

Associados antecipam o Carnaval na Asfeb Folia

Uma celebração inesquecível, em uma autêntica prévia do que será a maior festa popular de rua do mundo, o Carnaval de Salvador. Assim foi a edição de 2020 da Asfeb Folia que reuniu, no dia 26/1, no salão de eventos da Pupileira, associados, familiares e convidados para festejarem a vida. O salão ficou repleto de foliões que dançaram ao som das bandas Negra Cor, comandada pelo cantor Adelmo Casé, Filhos de Jorge e Missinho. Durante o evento, foi promovido um concurso de fantasias com a escolha do primeiro, segundo e terceiro colocados, nas categorias masculina e feminina. A festa foi *All Inclusive* com bebidas diversas e comidas de boteco. Confira mais imagens da festa na galeria de fotos do site da Asfeb: asfeb.org.br/social/galeria-de-fotos/.



Campeonato 2020 começa em abril

O ponta pé inicial do Campeonato de Futebol da Asfeb 2020 acontecerá no dia 4 de abril, na sede do clube social, no Jardim das Margaridas, em Salvador. A competição transcorrerá até o mês de novembro, quando serão realizados os jogos finais. O campeonato acontece no formato de turno e retorno e deve contar com a participação de cerca de 180 atletas. A expectativa é que 14 times disputem o título, em três categorias: Veteranos (a partir de 59 anos), Sênior (a partir de 42 anos) e Novos (a partir de 16 anos). Além de promover a integração social e a qualidade de vida dos associados, a disputa leva os atletas também a um exercício de responsabilidade social, com a arrecadação de alimentos não-perecíveis doados a instituições carentes.



Descontos em Camarotes

Se você vai passar o Carnaval em Salvador, a Asfeb está disponibilizando descontos em alguns camarotes, uma ótima opção para curtir em segurança a festa. Um dos mais concorridos da folia soteropolitana, Planeta Band está dando descontos de 10% para as opções open bar e All Inclusive. Isso para dois ingressos por CPF. Basta acessar o link disponível no site da Asfeb. Já o camarote Via Folia está dando desconto de 20%, até o dia 14/2, sob o ingresso individual. A compra pode ser feita na sede à Rua Greenfeld, 76, Sala 1, Barra. Mais informações pelo (71) 99660-5816. É necessário apresentar carteira social da Asfeb e documento de identidade com foto. Outra opção é o camarote Premier, que está dando 10% de descontos no ingresso individual (duas pessoas por CPF). Vendas a partir de 5/2. Informações pelo (71) 3181-4771.



Clube de Benefícios

Aproveite descontos em hotéis

No Clube de Benefícios da Asfeb, você encontra uma diversidade de ofertas incrível. Para quem está em férias ou quer um programa fora do Carnaval, por exemplo, há descontos em hotéis na Bahia e em outros estados. O Hotel Transamérica tem unidades na Bahia, mas também em São Paulo, Rio de Janeiro, Pernambuco e Paraná. Outro exemplo é o Vila Galé, que tem unidades no Rio Grande do Norte, Ceará, Pernambuco e Rio de Janeiro. Há ainda opções como o Hotel Termas de Caldas (Affego), em Caldas Novas, Goiás, e as colônias de férias da Affemg em Porto Seguro (Ba), Cabo Frio (RJ) e Guarujá (SP). Já para quem gosta de Carnaval, há alternativas em Salvador nos circuitos próximos à festa. Os descontos variam de 5% a 50% em diárias.



Saiba mais: www.asfeb.org.br/social/clube-de-beneficios/

Expediente da Asfeb no Carnaval

Sede Administrativa e Clínica Asfeb Saúde:

Funciona na sexta (21/2), das 7h às 12h, e reabre na quarta (26/2), das 14h às 18h

Clube Social - Salvador:

Funciona sábado e domingo, 22 e 23/2. Na terça-feira (25/2), estará fechado.

