

## REGULAMENTO DO ESPAÇO SAÚDE

O Espaço Saúde do ADUFG-Sindicato abriga diversas atividades destinadas à melhoria do bem-estar dos (as) sindicalizados (as), dependentes e agregados (as).

### CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO

- Os atendimentos no Espaço Cultural de Lazer e Saúde são exclusivos para sindicalizados (as) ao ADUFG-Sindicato e agregados (as) usuários (as) do Plano de Saúde Unimed/ADUFG. Os agregados (as) não usuários (as) do Plano de Saúde Técnico-administrativos usuários do plano de saúde poderão ser atendidos (as) se houver disponibilidade de horários e mediante pagamento (Tabela anexa).
- **Atividades gratuitas\* para usuários do Plano de Saúde UNIMED/ADUFG:** RPG e FISIOTERAPIA UROGINECOLÓGICA - 10 sessões para usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG a cada ano de execução do plano (outubro a setembro do próximo ano). Se houver necessidade, indicada pelo prestador, o (a) paciente poderá fazer mais sessões mediante o pagamento (tabela anexa). (Vide regulamento Fundo de Reserva).

**\*Atividades gratuitas contempla somente Professores Sindicalizados, dependentes ,agregados e técnicos administrativos usuários do Plano de Saúde UNIMED/ADUFG.**

- Os pagamentos de pacotes de massagem relaxante, drenagem linfática e RPG poderão ser divididos em 2 (duas) vezes.
- O pagamento dos pacotes de nutrição poderá ser dividido em 3 (três) vezes (trimestral) ou em 5 (cinco) vezes (semestral).
- Os pagamentos deverão ser antecipados e efetuados no departamento financeiro do ADUFG Sindicato em horário comercial das 08h às 18h de acordo com o vencimento da mensalidade do usuário, através de pix, cheque, transferência bancária e dinheiro.
- Os pagamentos também poderão ser realizados através de cartão de crédito e débito com acréscimo da taxa da operadora.

- Para os pagamentos via PIX *Chave PIX: 629811-8823 Transferência Bancária*  
*Dados Bancários: banco: 756 (SICOOB), Ag. 5004, C/C: 117.718-4*
- O agendamento dos serviços será garantido mediante o pagamento mensal.
- Não serão permitidos pagamentos por sessão, exceto para RPG , massagem relaxante, fisioterapia uroginecológica.
- As sessões de reposição deverão ser realizadas no mês vigente do plano.
- A primeira sessão das atividades é destinada à avaliação física do paciente.
- É obrigatório o uso de traje apropriado de acordo com a modalidade escolhida definida neste regulamento.
- As sessões das atividades terão duração de 50 (cinquenta) minutos, iniciando sempre no horário marcado.
- A tolerância máxima para atrasos é de 10 (dez) minutos. Após esse período a sessão será considerada realizada.
- O desmarque dos atendimentos deverá ser realizado com no mínimo 4 (quatro) horas de antecedência, via e-mail, telefone, WhatsApp ou pessoalmente. Se o cancelamento não for realizado dentro deste prazo será considerado falta.
- É permitido o cancelamento de até 02 (duas) sessões no mês.
- Após 3 (três) faltas não justificadas, o paciente perderá o horário e o direito a reposição.
- O sindicato não se responsabiliza por objetos esquecidos nas salas ou banheiros.
- O **prazo máximo** para que cada paciente possa usufruir do pacote das atividades **será de 3 meses**, contados a partir da primeira sessão. Caso ultrapasse o prazo de 3 meses, o pacote será cancelado.
- O armário do banheiro poderá ser utilizado somente durante a aula ou sessão. As chaves deverão ser deixadas no armário no término das atividades.
- Os casos omissos serão resolvidos pela Direção da mesma.

## SERVIÇOS OFERECIDOS

### RPG

#### Horários de atendimento

Dia	Horário
Segunda à sexta-feira	07h às 18h

- É obrigatório a apresentação do encaminhamento médico. (Vide regulamento Fundo de Reserva).
- A idade mínima para a realização é de 10 anos.
- **É obrigatório o uso de traje apropriado** (por exemplo: short/calça para ginástica, top).
- Para menores de 18 (dezoito) anos é obrigatório a presença do responsável.
- Um novo pacote só poderá ser adquirido após o encerramento do pacote vigente e mediante solicitação do profissional.

### FISIOTERAPIA UROGINECOLÓGICA

#### Horários de atendimento

Dia	Horário
Segunda - feira	09h ás 12h / 14h ás 17h
Quarta - feira	08h ás 12h / 13h ás 17h

- Os interessados deverão entrar em contato com o setor de planos assistenciais do sindicato, onde será liberado o voucher para realização das sessões com prestador definido pelo Sindicato.

## NUTRIÇÃO

### Horários de atendimento

Dia	Horário
Segunda e quarta-feira	08h às 12h
Terça e quinta-feira	13h às 17h

- A primeira consulta terá duração de até 60 minutos, sempre com início no horário marcado.
- O retorno terá duração de 30 minutos. Na primeira consulta, é indispensável a realização da avaliação física. O paciente deve trazer os exames de sangue realizados em até 6 meses, caso os possua.

