



EVENTOS

Confraternização de Final de Ano

No mês de dezembro deste ano, estaremos realizando mais um jantar dançante na confraternização de final de ano entre associados e convidados da AAFC Campinas.

Data e Horário: 05/12/2014 das 20:00 às 24:00 horas.

Local: Clube Fonte São Paulo, R. José Paulino, 2136, Jd. Guanabara, Campinas.

Animação: Banda Stilo

Buffet: Mestria Cousine.

Preços: Associados: R\$ 40,00

Convidados: R\$ 85,00

Crianças até 06 anos grátis.

Crianças de 07 até 11 anos : R\$ 40,00.

Sorteio: Vários brindes aos presentes.

Convites:

Os convites se encontram disponíveis à venda com Tim ou Ester na sede da AAFC Campinas. As reservas somente serão aceitas mediante o pagamento.

Obs.: Restam poucos convites

Distrito de Jundiaí

Associados participem.

Este ano o Distrito de Jundiaí estará realizando a festa de confraternização de final de ano na Chácara da Associação do Sindicato dos Policiais Civis. Será servido o tradicional churrasco completo, com choppes, refrigerantes, sobremesas e etc.

Data: 12/12/2014.

Horário: a partir das 11:30 horas

Local: Av. Clemente Rosa, 4603, V. Maringá, Jundiaí.

Preço: Sócios, esposa e filho até 18 anos: R\$ 35,00

Convidados: R\$ 60,00

Crianças de 06 a 12 anos: R\$ 15,00

Convites:

Reservas até o dia 03/12/2014.

Obs:

Pagamento deverá ser no ato da adesão, as pessoas que o fizerem no dia e no local do evento será cobrado o valor de R\$ 60,00.

Ações com o Escritório Loddi & Ramires

Se você ingressou com ações através do Escritório de Advocacia Loddi & Ramires, anote o atendimento aos associados da AAFC: Terças e quintas-feiras, das 10 às 12 horas, com a Samira.

Reunião Mensal de Novembro

Data: 27/11/2014

Início: 14:00 Horas

Nesta reunião teremos a palestra sobre Diabetes com a Nutróloga Maria Clara Moretto da Gerontologia Unicamp. Trataremos também de assuntos de interesse dos associados.

Não deixem de comparecer prestigiando a nossa associação!



Caros Associados



No dia primeiro de outubro comemora-se o Dia Internacional das pessoas idosas, data que foi criada pela ONU, a fim de qualificar a vida dos mais velhos, através da saúde e da integração social. Com muito mais disposição, qualidade de vida e longevidade, as pessoas

de terceira idade são cada vez mais ativos.

Nos últimos 20 anos, o Brasil protagonizou uma profunda mudança de paradigma nas políticas para esse segmento. Lembramos aqui o que preconiza o Estatuto do Idoso em seus artigos 1º, 2º e 3º – “É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária”.

A AAFC Regional Campinas, além do atendimento de orientação social e jurídico, tem proporcionado, aos associados, atividades que oportunizem seus momentos de lazer e entretenimentos, com passeios, jantares e participações esportivas, promovendo a inclusão social de nossos associados e pensionistas.

José Luis Gardin
Superintendente Regional

e-mail



Seja o Primeiro a Saber

Cadastre ou atualize seu e-mail, enviando uma mensagem para: campinas@aafc.org.br, assim você estará recebendo sempre o nosso Boletim Informativo e também informações urgentes de nosso interesse.



Reunião Mensal de Setembro

Recebemos a Sra. Amanda Veiga Sardeli – Profissional de Educação Física que ministrou uma palestra com um tema muito importante as Doenças Cardiovasculares. Ela iniciou a palestra explicando que as doenças cardiovasculares representam um termo amplo que inclui várias doenças cardíacas e vasculares mais específicas. A doença cardiovascular mais comum é a doença das artérias coronárias, a qual pode ocasionar ataque cardíaco e outras condições graves. Ela abordou ainda os fatores de risco para a obtenção das doenças cardiovasculares como: condições médicas, fatores de estilo de vida e fatores hereditários. Sendo assim, todas as pessoas podem tomar medidas de prevenção para diminuir o risco de doenças cardiovasculares, então controle o colesterol no sangue, prevenir e controlar a pressão alta, prevenir e controlar o diabetes, não fume, moderar a ingestão de álcool, manter um peso saudável, praticar atividade física regularmente, ter dieta saudável.



