



TURISMO



Excursão ao Circuito das Águas Hotel Mantovani em Águas de Lindóia

Período: 01/10 a 04/10/2014

Duração: 4 dias e 3 noites.

Horário de saída do Largo do Pará: Dia 01/10,
às 07:30 h.

Programação:

Compras em Monte Sião, Jacutinga, Serra Negra e Águas de Lindóia;

Jantares dançantes com música ao vivo,
(Noite Italiana, Noite Tropical e Anos Dourados).

Recreações: Balneário, malharia, laticínios,
artesanatos e outras atrações.

Incluso no pacote: 3 diárias completas, almoço do dia 04/10/14, passagem de ônibus, seguro de viagem, passeios em Monte Sião, Jacutinga, Serra Negra e Passeio de trenzinho em Águas de Lindóia até o morro do Cristo Redentor.

Preços: Associados - R\$ 350,00

Convidados - R\$ 450,00

Forma de pagamento: Associados e convidados:
em 3 parcelas com vencimento para as datas de: 15/09; 15/10 e 15/11/2014.

As inscrições já estão abertas.

Vagas Limitadas.

Maiores detalhes no Depto. de Turismo da AAFC,
com José Luis / Ester pelo telefone: 3326-2500.

Nota de Esclarecimento

Por uma falha da gráfica, foi impresso e encaminhado aos associados, o Boletim do Sênior de maio ao invés do mês de agosto. Constatado o equívoco a gráfica imprimiu e distribuiu o Boletim do mês correto aos associados.

REUNIÃO MENSAL



Reunião Mensal de Julho Doenças Reumáticas

Na reunião mensal de Julho esteve presente o Dr. Christian Makoto Ito. Na palestra que proferiu disse que as doenças reumatológicas acometem frequentemente em população idosa. Trata-se de um conjunto de doenças que tem em comum o envolvimento do aparelho locomotor. Dentre as mais comuns na população idosa estão a osteoartrite, conhecida popularmente como artrose e a osteoporose.

O correto diagnóstico e acompanhamento médico podem fazer a diferença em relação a qualidade de vida na velhice e a manutenção de uma vida com independência e autonomia.

Em relação a artrose, é importante lembrar que o uso de medicamentos para controle dos sintomas deve sempre ser orientado por um médico, principalmente na população idosa, devido aos riscos associados ao seu uso. Anti-inflamatórios, uma classe de droga das mais utilizadas para alívio da dor, podem causar úlceras no estômago, insuficiência renal, problemas do coração. Corticóides podem descontrolar o diabetes, causar a osteoporose. Por isso deve-se evitar a auto-medicação. No entanto a dor deve receber o devido tratamento.

Continua na pág. 2

DATA 25/09/2014 - HORÁRIO 14:00 HORAS

Na Reunião Mensal de Setembro teremos a palestra com a **Dra. Amanda Veiga Sardeli, da Unicamp, sobre Doenças Cárdio Vasculares.**

Trataremos também de assuntos de interesse dos associados.

Não deixem de comparecer prestigiando a nossa associação!



Caros Associados



Neste mês de setembro a AAFC Regional Campinas completa 24 anos. E lá se vai mais um ano de trabalho duro, mas com muitas conquistas. Ser parte de uma associação é como ter mais uma família. Preocupamo-nos com ela, cuidamos e queremos vê-la melhorar cada vez mais. A associação em si, somos todos nós e por isso

desejamos que a união que nos apoia e nos faz crescer, seja cada vez maior, fazendo com que cada vez mais nos tornemos essa grande família, diferente, mas unida.

Neste mês em que comemoramos mais um ano de sucesso, estamos conscientes que o nosso foco tem sido sempre em fazer o nosso melhor, com o objetivo de atendermos cada vez melhor nossos associados. É isso que faz esta Regional tão especial. Todo o sucesso que alcançamos é fruto de um trabalho árduo, é uma mera consequência. Que esta filosofia possa continuar nos guiando durante muitos anos.

Nesta oportunidade queremos também dividir este sucesso com todos quantos já passaram por esta Regional, desde os superintendentes até os mais humildes colaboradores, que muito contribuíram para o engrandecimento desta Regional.

José Luis Gardin
Superintendente Regional

Continuação da pag. 1



Dr. Christian M. Ito

prevenção de quedas também constituem itens fundamentais no seu tratamento.

Quanto a osteoporose, o objetivo maior é evitar uma fratura, pois a doença em si é silenciosa. Para isso o médico deve ser consultado para o correto diagnóstico e o tratamento que consiste em medicamentos específicos para a doença, ingestão correta de cálcio e suplementação da vitamina D. A atividade física e a



Associados atentos à palestra

ESPORTE



Integração Esportiva em Bauru

A AAFC está de volta realizando mais uma Integração Esportiva entre Regionais. Este ano o evento aconteceu no dia 21 de agosto de 2014 na Regional de Bauru e contou com a participação da própria Regional de Bauru, as regionais de Araraquara e de Campinas. Os atletas se enfrentaram neste dia num clima de verdadeira integração e de amizade, nos jogos de futebol society, vôlei adaptado, truco, tranca, buraco, dominó e dama. Após a realização dos jogos a Regional Anfitriã, além da calorosa recepção, nos brindou com um delicioso almoço. No encerramento houve a entrega de troféus simbolizando mais a união entre as Regionais que as próprias vitórias conquistadas. O Departamento de Esportes de Campinas agradece a todos os participantes por mais esta colaboração e tranquilidade ocorrida neste evento.



