

B3

Moedas

Ibovespa 205.430 pts ↑ 0,54%

Dólar Comercial R\$ 5,073 ↓ -0,28%

Dólar Turismo R\$ 5,273 ↓ -0,14%

Euro Comercial R\$ 5,702 ↓ -0,06%

Euro Turismo R\$ 5,935 ↑ 0,05%

Outubro Rosa reúne cerca de 100 pessoas no Sistema OCB/RJ para discutir prevenção, autocuidado e autoestima



O auditório do Sistema OCB/RJ, no Centro do Rio de Janeiro, recebeu mais de 100 pessoas na quinta-feira, 15 de outubro, para uma programação especial em alusão ao Outubro Rosa. Promovido pelo Comitê de Gênero Dona Terezita, órgão do Sistema OCB/RJ, o evento reuniu cooperadas, representantes de cooperativas fluminenses, colaboradores e convidados para uma tarde de informação, conscientização e reflexão sobre a saúde da mulher.

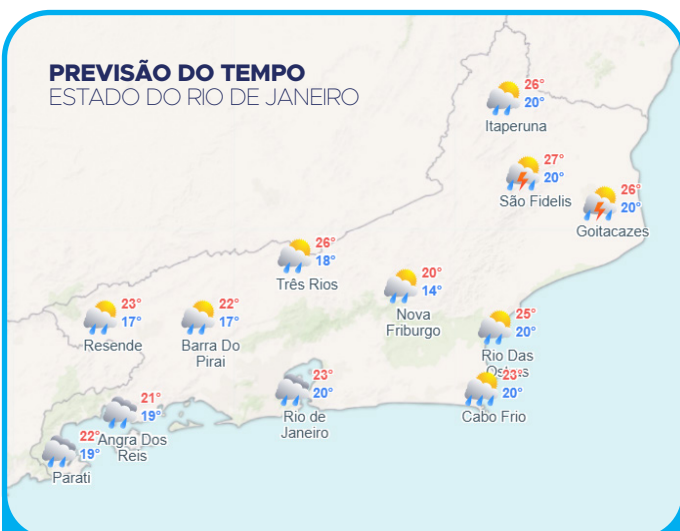
Realizado das 14h às 18h, o encontro abordou a importância da prevenção e do diagnóstico precoce do câncer de mama, além de ampliar a discussão para temas como autoestima, autoconhecimento, sexualidade feminina e cuidados com a saúde física e emocional.

A abertura foi conduzida por Rosa dos Santos, presidente do Comitê de Gênero Dona Terezita, que destacou a importância da mobilização promovida pelo Outubro Rosa e o compromisso do Comitê em estimular o cuidado com a saúde e o acesso à informação.

Em sua mensagem, Rosa ressaltou que a conscientização deve alcançar não apenas as mulheres, mas também os homens, uma vez que o câncer de mama, embora menos frequente, também pode atingir o público masculino. A presidente chamou atenção para a necessidade de reconhecer os sinais

do próprio corpo, procurar orientação profissional e saber onde encontrar atendimento e acolhimento.

“Esse evento nós estamos realizando com muito amor e carinho, lembrando do Outubro Rosa, que é uma data importante para que nós, mulheres, nos conscientizemos da necessidade dos cuidados com o corpo. O que o Comitê faz é isso: trazer as mulheres, trazer os homens também, porque existe câncer de mama no público masculino. O mais importante é a gente ter certeza de que tem onde procurar ajuda e onde encontrar acolhimento”, afirmou Rosa dos Santos.



A fala reforçou a proposta do encontro de tratar a prevenção como uma responsabilidade permanente, que não deve ficar restrita ao mês de outubro. A informação, o acompanhamento médico e a existência de redes de apoio são fundamentais para que mulheres e homens possam cuidar da saúde com mais segurança.

Autoconhecimento e autoestima como parte do cuidado com a saúde

Um dos destaques da programação foi a palestra “A Vida em Foco: o poder do autoconhecimento e da autoestima”, conduzida pela psicóloga, psicanalista e palestrante Márcia Modesto.

A apresentação propôs uma reflexão sobre a relação que cada pessoa estabelece consigo mesma, seus sentimentos, comportamentos, escolhas e prioridades. Márcia abordou o autoconhecimento como um exercício contínuo, que permite identificar qualidades, reconhecer dificuldades e compreender melhor as próprias necessidades.

