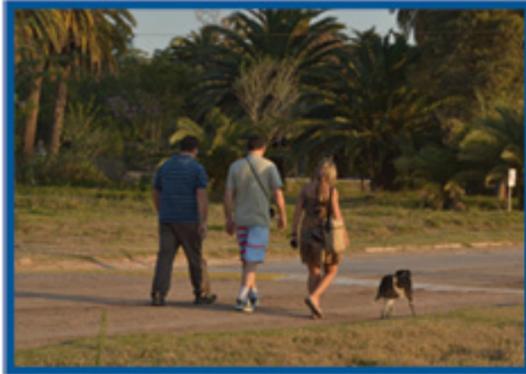




 **129.299**
niñas/niños inscriptos

 **11.650**
embarazadas/puérperas inscriptas

 **630**
efectores con convenio



A CAMINAR SE HA DICHO

Durante este mes tres fechas nos recuerdan la existencia de tres patologías que repercuten negativamente en la calidad de vida de las personas. (Día Mundial contra la Obesidad, Día Mundial de la Diabetes y Día Mundial del EPOC).
Proponemos difundir a la comunidad y al equipo de salud, la práctica de una actividad conocida y de fácil acceso para todos:

LA CAMINATA

7 razones de Por Qué la Caminata funciona:

1. Caminar quema calorías.
2. Caminatas regulares aumentan tu ritmo metabólico
3. Una caminata puede actuar como supresor del apetito.
4. Las caminatas aumentan tu tejido muscular. Caminatas regulares aumentan la proporción de peso músculo en todo el cuerpo.
5. Las caminatas reducen el factor de sobrealimentación. Muchas personas se sobrealimentan por razones que nada tiene que ver con el hambre, el stress, el aburrimiento, depresión, soledad, etc.
6. Las caminatas aumentan la autoestima. También dan una sensación de "bien estar".
7. Caminar ayuda a acelerar el tiempo del transito intestinal.

Para que puedas gozar de todos estos beneficios no es necesario participar en maratones, basta con caminar 30 minutos diarios, cinco veces a la semana.

Domingo	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

Noviembre

-  Día Mundial contra la Obesidad.
-  Día Mundial de la Diabetes.
-  Día Mundial en Recuerdo de las Víctimas de Accidentes de Tránsito.
-  Día Mundial de EPOC.

Si otro integrante del Equipo de Salud desea recibir esta suscripción, por favor enviar un correo a:

plannacer.cordoba@gmail.com



PARA INSCRIPTOS Y EQUIPOS DE SALUD

Se encuentra disponible un 0800-222-7100 gratuito desde teléfonos fijos, para realizar consultas o reclamos relacionados con el Plan Nacer.

Área Operaciones

PADRÓN PUBLICADO EN EXCEL

El objetivo del Padrón de Beneficiarios en formato Excel 2007 tiene como finalidad llegar a aquellos efectores que no pueden acceder a Internet. De esta manera podrán contar con una herramienta para visualizar a los beneficiarios y realizar la facturación correspondiente, sin inconvenientes.

Queda a su disposición en esta unidad la entrega de Office 2007 en CD o USB para ser instalado en sus computadoras.

Para facilitar el acceso al padrón a aquellos efectores que está utilizando el sistema Data Fácil, se recomienda consultar el mismo desde la página www.datafacil.com.ar Opción Beneficiarios.

NOVEDADES: DATOS PRIMERA CONSULTA DE EMBARAZO

Les informamos a todos los efectores que realicen carga de beneficiarios Vía Web, que a partir del 01 de Diciembre de 2011, al realizar la inscripción de una embarazada, se les solicitará el ingreso de los datos correspondientes a la primera consulta de Embarazo.

Área Legales

ACTUALIZACIÓN DE INFORMACIÓN

Ante la próxima asunción de nuevas autoridades en las diferentes localidades de nuestra Provincia les informamos que se encuentran disponibles, en nuestra Página Web, en Documentación Legal, dos modelos de notas para la actualización de información de los efectores y para el cambio de responsables y autoridades a cargo de Plan Nacer. (Nueva nota para confirmación de datos del Efector y Nueva Nota modelo a presentar por Cambio Responsables)

Mesa de Entradas

FICHA DE INSCRIPCIÓN DE EMBARAZADA

Provisoriamente, la ficha de inscripción de embarazadas, ha sido impresa en papel de menor gramaje, color rosa. Solicitamos a aquéllos que realizan la carga de la ficha de inscripción vía web, continúen archivando las mismas hasta nuevo aviso.