## PILATES

### Horários de atendimento

Dia	Horário
De segunda a sexta-feira.	07h às 19h

- É obrigatória a apresentação **de ATESTADO MÉDICO para a realização da atividade.**
- É obrigatório o uso de traje apropriado (**short/calça ginástica, camiseta, meia antiderrapante e toalha**).
- As aulas de Pilates podem acontecer em grupos de até 4 pessoas.
- Para participar desse programa o paciente deverá apresentar independência funcional.

## **DRENAGEM LINFÁTICA E MASSAGEM RELAXANTE**

### **Horários de atendimento**

<b>Dia</b>	<b>Horário</b>
Segunda à sexta-feira	07h às 19h

- É obrigatório o uso de traje apropriado (**lingerie ou, se preferir, traje de banho para mulheres e bermuda para homens**).
- A paciente deverá usar a própria lingerie ou, se preferir, traje de banho. **Para os homens o traje é obrigatório.** É recomendado trazer uma toalha de rosto
- A modalidade é limitada a um pacote de 10 (dez) sessões. Caso o paciente tenha interesse em realizar mais sessões, será permitido caso haja disponibilidade de vagas. Um novo pacote só poderá ser adquirido após o encerramento do pacote vigente e mediante solicitação do profissional.
- Não é permitida a presença de acompanhantes durante as sessões.

## **TAI CHI CHUAN – SUSPENSO TEMPORARIAMENTE**

### **Horários de atendimento**

<b>Dia</b>	<b>Horário</b>
Segunda e quarta-feira	18 às 19h

- As aulas terão duração de 01 (uma) hora;
- Recomenda-se o uso de roupa confortável.

## **RITMOS**

### **Horários de atendimento**

<b>Dia</b>	<b>Horário</b>
Terça-feira e quinta-feira	09h às 09h45

- As aulas terão duração de 45 minutos;
- Recomenda-se o uso de roupa confortável.

## **IOGA**

### **Horários de atendimento**

<b>Dia</b>	<b>Horário</b>
Segunda e quarta-feira	18h às 19h
Terça e quinta-feira	08h às 09h

- As aulas terão duração de 01 (uma) hora;
- Recomenda-se o uso de roupa confortável

## **ESTIMULAÇÃO COGNITIVA**

### **Horários de atendimento**

<b>Dia</b>	<b>Horário</b>
Segunda - feira	13:30 as 15:30

- Idade acima de 60 anos
- As aulas terão duração de 01 (uma) hora;
- Recomenda-se o uso de roupa confortável

## ANEXO

**1. Tabelas de Valores dos serviços oferecidos no Espaço Saúde do ADUFG-Sindicato:**

<b>PILATES</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos- administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Uma aula por semana	R\$ 60,00	R\$ 84,00
Duas aulas por semana	R\$ 120,00	R\$ 168,00
Três aulas por semana	R\$ 180,00	R\$ 252,00

<b>RPG</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos- administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Gratuito* (dez sessões)	X	-
Pacote com 10 sessões	R\$ 480,00	R\$ 600,00
Uma sessão	R\$ 84,00	R\$ 108,00

<b>FISIOTERAPIA UROGINECOLOGICA</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos-administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Gratis* (dez sessões)	X	-
Pacote com 10 sessões	R\$ 1.860,00	R\$ 2.040,00
Pacote com 5 sessões	R\$ 720,00	-
Uma sessão	R\$ 156,00	R\$ 222,00

<b>DRENAGEM LINFÁTICA</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos-administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Pacote com 10 sessões	R\$ 420,00	R\$ 600,00

<b>MASSAGEM RELAXANTE</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos-administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Pacote com 10 sessões	R\$ 420,00	R\$ 600,00
Sessão individual	R\$ 60,00	R\$ 84,00

<b>TAI CHI CHUAN (SUSPENSO TEMPORARIAMENTE)</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos- administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Duas aulas por semana	R\$ 100,00	R\$ 120,00

<b>RITMOS</b>		
	<b>Professores (as) filiados ao Adufg Sindicato</b>	<b>Dependentes Não- usuários do Plano de Saúde Unimed/ADUFG e técnicos- administrativos usuários do plano</b>
<b>Descrição</b>	<b>Valor mensal</b>	<b>Valor mensal</b>
Duas aulas por semana	R\$ 60,00	R\$ 84,00

<b>NUTRIÇÃO*</b>	
<b>Descrição de serviço</b>	<b>Valor Fixo</b>
Pacote trimestral*	R\$ 240,00
Pacote semestral*	R\$ 396,00

- O pacote da modalidade nutrição inclui consulta e retornos quinzenais.

<b>IOGA*</b>	
<b>Descrição do Produto</b>	<b>Valor Fixo</b>
Uma aula por semana	R\$ 60,00
Duas aulas por semana	R\$ 100,00

<b>ESTIMULAÇÃO COGNITIVA</b>	
<b>Descrição do Produto</b>	<b>Valor Fixo</b>
Uma sessão por semana	R\$ 200,00