

## Demonstrativos para declaração de IR estão disponíveis no site

Os demonstrativos de Pagamento e Reembolso do Plano de Saúde, para fins de declaração do Imposto de Renda de 2019, já estão disponíveis na área restrita do site da Asfeb. Para baixar os documentos, é necessário confirmar ou atualizar os dados cadastrais (endereço, e-mail e telefone) do beneficiário antes de prosseguir com o download. Os demonstrativos apresentam os pagamentos das mensalidades e os reembolsos efetuados no período. Para fins do IR, são deduzidas somente as parcelas dos dependentes declarados. As deduções estão sujeitas às regras estabelecidas pela legislação que regulamenta o imposto (Decreto nº 9.580/2018). Aqueles que possuem o Odonto System podem ter acesso aos informes no site do plano odontológico: <https://home.odontosystem.com.br/imposto-de-renda/>.



## Asfeb comemora Mês da Mulher com painel

Em comemoração ao Mês da Mulher, a Asfeb e o Núcleo de Desenvolvimento do Ser Humano (NDSH), da Sefaz, promovem no dia 5/3, no auditório da DAT Metro, às 15h30, o painel "Reinventando a Alma Feminina", coordenado pela psicóloga Ana Carvalho, com a participação das artistas plásticas Rina Dalence e Tatiana Brandão. Além do debate, a programação contará com sorteio de brindes aos participantes e coffee break. No saguão de entrada da DAT Metro, será possível visitar a exposição de quadros (aquarelas e pinturas em acrílico) "Mulheres Expressando o Feminino", que retrata as mulheres nas suas diversas expressões e sentimentos. A exposição segue aberta ao público até o dia 30/3.

## Torneio Início acontece 4 de abril

O troféu que os vencedores do Torneio Início ganharão leva o nome do associado Antônio Silva Rocha, homenagem a um dos mais frequentes "boleiros" da Asfeb e líder do time Safos. O Torneio acontece no dia 4/4, a partir das 9h, na sede do clube social em Salvador, e marca o início do Campeonato de Futebol, que acontece até o mês de novembro. Tanto do torneio quanto do campeonato participam 16 times, em três categorias: Veteranos (a partir de 59 anos), Sênior (a partir de 42 anos) e Novos (a partir de 16 anos). O campeonato da Asfeb é considerado uma das competições amadoras mais tradicionais da capital, promovendo simultaneamente a integração social e a promoção da prática de atividade física.



REALIZE SEU EVENTO NO

**CLUBE  
ASFEB**Rua Francisco de Assis, nº 1183, Jardim das Margaridas, Salvador-BA.  
Mais informações, ligue para (71) 2201-8285 / 98112-5386.

## Clube de Benefícios

### Descontos em materiais hospitalares em Salvador

O Clube de Benefícios disponibiliza para os associados da Asfeb descontos especiais em Salvador na compra e aluguel de equipamentos hospitalares com foco no uso domiciliar, através de convênio com a



S.O.S. Materiais Hospitalares. São descontos de 10% para compra e 15% para locação de muletas, cadeiras de roda, andadores, cama hospitalar, barras de apoio etc. A empresa também realiza serviço de manutenção periódica dos produtos, com alta qualidade e experiência. Mais informações pelo telefone (71) 3329-7450. Para usufruir dos benefícios do clube, é necessário apresentar a carteira social da Asfeb acompanhada de documento de identificação com foto.

### Remédios com descontos em Feira de Santana

Para os associados que residem em Feira de Santana, o Clube de Benefícios disponibiliza descontos de



até 80% (oitenta por cento) na compra do mix de produtos em todas as lojas que compõem a rede da Farmácia da Economia, mediante a apresentação de carteira de associado e documento de identificação com foto. A Farmácia Economia é considerada um símbolo de tradição na cidade, com preços acessíveis e grande oferta de medicamentos. A tabela de descontos está disponível no site da Asfeb. Mais informações podem ser obtidas por meio do telefone (75) 3625-0500.

Saiba mais: [www.asfeb.org.br/social/clube-de-beneficios/](http://www.asfeb.org.br/social/clube-de-beneficios/)

# Previna-se! Vacine-se contra gripe e pneumonia

A ciência tem reafirmado que é muito melhor e mais fácil prevenir uma enfermidade do que tratá-la. E é isso que as vacinas fazem. A vacinação não apenas protege aqueles que recebem a vacina, mas também ajuda a comunidade como um todo, já que reduz as chances de contaminação. Os imunizantes são seguros e não causam doença. Eles induzem o corpo a produzir os anticorpos necessários à proteção.

