

MEX

Brasil

OUTUBRO/2022

PUBLICAÇÃO ESPECIAL DO
MEX BRASIL
ESPAÇO MULHERES EXECUTIVAS
ANO 3 | Nº 8



Auditório do INC | Instituto de Neurologia de Curitiba

Outubro Rosa, saúde da mulher e relatos do Vale do Silício

A diretora Administrativa do INC, **Regina Ramina**, foi a anfitriã do encontro de outubro que reuniu as participantes do MEX no Auditório do Instituto de Neurologia de Curitiba, no Ecoville. A **saúde da mulher** foi um dos destaques da produtiva tarde, que teve também a presença do **coral do INC**, o relato das executivas que participaram da **jornada ao Vale do Silício** e a presença de uma convidada especial: a **Moradita!** Que se fez presente para convidar todas as participantes para o **Jogo por um Teto**.

Designado como o mês da Saúde da Mulher, o encontro de outubro não poderia deixar o tema de lado. E, nada mais apropriado que um centro de referência em alta complexidade médica no país, para receber as MEX. A tarde foi inspiradora no INC. A começar pela bela recepção, seguida da apresentação do Coral do INC. Na sequência, **Dra. Fernanda Pedroso**, do corpo clínico do INC falou sobre atitudes básicas e essenciais para toda a mulher. **Regina Ramina**, anfitriã, apresentou também às presentes um programa social extraordinário: o **INC Neuro Kids**, programa que oferece tratamento gratuito para crianças e adolescentes carentes, com tumor cerebral.

**10º
ENCONTRO
MEX
19**

**NOVEMBRO
JOGO POR UM
TETO
ESTÁDIO COUTO
PEREIRA**



Música, leveza e o cuidar de si

Você sabia que para manter uma vida saudável, 150 minutos semanais de exercícios físicos são suficientes? Essa e outras dicas práticas e importantes para a saúde da mulher, foram apresentadas no encontro, assim como uma relação de vacinas indicadas para prevenção ativa de uma série de complicações. O que ficou em evidência: a necessidade de cuidar de si, para cuidar dos outros (empresas, família, etc) e dos projetos futuros!



A apresentação do Coral do INC, com a presença de funcionárias e funcionários do Instituto de Neurologia foi ponto alto no encontro mensal do MEX. O Coral trouxe leveza ao ambiente e foi aplaudido com entusiasmo pelas participantes.

Regina Ramina, também aproveitou para apresentar às presentes o **INC Neuro Kids**, convidando as participantes para um chá beneficente no dia 30 de novembro, para levantar fundos e divulgar esse importante programa social.

E já que o tema era envolvimento, quem marcou presença foi também a **Moradita**, a mascote do **Jogo Por um TETO**. Convite aberto às MEX e seus grupos de relacionamento e influência, para participar no dia 19 de novembro, dessa importante mobilização social em prol da construção de moradias para famílias de baixa renda de Curitiba e região metropolitana

Por dentro do INC Neuro Kids

Com o atendimento mensal de pelo menos dois pacientes, o **INC Neuro Kids** é uma grande esperança para crianças e adolescentes carentes que apresentem diagnóstico de tumor cerebral, com o atendimento de ponta, oferecido gratuitamente pela instituição. Hoje, os custos do programa são bancados pelo próprio hospital e equipe médica e, para ampliar esse atendimento, o INC busca o apoio de pessoa física ou empresas parceiras. Podem participar do programa crianças e adolescentes com até 15 anos de idade. A seleção dos pacientes é feita a partir da avaliação da gravidade do caso, urgência e renda familiar.

Acompanhe na entrevista complementar, com Regina Ramina, a origem do programa e como você também pode ajudar!

**150
MINUTOS**

de exercícios físicos por semana são indicados para toda a mulher que busca manter sua boa saúde

**66.280
MULHERES**

foram afetadas pelo câncer de mama entre 2020 e 2022, de acordo com estudos médicos

VACINAS

Além das vacinas para combate do COVID e d o vírus Influenza, a vacina contra o vírus Herpes Zoster (50+) é uma providência indicada.

Experiências MEXtraordinárias



O relato de viagem de um grupo de executivas do MEX, ao Vale do Silício, em setembro, também fez parte da agenda. As executivas resumiram brevemente a experiência vivida, com um ponto em comum: todas reafirmaram que a viagem foi muito além do conhecimento dos grandes players da tecnologia, e passou também pelo fortalecimento e conhecimento entre as próprias participantes! O próximo destino, em 2023, já está projetado: será **Israel!** Acompanhe alguns dos relatos dados!



"Fomos jogadas a anos luz para o futuro, e é precisamos extrair tudo o que vimos lá, para adaptar à realidade do Brasil. Mas de imediato o conceito que mais ficou pra mim, foi que é preciso fazer o melhor para o cliente, fazer o que o cliente espera. Essa é a base de tudo".

Alison Mazza,
Liz Lingerie



"Vimos coisas fantásticas nessa missão. A evolução das órteses, próteses, o modo de operar os negócios B2B, B2C e a revolução do H2H, o retorno ao cuidado humano. Tudo foi maravilhoso. Mas isso qualquer programa oferece. A nossa diferença foram as conexões estabelecidas e o aprendizado com cada uma delas.

Marielva Andrade,
Positivo Tecnologia



"Vivemos momentos de reflexão e compartilhamento que foram incríveis. As visitas foram muito interessantes, e o pós-visita, o momento em que podíamos refletir juntas sobre tudo o que víamos foi tão rico quanto. Foi uma experiência pessoal e profissional incrível.

Márcia Zazula,
Renault