Associados e a palestrante

ESPORTE



Integração Esportiva

Conforme divulgado no BI do mês de setembro, a integração esportiva programada para o dia 31/10/2014 foi adiada para uma nova data a ser divulgada oportunamente.

Vôlei Adaptado

Estamos convidando todos os associados a participarem do vôlei adaptado na Associação Okinawa Kenjin de Campinas, Av. Marechal Rondon, Jd. Eulina, nº 3360, todas as terças e quintas feiras a partir das 09:00 horas. Informações com Ester ou Robinson na AAFC Campinas pelo telefone (19) 3326-2500

Futebol

Prestigiem nosso futebol, comparecendo e participando todas as quartas feiras no campo do Cambuí a partir das 16:00 horas



**Associação dos
Aposentados
da Fundação CESP**

O Boletim Informativo é uma publicação mensal da
AAFC - Regional Campinas
Rua Percilio 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
Tel: (11) 4411-1844
aafcataiba@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.



Esclarecimentos sobre o FGTS

Iniciou-se nos meios especializados e rapidamente tomou conta de toda a imprensa a discussão acerca da correção do FGTS.

No âmbito de nossa Associação tornaram-se inúmeras as consultas à respeito, razão pela qual entendemos necessário tecermos alguns comentários de modo a esclarecer a real situação.

O FGTS foi criado na década de 1960 de forma opcional tornando-se, após a Constituição de 1988, obrigatória para todos os trabalhadores que ingressavam em novas relações de emprego, obrigando-se os empregadores a depositar mensalmente o valor equivalente a 8% do salário do empregado junto à Caixa Econômica Federal, sujeitando-se esses depósitos à correção monetária e juros de 3% ao ano.

Em 1991 foi promulgada a Lei nº 8.177/91 que estabeleceu que dali em diante a correção monetária seria realizada com base na TR (taxa referencial) sendo a partir daí que surgiram os problemas decorrentes do fato de que a TR não é um índice de correção do valor da moeda ou correção monetária e sim a remuneração média paga pelos bancos de forma que ela não poderia ter sido utilizada para recuperação da perda do poder de compra.

A partir de 1999 o Governo editou a Resolução CMN 2.604/99 que estabeleceu mudanças nos critérios de cálculo da TR e esse índice passou a distanciar-se cada vez mais dos índices de inflação e, conseqüentemente, o dinheiro guardado no FGTS passou a perder o seu poder aquisitivo estando atualmente praticamente zerado em termos de correção, pra se ter uma idéia da discrepância em 2013 a Tr foi fixada em 0,1910% ao passo que o INPC foi de 5.56%.

Recentemente o STF em julgamento referente ao pagamento de precatórios (dívidas públicas para credores particulares) decidiu que a TR não é o índice indicado para corrigir aquelas dívidas e sim o INPC, em decorrência desse precedente e a sua similaridade com a questão da correção do FGTS houve uma “enxurrada” de ações judiciais, cerca de 50.000 ações judiciais e coletivas, sendo que destas apenas 27 haviam sido exitosas em primeira instância

Face a grande movimentação nas esferas judiciais em termos de ingresso de novas ações, a pedido da CAIXA o STJ determinou, em fevereiro último, a suspensão de todas as ações e em todas as instâncias, que versem sobre as diferenças do FGTS até que aquela Corte julgue recurso acerca desse tema.

Assim, nossa recomendação é de que se aguarde a decisão do STJ e do STF, este irá julgar ação proposta pelo partido Solidariedade com o mesmo objetivo e a partir daí sim, caso as decisões sejam favoráveis, ingresse com as ações judiciais posto que as instâncias inferiores tendem a seguir o mesmo entendimento das esferas superiores.

Não há razão para pressa porquanto a prescrição para os casos em comento é de 30 anos, assim até 2029 pode ser proposta a ação judicial.

Em resumo:

Quem tem direito?

Trabalhadores que possuem ou possuíram valores depositados em contas do FGTS a partir de 1999 que foi quando começaram as diferenças entre a TR e os índices inflacionários.

O recebimento será automático?

A princípio não. Será necessário ser o direito reconhecido judicialmente, através da proposição da ação judicial competente perante a Justiça Federal.

No caso de sucesso na ação como se dará o recebimento dos valores?