Durante a palestra, foram apresentados questionamentos sobre aquilo que realmente importa em diferentes momentos da vida, a maneira como as pessoas enfrentam seus desafios e a importância de desenvolver uma mentalidade aberta ao aprendizado e às mudanças.

A autoestima também esteve entre os principais assuntos. A psicóloga destacou atitudes que contribuem para uma relação mais saudável consigo mesma, como reconhecer as próprias qualidades, respeitar limites, aprender com experiências anteriores e reservar tempo para atividades que proporcionem satisfação e bem-estar.

Para Márcia Modesto, o tema está diretamente relacionado à proposta do Outubro Rosa, já que o cuidado com a saúde também passa pela forma como cada pessoa reconhece seu próprio valor e suas necessidades.

“Estou hoje aqui no evento sobre o Outubro Rosa, mês de prevenção ao câncer de mama, falando para um grupo de mulheres sobre autoconhecimento e autoestima e a importância disso na nossa saúde. É um evento muito importante para esse mês. É muito importante a gente estar sempre lembrando”, destacou a psicóloga.

A abordagem ampliou o debate sobre o autocuidado, considerando que a atenção à saúde não se limita à realização de exames e consultas. Envolve também o bem-estar emocional, a percepção dos próprios limites e a disposição para buscar ajuda quando necessário.

Saúde integral e sexualidade feminina também estiveram na programação

A programação contou ainda com a participação de Elaine de Souza, que abordou questões relacionadas à saúde integral e à sexualidade feminina, e do professor Cassius de Souza, que apresentou reflexões sobre o cuidado integral com a saúde da mulher.

As abordagens contribuíram para ampliar a discussão sobre o bem-estar feminino, considerando aspectos físicos, emocionais e comportamentais que influenciam a qualidade de vida.

Ao reunir diferentes temas, o encontro procurou estimular uma visão mais abrangente da saúde, valorizando a prevenção, a informação e o acompanhamento profissional como práticas que devem fazer parte da rotina.

Cooperativismo e valorização das pessoas

A realização do Outubro Rosa integra o trabalho desenvolvido pelo Comitê de Trabalho desenvolvido pelo Comitê de Gênero Dona Terezita na promoção de ações voltadas à valorização das mulheres, à conscientização e à qualidade de vida.

Como órgão do Sistema OCB/RJ, o Comitê atua na construção de espaços de diálogo e participação, aproximando as cooperativas fluminenses de discussões que envolvem saúde, igualdade de oportunidades, desenvolvimento pessoal e bem-estar.

A iniciativa também está alinhada ao sétimo princípio do cooperativismo, o interesse pela comunidade, ao incentivar o compartilhamento de informações e a participação coletiva em questões relevantes para a sociedade.

Somos o
cooperativismo
no Brasil

somos
coop»

Unimed Nova Iguaçu passa a se chamar Unimed Regional Fluminense

A Unimed Nova Iguaçu passa a se chamar Unimed Regional Fluminense. A mudança acompanha o crescimento da cooperativa e busca traduzir, na marca, a abrangência de sua atuação na Baixada Fluminense. A cooperativa está presente em oito municípios: Nova Iguaçu, Belford Roxo, Mesquita, Nilópolis, São João de Meriti, Queimados, Japeri e Paracambi. Ao todo, são 57.502 beneficiários e 504 médicos cooperados. Nova Iguaçu, onde a história da cooperativa começou, continua sendo a sede administrativa e comercial.

“Nascemos em Nova Iguaçu e continuamos aqui. Mas cuidamos de oito municípios, e o nome precisava dizer isso. A rede própria cresceu e vai continuar crescendo. O novo nome tem o tamanho que a cooperativa já tem”, afirma o Dr. Joé Gonçalves Sestello, presidente da cooperativa.

A mudança de nome acompanha também um período de expansão da rede própria. Nos últimos anos, com a abertura de três laboratórios, Centro Oncológico e um hospital construído com investimento de aproximadamente R\$ 200 milhões. A implantação do hospital ocorreu em duas etapas. Em dezembro de 2025, entrou

em funcionamento o Centro de Imagem, com serviços de ressonância magnética e tomografia. Em agosto de 2026, teve início a segunda fase, com centro cirúrgico, UTI adulto, 36 apartamentos e pronto-atendimento 24 horas para adultos e crianças. O próximo passo é a implantação do novo Centro de Terapias Especiais, prevista para até o final deste ano.