Deixe o Asfeb Sênior cuidar da sua qualidade de vida

Se você tem mais de 60 anos e acredita que merece uma atenção direta, personalizada, com monitoramento contínuo do seu quadro de saúde, saiba que existe um programa que lhe garante tudo isso e um pouco mais. O Asfeb Sênior é exatamente esse suporte indispensável para o beneficiário do Asfeb Saúde nessa faixa etária garantir sua qualidade de vida. Para fazer parte e ter acesso a essa atenção especial é só primeiro marcar uma consulta com um médico da Clínica Asfeb Saúde, assinar um termo de adesão, realizar os exames solicitados e retornar para diagnóstico final. Na ocasião, o beneficiário recebe todas as informações sobre o programa. No mínimo, uma vez por ano, a depender do diagnóstico médico, deve comparecer a clínica para uma nova consulta. Ligue para (71) 2201-8220 ou  98198-1398.



Campanha tem início com vacina contra meningite



Uma das principais ações anuais promovidas pelo Asfeb Saúde na área de prevenção de doenças, a campanha de vacinação tem início em março, em uma primeira etapa, com a vacina contra a meningite. As adesões podem ser feitas na área restrita do site da Asfeb até o dia 28/2, para beneficiários do plano de saúde que nunca tomaram a vacina. O estoque é limitado.

A vacinação acontece nos dias 18 e 19/3, 9h às 16h, na Clínica Asfeb Saúde, em Salvador, e na cidade de Feira de Santana. Só serão vacinados aqueles que fizerem a adesão prévia. A vacina disponibilizada pelo Asfeb Saúde protege contra meningite e infecções generalizadas, causadas pela bactéria meningococo dos tipos A, C, WeY.

Na sua segunda etapa, que acontece no período de 15 a 17/4, a campanha de vacinação vai oferecer as vacinas contra o vírus influenza + H1N1 e a pneumonia. A primeira, a vacina contra a gripe, deve ser tomada anualmente por todas as pessoas como forma de atualização do sistema imunológico contra as mutações dos vírus da gripe. Já a vacina contra a pneumonia é dose única, sem a necessidade de novas vacinações.

Solidão faz mal à saúde

A solidão não é considerada uma doença, mas faz mal à saúde. E, por isso, vem sendo nos últimos anos estudada por cientistas interessados em entender seus possíveis efeitos fisiológicos. Uma das descobertas é que seu impacto é semelhante ao do estresse, elevando no organismo o cortisol. Estudos da Universidade de Newcastle, Inglaterra, apontam que o cortisol quando alto promove uma maior exposição a problemas de saúde: doenças cardiovasculares, queda na imunidade, deixando pessoas mais propensas a gripes, resfriados e outras infecções, além de impactos na esfera mental, a exemplo de ansiedade, fobia e depressão. O assunto tem sido cada vez mais recorrente entre brasileiros, ao ponto de ter se tornado tema do livro *O dilema do porco-espinho*, de Leandro Karnal.



Parto normal evita riscos

Há mais de uma década, a ANS – Agência Nacional de Saúde Suplementar, realiza um trabalho contínuo para a promoção do parto normal e a redução na saúde suplementar do número de cesarianas desnecessárias, que, atualmente, atinge o alarmante índice de 84,6% dos partos. Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS), o índice razoável de cesáreas é de 15% dos nascimentos. A cesariana, quando não tem indicação médica, ocasiona riscos desnecessários à saúde da mulher e do bebê: aumenta em 120 vezes a probabilidade de problemas respiratórios para o recém-nascido e triplica o risco de morte da mãe. Ajude a mudar essa realidade e favorecer a saúde de mães e bebês!



Antes de ir a uma emergência, ligue para o Asfeb Sigma!



Salvador e Lauro de Freitas (71) 2202-8622
Feira de Santana 4020-8088
Demais Cidades da Bahia 0800 702 0173



Vitória da Conquista (77) 3425-8777

Acione pelo app Asfeb Saúde!

