiva.