

**MARINHA DO BRASIL**  
**DIRETORIA DE COMUNICAÇÕES E TECNOLOGIA DA INFORMAÇÃO DA MARINHA**  
**BOLETIM DE ORDENS E NOTÍCIAS**  
**Nº 010 DE 28 DE JUNHO DE 2013**

**BONO ESPECIAL**

**SEDE**

SERVIÇO DE ASSISTÊNCIA SOCIAL DA MARINHA

Abrijo do Marinheiro (AMN) - Carteira de Assistência Médica e Hospitalar para o Pessoal da Marinha do Brasil (CAMHPMB) - Planos de Saúde da Unimed-Rio - PROGRAMA GESTAÇÃO SAUDÁVEL - A Unimed-Rio solicitou divulgar que estão abertas inscrições para o Programa Gestaçã Saudável a todas beneficiárias gestantes que possuem planos de saúde oferecidos por meio do seu contrato do AMN.

Além de ser um programa completamente gratuito, as gestantes participantes recebem informações de qualidade e suporte emocional, que incluem:

- Atendimento psicológico para esclarecer aspectos psicossociais da gestaçã, parto, pós-parto, amamentaçã e relaça mãe-bebê;
- Orientaçã nutricional sobre a alimentaça nestas novas fases da mulher;
- Esclarecimentos sobre imunizaçõs; e
- Informaçõs sobre saúde bucal na gravidez com dentistas.

As interessadas em participar do programa poderã obter outros esclarecimentos e mesmo se inscrever por meio do telefone (21)3139-7577 (Enf. Juliana Martins) ou via o e-mail [paravivermelhor@unimedrio.com.br](mailto:paravivermelhor@unimedrio.com.br)

A programaçã da Unimed-Rio contempla encontros por grupo, conforme datas e locais abaixo, de acordo com a comodidade das gestantes já inscritas (ou a se inscrever):

- BARRA LIFE - Grupo 75 - Av. Armando Lombardi nº 1.000 - SALA 324 - 08h30 até 12h30 (sábados) - 06JUL, 13JUL, 20JUL e 27JUL (participaçã dos maridos).

- BARRA LIFE - Grupo 76 - Av. Armando Lombardi nº 1.000 - SALA 324 - 08h30 até 12h30 (sábados) - 10AGO, 17AGO, 24AGO e 31AGO (participaçã dos maridos).

- BARRA LIFE - Grupo 77 - Av. Armando Lombardi nº 1.000 - SALA 324 - 08h30 até 12h30 (sábados) - 14SET, 21SET, 28SET e 05OUT (participaçã dos maridos).

Às participantes serã distribuídos brindes e terã direito a uma visita domiciliar de uma enfermeira entre os 15 primeiros dias de nascido do bebê. Lembrando que a gestante pode realizar a reposiça dos encontros caso necessite se ausentar em alguma dessas datas.

Solicita-se ampla divulgaça, inclusive aos militares e servidores civis inativos e respectivos pensionistas.

BONO ESPECIAL GERAL Nº 010/2013.

Visite a página da Marinha na Internet - ([www.mar.mil.br](http://www.mar.mil.br)) onde poderã ser conhecidas as atividades desenvolvidas pela Marinha do Brasil.