Futebol Society



Vôlei adaptado



Recebendo troféus



Saboreando o almoço



Associação dos Aposentados da Fundação CESP

O Boletim Informativo é uma publicação mensal da AAFC - Regional Campinas
Rua Percílio Neto, 172 - Parque Taquaral
CEP-13087-090 - Tel/Fax: (19) 3326-2500
www.aafc.org.br
E-mail: campinas@aafc.org.br
Superintendente Regional: José Luis Gardin

AAFC São Paulo - Presidente: Mário Mortari
Vice Presidente: Michele Matteo
Av. Angélica nº 2565, 17º andar - São Paulo, SP
CEP-01227-200, Tel. (11) 3217-5717

Distrito de Atibaia
Rua Otávio Passos, 110 - CEP-12942-590
Gerente Distrital: Geraldo Eustáquio Chagas
Tel: (11) 4411-1844
aafcatabaia@uol.com.br

Distrito de Jundiaí
Av. Expedicionários, 80 - CEP-13203-430
Gerente Distrital: Pedro Pompermayer
Tel: (11) 4816-3640
distritaljundiai@aafc.org.br

Tiragem: 2.500 exemplares
Distribuição gratuita
Arte, Diagramação e Editoração:
Manoel Duarte e Roberto Minoru Akiyama
AAFC Regional Campinas
Impressão: Mail Center Comércio
e Serviços de Produtos Gráficos LTDA-ME

Importante: A equipe de editoração reserva-se o direito de modificar e ou resumir as matérias enviadas, mantendo seus objetivos e significados centrais.



Seminário «Conjuntura Atual e Perspectivas Futuras da AAFC», realizado em Águas de Lindóia.

A AAFC Regional Campinas participou do Seminário “Conjuntura Atual e Perspectivas Futuras da AAFC”, nos dias 4, 5 e 6/08, em Águas de Lindóia, com a finalidade de atualizar os conhecimentos e planejar ações futuras para a AAFC, realizado pela Diretoria Executiva e o Conselho Deliberativo da AAFC.

Participaram do evento, a Diretoria Executiva, os Membros dos Conselhos Deliberativo e Fiscal da AAFC, os Superintendentes Regionais e os Membros dos Comitês Gestores da AAFC.

Durante o seminário tivemos várias palestras, de renomados economistas e juristas, quando foram abordados temas sobre a situação da previdência privada, sob a ótica jurídica, do ponto de vista do participante, situação do setor elétrico atual e perspectivas futuras e outros.

Ao final foram levantadas as dificuldades atuais das Regionais para proporcionar melhor atendimento aos associados.



Parte da platéia

Após a palestra o Gerente do Distrito Pedro Pompermayer e o Sr. José Luis Gardin (Superintendente Regional), teceram comentários pertinentes aos nossos associados.



Palestrante Ellen Rampini

Campanha do agasalho 2014

Encerramos a nossa Campanha com a entrega dos agasalhos no dia 06/08 à Creche Ternura e Coragem (Centro Comunitário da Vila Hortolândia - Rua Amadeu Sacchi nº 400). Agradecemos imensamente a todos que colaboraram para esse momento solidário e fraterno da nossa Associação.



Entrega dos agasalhos ao Sr. Mareti responsável da creche

Comemoração do dia dos Pais

A AAFC - Jundiaí através da sua Comissão de Eventos, tem o enorme prazer de agradecer a presença e a participação de todos, que direta ou indiretamente contribuíram para a realização e o sucesso da Comemoração do Dia dos Pais, realizado no dia 08 de agosto de 2014 na Chácara Irmãos Pincinato.



Associados prestigiando o evento



Distrito de Jundiaí

Reunião Mensal de Agosto

Em nossa reunião do mês de agosto dando, continuidade à Campanha da Saúde da AAFC, iniciamos com a palestra apresentada pela Nutricionista Ellen Rampini, com o tema Alimentação Saudável - Cuidados com o Colesterol. A nutricionista disse que o colesterol pode ser considerado um tipo de lipídio (gordura) produzido em nosso organismo e que está presente em alimentos de origem animal como em carne, leite integral, ovos etc. Hábitos alimentares saudáveis e prática regular de exercícios físicos é capaz de manter as taxas de colesterol bom (HDL) e ruim (LDL) em perfeito equilíbrio.



Doenças Cardiovasculares

As doenças cardiovasculares, como infartos e acidentes vasculares cerebrais (AVC), continuam sendo a primeira causa de morte no mundo. Doenças cardiovasculares, por definição, são doenças que afetam o coração e/ou o sistema circulatório que é formado pelas artérias, veias e demais vasos capilares. Geralmente o termo é utilizado como sinônimo de "doenças cardíacas". O infarto do miocárdio é uma das diversas doenças cardiovasculares conhecidas.

