BemCuidar

SERVIDORES DA SECRETARIA DA EDUCAÇÃO DO PARANÁ:

ACESSE O APLICATIVO E AGENDE A SUA TELECONSULTA **CONSULTA**

BemCuidar Este serviço é destinado exclusivamente aos servidores da Rede Estadual de Educação do Estado do Paraná

> Login Expresso (Entre com seu RG)

Em caso de não conseguir efetuar o Login, acesse https://www.educacao.pr.gov.br/CAS

Termos de uso Políticas de privacidade

Termos de consentimento para dados pessoais

Termos de consentimento para telemedicina (1.2.2/1999885998)

0

Usuário (RG)

senha

Atendimento online e gratuito

Agendamentos de segunda a sábado

Download em seu celular:



Aplicativo oficial de telessaúde da Secretaria da Educação e do Esporte do Estado do Paraná

bemcuidar@escola.pr.gov.br

Parceria:



BemCuidar

Seja bem-vindo!

Este é o aplicativo oficial Bem Cuidar, ofertado pela Secretaria Estadual de Educação do Estado do Paraná (SEED) em parceria com a Universidade Estadual de Londrina (UEL)

Nosso objetivo é contribuir com <mark>o cuidado em saú</mark>de de servidores pertencentes ao quadro ativo da SEED, garantindo à oferta de um serviço que promova com dignidade, respeito, qualidade e acolhimento a promoção da sua saúde.

No Programa Bem Cuidar você encontrará orientações de qualidade de vida, além de realizar agendamentos par<mark>a teleconsulta</mark> com a Psicologia Clínica e, se necessário, será encaminhado para outros profissionais.

É uma forma rápida e conveniente de ter acesso a profissionais de saúde especializados que oferecerão <mark>atendimentos gratuitos.</mark> As consultas são on-line com duração, em média, de 50 minutos, no local em que preferir, pois são realizadas diretamente através do aplicativo Bem Cuidar no seu celular, sem esperas.





COMO VOCÊ ESTÁ? COMO ESTÁ SUA SAÚDE MENTAL?

Já parou para pensar no assunto? Alguma vez refletiu se os seus pensamentos, ideias e sentimentos estão em harmonia?

<mark>sinais e sintomas</mark> de que você ou um colega precisa procurar apoio

PREOCUPAÇÕES EXCESSIVAS

PROBLEMAS NO SONO

PERDA DE INTERESSE EM ATIVIDADES QUE ANTES GOSTAVA

> CHORO CONSTANTE E ESTRESSE EXCESSIVO

AFASTAMENTO DE PESSOAS

DIFICULDADE EM CONCENTRAÇÃO

SINTOMAS FÍSICOS

Dores de cabeça, dores na barriga e estômago, alterações intestinais, falta de ar, palpitação, suor frio, sensação de dormência nos membros

DESÂNIMO E CANSAÇO

COMPULSÃO ALIMENTAR OU PERDA DE APETITE

ALTERAÇÕES DE HUMOR ABRUPTA

Existem diversos sinais e sintomas!

Deste modo, é muito importante se manter atento a todas os padrões de comportamento, bem como as mudanças nos pensamentos (mais eufórico, pessimista, paranoico...) e nos sintomas corporais.



1 VOCÊ ESTÁ SE CUIDANDO?

2 PRESTA ATENÇÃO ÀS SUAS NECESSIDADES?

Descuidar da saúde mental pode abrir espaço para o agravamento do seu estado emocional, o que pode levar ao desenvolvimento dos transtornos mentais.

POR ISSO CUIDE-SE E NÃO HESITE EM PROCURAR AJUDA:



E PRECISAMOS CADA VEZ MAIS PRESTAR ATENÇÃO EM QUEM ESTÁ AO NOSSO LADO

Os desgastes mentais, na maioria dos casos, silenciosas! Por vezes, só entendemos ou conhecemos algum caso quando o próprio colega de trabalho sente liberdade para falar sobre

Caso note algum desses sintomas em algum colega de trabalho, o oriente para acessar o Programa BEM CUIDAR

BemCuidar

fique tranquilo!

Todas as informações dos atendimentos são sigilosas, nenhum atendimento será gravado ou compartilhado sob qualquer circunstância.

Os dados são de responsabilidade da UEL, e não são encaminhados a SEED.