A alteração também não apaga a história construída em Nova Iguaçu. Pelo contrário: parte dessa trajetória para posicionar a cooperativa em uma nova fase, com atuação regional ampliada e uma rede própria de serviços cada vez mais estruturada.

O que muda para o beneficiário?

Na prática, o beneficiário não precisa fazer nada. A mudança de nome não altera a mensalidade, os contratos, as coberturas ou as carências. A rede assistencial permanece a mesma, assim como os médicos, os canais de atendimento e os serviços já disponíveis. A carteirinha digital está sendo atualizada automaticamente. O atendimento em outras cidades por meio do intercâmbio do Sistema Unimed continua funcionando normalmente. “A Unimed Nova Iguaçu muda o nome, mas o cuidado permanece. A partir de agora iniciamos uma nova etapa, entretanto mantemos os mesmos compromissos e o propósito de ampliar o acesso à saúde para quem vive na região”, pontua o diretor.

AGORA O
NOSSO NOME
TEM O TAMANHO
DO NOSSO
CUIDADO

Unimed Regional Fluminense

Unimed Nova Iguaçu agora é
Unimed Regional Fluminense.

O plano que você já conhece,
com a presença que a região merece.

Dr. José Maria de Azevedo
Médico Cooperado há 52 anos



Edital de Convocação Assembleia Geral Extraordinária e Especial híbrida presencial e digital

A Presidente em exercício da COOPERATIVA DE TRABALHO DA AREA DE TURISMO, HOTELARIA, EVENTOS E SIMILARES – COOPERIG, com sede na Rua da Conceição, 72, sala 2023, Centro, Angra dos Reis, RJ, CEP: 23.900-435, registrada na JUCERJA NIRE 334.0005693-1 e CNPJ 31.576.700/0001-52 em cumprimento às disposições legais e estatutárias (Lei 5764/71 e Lei 12690/2012), convoca os seus 7(sete) sócios à participarem da Assembleia Geral Extraordinária e especial a se realizar através de vídeo conferência aplicativo/link <http://meet.google.com/kqk-migc-hrg>, **no dia 29 de Outubro de 2026, às 10:00 (dez) horas em primeira convocação**, com o número mínimo de 2/3 dos associados, às **11:00 (onze) horas** em segunda convocação com a presença de metade mais um e às **12:00h (doze) horas**, em terceira e última convocação, com a presença de, no mínimo, 4 (quatro) sócios para as cooperativas que possuam até 19 (dezenove) sócios matriculados (Lei 12690/2012), para deliberarem sobre a seguinte **ordem do dia**:

Ordem do dia da AGE:

- 1) Admissão de cooperados.
- 2) Eleição para recomposição da Diretoria, com preenchimento dos cargos que se encontram vagos em decorrência das renúncias, para complementação do mandato vigente, conforme o Estatuto Social.
- 3) Cessação da função de Presidente Provisória da Diretora Administrativa, em razão da eleição e posse dos cargos da Diretoria;
- 4) Retorno da atual Presidente Provisória ao seu cargo originário de Diretora Administrativa, passando a exercer novamente as atribuições próprias do cargo para o qual foi originalmente eleita, permanecendo no cargo até o término do mandato vigente, salvo disposição estatutária em contrário.
- 5) Proclamação e posse dos membros eleitos para a Diretoria, com registro dos respectivos cargos e do período restante do mandato.
- 6) Recomposição do Conselho Fiscal, em razão da renúncia de um de seus membros, permanecendo os dois membros remanescentes em seus respectivos cargos, com eleição de 1 (um) novo membro para preenchimento da vaga existente no Conselho Fiscal, para complementação do mandato, conforme o Estatuto Social.
- 7) Proclamação e posse do novo membro do Conselho Fiscal.
- 8) Alteração do Estatuto social para prever a admissão de candidatos em período de experiência de até 45 dias, prorrogáveis por mais 45 dias, nos quadros da cooperativa na qualidade de cooperado (a).

Ordem do dia da AGESP:

- 9) Apresentação da gestão da Cooperativa, abrangendo informações e orientações aos cooperados sobre disciplina e organização interna, direitos e deveres dos sócios cooperados, planejamento e acompanhamento das atividades, resultados econômicos dos projetos e contratos firmados, bem como a organização e distribuição do trabalho, visando à transparência, ao alinhamento das atividades e ao adequado funcionamento da Cooperativa.

Angra dos Reis, RJ, 13 de outubro de 2026.

Luana Lima Honorato,
Presidente em Exercício
COOPERIG