



Courrier Assistance

O verão chegou! E agora? O que fazer para se cuidar nesta calorosa estação?

O verão C.S. Assistance já chegou, e se você já está no clima, é melhor se preparar para curtir essa calorosa estação com mais saúde e bem-estar. Para isso é preciso estar alerta para alguns cuidados essenciais com alimentação, hidratação e outras coisas que muita gente esquece quando o sol aparece. Essa é a época mais quente do ano e as pessoas aproveitam as férias para curtir este clima propício a viagens. Para a diversão durar mais, o cuidado também precisa chegar com prioridade máxima. Dê uma olhada nas dicas que nós preparamos para proteger você e toda a sua família!



Sol

As altas temperaturas, se não respeitado o horário de exposição ao sol, podem ser vilãs nesta época. Ou seja: evite a exposição solar entre 10h e 16h. Todo mundo sabe que nestes horários o sol pode ser prejudicial para a saúde, mas lembrar nunca é demais. Evite exposição excessiva e use sempre proteção solar de acordo com a sua pele. Com cautela você poderá curtir melhor o verão!

Agora que você está preparado para curtir os benefícios do verão com segurança, é hora de curtir. Aproveite para praticar exercícios físicos, correr ao ar livre, nadar, se reunir com os amigos para aquele futebol ou vôlei na areia. Quando o assunto é curtir o verão, a sua criatividade precisa estar sempre trabalhando. Movimente-se!

Novidade para os beneficiários C.S. Assistance

A partir deste mês, a Cooperativa de Saúde Assistance lança em seu "web site" o novo Portal do Beneficiário. Desenvolvido pela Assessoria de Tecnologia da Informação da Cooperativa, o novo sistema fornecerá conteúdos e serviços que melhoram o fluxo de informações sobre diversos serviços relacionados à prestação da saúde aos beneficiários.



Principais funcionalidades do Portal do Usuário

Dados Cadastrais: possibilita ao beneficiário consultar suas informações cadastrais, endereço de correspondência e informações sobre seu plano de saúde, tais como vigências, carências e coberturas.

Extrato de Gastos: possibilita ao beneficiário visualizar de forma detalhada e individualizada (para titular e dependentes) a composição dos valores de contribuição mensal.

Utilização dos Serviços e Coparticipação: possibilita ao beneficiário visualizar de forma detalhada e individualizada (para titular e dependentes) as informações sobre procedimentos realizados, tais como consultas, exames e internamentos.

Alimentação

Para refrescar e evitar aquela sensação "pesada" prefira alimentos leves e de fácil digestão, como frutas, saladas, grelhados, entre outros. O corpo funciona melhor e seu bem-estar continuará reinando neste verão!

Hidratação

Com tanto sol nosso corpo pede sempre mais água. Então não economize! Além de muita água, abuse dos hidratantes. Crianças e jovens mais ainda por estarem em constante movimento. Produtos para o cabelo com filtro solar e esfoliantes leves para evitar o ressecamento da pele são muito importantes também.

Roupas

Invista em roupas que facilitam a transpiração e utilize preferencialmente tecidos leves e macios.

Faturas do Beneficiário: permite que o beneficiário consulte as suas últimas faturas com a possibilidade de emitir a segunda via do seu boleto bancário;

Rede Credenciada: acesso a rede credenciada UNIMED;

"Com o Portal estaremos oferecendo ao beneficiário mais uma ferramenta de transparência, além de facilitar o acesso à informação. Além disso, a C.S. Assistance continuará implementando as medidas necessárias para garantir a sustentabilidade da Cooperativa e a melhor assistência ao beneficiário" afirma o Gerente de Relacionamento da Cooperativa, Ricardo Romero.

Para acessar o Portal do Usuário Assistance basta entrar em nosso "web site": **www.csassistance.com.br**.

Curiosidades das Copas do Mundo

Estamos entrando em mais um ano de copa do mundo. Mas desta vez será tudo diferente, pois a alegria e a festa serão 100% brasileira. Copa em casa... hexa em vista! Mas deixando o otimismo de lado, a C.S. Assistance, vai trazer todo mês uma curiosidade que marcou a história das copas do mundo de futebol. Neste mês vamos falar do primeiro título brasileiro em 1958. Você sabia que o capitão da seleção brasileira, Bellini, foi o primeiro a erguer a taça com as duas mãos para comemorar o título de um mundial? O gesto foi solicitado pelos fotógrafos, que não conseguiam registrar o momento devido à aglomeração de jornalistas no momento da entrega da taça. De lá para cá todos os capitães das seleções campeãs imitaram o gesto que se tornou marca registrada do nosso eterno capitão Bellini.