O Projeto Bem Cuidar segue todos os preceitos éticos e legais.

COMO FAÇO PARA SER ATENDIDO PELO BEM CUIDAR?



FAÇA O DOWNLOAD EM SEU CELULAR:



BemCuidar

Este serviço é destinado exclusivamente aos servidores da Rede Estadual de Educação do Estado do Paraná



Em caso de não conseguir efetuar o Login, acesse https://www.educacao.pr.gov.br/CAS



Termos de uso Políticas de privacidade Termos de consentimento para dados pessoais Termos de consentimento para telemedicina

(1.2.2/1999885998)





Acesse com seu login e senha do Expresso:

Todos os servidores em atividade na SEED (Efetivos ou temporários) poderão se cadastrar.

A SEED oferece atendimentos gratuitos.

Em nenhuma etapa será cobrado algum valor, ou seu local de trabalho será notificado.

Em caso de não conseguir realizar seu login, clique aqui para ser encaminhado a Coordenação de Atendimento aos Sistemas – CAS







Mantenha seus dados

atualizados



Caso possua mais de um vínculo, acrescente a de maior tempo de serviço









Selecione o profissional de saúde

Selecione um dos horários disponíveis de acordo com a sua disponibilidade

Lembre-se: você precisara estar em um ambiente com privacidade, boa internet e iluminação

BemCuidar ~ Agendar consulta Psicologia Clinica -Dr.(a) Gabriel Souza Freitas O Psicologia Clinica Dr.(a) Michelly Canarines dos Santos Ο Psicologia Clinica Dr.(a) Maria Heloiza Neis Turin O Psicologia Clinica Dr.(a) Yole Lopes Cortinhas O Psicologia Clinica Dr.(a) Emily Cristina Ribeiro O Boaventura Psicologia Clinica Dr.(a) Bruna de Souza Psicologia Clinica Dr.(a) Fernanda Ribeiro Fistarol O Psicologia Clinica Dr.(a) Rafael Martins Garcia O 0 Ê € A



Confirme seu agendamento. Você receberá também um e-mail com os dados de seu futuro atendimento



Para otimizar o processo de cuidado, você sempre será atendido pelo mesmo profissional de saúde.

Em caso de necessidade de mudança para outro profissional de saúde, utilize o E-mail ou FALE CONOSCO





Clique em CONSULTA DE AGENDAMENTOS



Você poderá anexar documentos, tais como prescrições de profissionais de saúde, atestados, dentre outros.

CANCELAMENTO:

Caso você precise alterar o seu horário de agendamento, cancele antecipadamente e remarque o horário desejado

Evite faltas! No caso de outro compromisso, cancele sua consulta, assim, outra pessoa poderá utilizar o horário disponível.





Acesse sua consulta no horário agendado

Evite atrasos, acesse o aplicativo 5 minutos antes e clique em CONSULTA DE AGENDAMENTOS

Aguarde o profissional de saúde entrar na sala

(a tela permanecerá cinza até o psicólogo entrar)

Todas as consultas são por vídeo chamada. Lembre-se de liberar o áudio e vídeo de seu celular

BemCuidar	Ber Cuidar	BernCuidar
Agende uma consulta! Veja as opções de atendimento disponíveis	07/07/2022 (quinta-feira) 15:30 Profissional de saúde Gabriel Souza Freitas PACIENTE Daniela Frizon Alfieri	← Consulta
Image: Second	Ir para Consulta Enviar documentos Cancelar agendamento	Aguardando participante
Inicio Minha Conta Atendimento Agendamentos Sair	Inicio Minha Conta Atendimento Agendamentos Sair	Não é possível falar com a Bixby quando comprofone já está aendo usado trem Cuidar.

O acesso para a consulta somente é liberado 5 minutos antes do horário de atendimento.

Caso seu áudio não funcione, feche outros aplicativos em seu celular para evitar inconsistências e verifique a memória disponível





Sua consulta poderá durar até 50 minutos, por isso é muito importante que não se atrase.



Em caso de falha em sua internet, uso o chat para se comunicar com o profissional de saúde

Fique tranquilo!

Todas as informações dos atendimentos são sigilosas, nenhum atendimento será gravado. O aplicativo segue todos os preceitos éticos e legais para o teleatendimento.