Veja um breve resumo dos principais tipos de doenças cardiovasculares. Você vai perceber que muitas delas estão intimamente interligadas, sendo desdobramentos de um mesmo processo: o processo de entupimento das artérias e suas conseqüências para a nutrição, oxigenação e bom funcionamento dos órgãos.

Fonte: Folheto Campanha da Saúde/Setembro



Excursão a Angra dos Reis Ilha Grande

Data: 20 a 24/10/2014

Maiores detalhes no Depto. Turismo da AAFC
Campinas, com José Luis pelo telefone:
(19) 3326-2500

FALECIMENTO



Dia: 23/08/2014.

Sr. Aginaldo de Carlos, nosso associado de Campinas.

À família enlutada, nossas condolências.

CLASSIFICADOS



ASSESSORIA PREVIDENCIÁRIA E TRABALHISTA

Elisabeth Pereira Monteiro

Gerente dos Departamentos Previdenciário
e Bem Estar da AAFC Campinas

Telefone (19) 3232-2349

DR. JOSÉ ROBERTO ELIAS DE MORAES

OAB/SP Nº 103.083
Assessor Jurídico da AAFC - Campinas

Direito Civil - Família e Sucessões - Trabalhista
Previdenciário - Bancário - Consumidor

R. Henrique José Pereira, 475, Jd. Chapadão - Campinas
Fone: (19) 3242-6141 / 99130-8434

E-mail: jremoraes@terra.com.br

Ouçá o que nós temos de melhor!



Parcelamos o pagamento e aceitamos
cartões de crédito. Venha para a Maxiaud.

até
3 anos
garantia

MAXIAUD
APARELHOS AUDITIVOS
Porque ouvir bem é possível!

Rua Dr. Delphino Cintra, 350 | 13020-100 - Centro - Campinas, SP
Email: atendimento@maxiaud.com.br | (19) 3397-6120 / 3397-9174
www.maxiaud.com.br

f maxiaud

t maxiaud



Vendas - Locação - Administração Creci 58501

Laerci Manhani

R. Santo Antonio, 104 - Cambuí - Campinas - SP
Pabx: (19) 3253-2027 / Cel 99764-0096
www.msmoveis.com.br

PicoliNetto

ADVOGADOS

www.picolinetto.com.br

e-mail: picolinetto@uol.com.br

Dario Picoli Netto

Rua Luzitana, 1527 - Centro - Campinas
Fone/Fax: (19) 3233-7200



JANISSE SILVA DE FARIA CIRURGIÃ DENTISTA

ORTODONTIA E ORTOPEDIA FACIAL
CLÍNICA GERAL - ESTÉTICA
TRATAMENTO À LASER

Av. Nossa Senhora de Fátima, 1165
Taquaral 3251-4672 - 3251-7526

Dr. Paulo Nakashima
CRO-SP 48793

Dr. Fausto Martins
CRO-SP 50218



Implante e Prótese Dental

**Policlínica
Prado**



Campinas - SP (Dr. Paulo)
Av. Jorge Tibiriçá, 1760
Jd. das Oliveiras
Tel. (19) 3271-7075 / 3276-7717
e-mail: nclinica@ig.com.br

Americana - SP (Dr. Fausto)
R. José Ferreira Aranha, 281
Jardim Girassol
Tel. (19) 3405-2269
e-mail: drfaustomartins@yahoo.com.br

VOCÊ NÃO ESCUTA BEM?

- FAÇA SEU EXAME AUDITIVO GRATUITO
- OS APARELHOS AUDITIVOS MAIS MODERNOS DO MERCADO
- ACOMPANHAMENTO PROFISSIONAL
- MANUTENÇÃO GRATUITA
- BATEMOS QUALQUER ORÇAMENTO.



LIGUE E AGENDE SEU EXAME. ASSOCIADO
É CLIENTE PREFERENCIAL.
REABILYT CLÍNICA AUDITIVA.
FONE: (019) 3295-0805



ANGÉLICA VILELA CLÍNICA DE OLHOS

Dra. Angélica Haydée Vilela de Oliveira

MÉDICA OFTALMOLOGISTA - CRM 70035

EDIFÍCIO SAINT PIERRE

Av. Nove de Julho, 1677 - 5º andar - sala 51 - Jundiá - SP
www.clinicaangelicavilela.com.br - Fone/Fax: (11) 4521-7994

IMPLANTES

Dr. Guilherme Simões
CRO 46852

Graduado pela F.O.P. UNICAMP

- *Implantes dentários
- *Próteses especializadas
- *Odontologia estética
- *Cirurgia oral

Equipe
Especializada

Parcelamento em até 12 vezes

Rua Lions Club, 168 - sala 52
Guanabara - Fone: 3242-3186
Av. Ana Beatriz Bierrembach, 623
Vila Mimosa - Fone: 3269-6856