Em uma segunda etapa de sua campanha anual, o Asfeb Saúde está disponibilizando para os seus beneficiários as vacinas contra a gripe (influenza + H1N1) e a pneumonia. A vacina contra influenza oferecida pelo plano é quadrivalente, ou seja, com cobertura para quatro tipos do vírus da gripe, tendo amplitude maior do que a disponibilizada pelo SUS. Os beneficiários devem aderir à campanha acessando a área restrita do site da instituição até o dia 27/3 e informar nome do titular e dos dependentes que serão vacinados.

A vacina contra a gripe deve ser tomada todos os anos, como meio de atualizar o sistema imunológico contra as mutações do vírus. Já a contra pneumonia não exige reforço.

A segunda etapa da campanha acontecerá de 15 a 17/4, em Salvador, Feira de Santana, Ilhéus, Itabuna, Jequié e Vitória da Conquista. Só poderão se vacinar os beneficiários do plano de saúde que fizeram sua adesão previamente. Com a expansão do coronavírus no mundo e sua chegada ao Brasil, o Ministério da Saúde está, inclusive, antecipando a campanha de vacinação contra a gripe, para reduzir o número de pessoas gripadas no começo do inverno, fortalecer seus sistemas imunológicos e permitir um diagnóstico mais ágil no caso de contaminação pelo novo vírus.



## Beneficiário do Asfeb Saúde é corresponsável pelo plano

Como cogestor do Asfeb Saúde, o beneficiário deve levar sempre em conta formas de otimizar o uso do plano e eliminar gastos desnecessários. Afinal de contas, o plano funciona na modalidade condominial, com todas as despesas sendo rateadas por todos. Um dos caminhos é organizar a sua ida a médicos de sua confiança para evitar a sobreposição de exames. O excesso pode causar danos à saúde. Além disso, seus últimos exames devem ser levados com você. Eles poderão ser úteis para o diagnóstico e até mesmo na definição de exames complementares. É sempre bom lembrar que o Asfeb Saúde tem uma clínica própria com profissionais de saúde qualificados de diversas especialidades. Nela você pode ter consultas com hora marcada e estacionamento próprio com manobrista. Ligue (71) 2201-8220 ou entre em contato pelo (71) 99198-1398 e marque sua consulta.



## O câncer e a importância da nutrição

Ficar atento à nutrição durante o câncer pode ajudar no fortalecimento do organismo e até mesmo a lidar com os efeitos colaterais de certos tratamentos. O câncer e seus tratamentos podem afetar o paladar, o olfato, o apetite e a capacidade do paciente de se alimentar ou absorver os nutrientes dos alimentos. Isso pode, consequentemente, causar desnutrição, que é provocada pela falta dos nutrientes essenciais. Comer determinados tipos de alimentos antes, durante e depois do tratamento do câncer, ajuda a fortalecer o organismo, fazendo com que o paciente se sinta melhor e mais disposto. Uma boa ideia para quem não sabe como manter uma dieta saudável nessas condições é procurar um profissional para orientá-lo. A Clínica Asfeb Saúde conta com nutricionista à disposição. Ligue e marca uma consulta: (71) 2201-8220 ou entre em contato pelo (71) 99198-1398.

## Tenha o plano na palma da mão!

No aplicativo Asfeb Saúde, você conta com toda a rede credenciada na palma de sua mão - médicos, clínicas e hospitais que integram a rede do plano, com endereço, telefone e e-mail e até mesmo mapa de localização. Com o app no celular você tem acesso a sua carteira digital do Asfeb Saúde e de todos os seus dependentes. É só baixar o aplicativo na Google Play (Androide) ou na Apple Store (IOS) e tê-lo no seu celular ou tablet. As vantagens de ter o app são inúmeras. Dele, por exemplo, você pode ainda ligar para o Asfeb Sigma e ser atendido em casa por uma equipe de saúde. Não perca tempo. Baixe hoje mesmo!

### Faça o download do App Asfeb Saúde!

O cartão de identificação do Asfeb Saúde contém as seguintes informações:

|                        |  |                                |
|------------------------|--|--------------------------------|
| 1062930000             | Garantindo o bem-estar de sua família. | 01/03/1993                     |
| Maria do Carmo Santana | M                                      | 31/12/2020                     |
| 21/05/1980             | M                                      | Validade                       |
| 01/03/1993             | Adesão                                 |                                |
| Titular                | AMB HOSP OBST                          | Estado da Bahia                |
| Segmentação            | CARENCIAS                              | Abrangência Geográfica         |
| Isento de Carência     |  | Apartamento                    |
|                        |  | Coletivo por Adesão Contratado |
|                        |  | CNS 706501311917593            |

**Baixe com um leitor QR**

**Passo a passo para baixar e acessar o app:**

- 1 Se seu aparelho for Android, baixe o Guia Asfeb na Play Store. Se for Iphone, baixe na Apple Store.
- 2 Abra o app e clique no ícone de configurações, no canto superior direito da tela do aplicativo. Depois clique em "Efetuar Login".
- 3 Insira seu *Usuário* e *Senha*.