Quem estiver na ativa terá os valores depositados diretamente na conta vinculada para saque nas condições previstas em lei.

Os demais farão o saque perante a Caixa Econômica Federal.

É aconselhável propor a ação imediatamente?

Não há necessidade de pressa como já dissemos pois é possível a proposição até 2029. Como toda ação judicial envolve custos, na hipótese de se ingressar hoje e na hipótese de decisão desfavorável, a parte terá que arcar com o custo das despesas processuais e dos honorários de seu advogado, poderá ter que arcar com os valores custeados pela CAIXA para a sua defesa no processo, inclusive honorários de sucumbência a serem arbitrados no final.

Quais documentos preciso?

Como será necessário comprovar ao Juiz a existência das contas e dos valores depositados é importante obter o extrato analítico de todas as contas vinculadas ao seu PIS de 1999 até hoje, mesmo aquelas que já estão inativas ou já tiveram valores parcial ou integralmente sacados.

Alerta aos Associados

Algumas prestadoras de serviços, notadamente aquelas cujos trabalhos são realizados por metro quadrado ou linear, valendo-se de boa fé dos consumidores vêm adotando práticas condenáveis quando contratadas.

Assim ao realizar o orçamento no local da execução, estimam uma metragem e, após sua conclusão, surpreendem o consumidor com a informação de que foi necessária metragem muito maior do que aquela inicialmente prevista.

Com isto a previsão inicial de valores para o pagamento muitas das vezes é superado em até 5 a 10 vezes.



Em seguida, aproveitando a fragilidade do consumidor face à situação, oferece um parcelamento para o pagamento mesmo o consumidor discordando do valor, através de cheques ou cartão de crédito.

Caso o consumidor opte por não realizar o pagamento, em poucos dias estará recebendo em sua residência um boleto para pagamento do valor total com vencimento para os próximos 5 ou 10 dias.

Na hipótese de não efetuar o pagamento do boleto, o nome do consumidor é imediatamente encaminhado para o Tabelionato de Protestos e para as entidades protetoras do crédito (SCPS/SERASA).

A partir daí as consequências são desastrosas, com restrição de crédito, perda de limites de cheque especial, dificuldades de contratar empréstimos e etc.

O Código de Defesa do Consumidor prevê que o consumidor tem o direito de tomar conhecimento prévio do orçamento especificando claramente o valor dos serviços e aprovar ou não a sua realização.

Caso venha a ser vítima do golpe fazendo ou não o pagamento, recomenda-se procurar o PROCON para a tentativa de uma solução via administrativa e, sendo infrutífera, socorrer-se da via judicial intentando a ação competente.

SAÚDE E BEM ESTAR



Diabetes

Diabetes Mellitus é uma doença do metabolismo da glicose causada pela falta ou má absorção de insulina, hormônio produzido pelo pâncreas e cuja função é quebrar as moléculas de glicose para transformá-las em energia a fim de que seja aproveitada por todas as células. A ausência total ou parcial desse hormônio interfere não só na queima do açúcar como na sua transformação em outras substâncias (proteínas, músculos e gordura).

Na verdade, não se trata de uma doença única, mas de um conjunto de doenças com uma característica em comum: aumento da concentração de glicose no sangue provocado por duas diferentes situações:

a) Diabetes tipo I – o pâncreas produz pouca ou nenhuma insulina. A instalação da doença ocorre mais na infância e adolescência e é insulino dependente, isto é, exige a aplicação de injeções diárias de insulina;

b) Diabetes tipo II – as células são resistentes à ação da insulina. A incidência da doença que pode não ser insulino dependente, em geral, acomete as pessoas depois dos 40 anos de idade;

c) Diabetes gestacional – ocorre durante a gravidez e, na maior parte dos casos, é provocado pelo aumento excessivo de peso da mãe;

c) Diabetes gestacional – ocorre durante a gravidez e, na maior parte dos casos, é provocado pelo aumento excessivo de peso da mãe;

d) Diabetes associados a outras patologias como as pancreatites alcoólicas, uso de certos medicamentos, etc.

Sintomas

* Poliúria – a pessoa urina demais e, como isso a desidrata, sente muita sede (polidipsia);

* Aumento do apetite;

* Alterações visuais;

* Impotência sexual;

* Infecções fúngicas na pele e nas unhas;

* Feridas, especialmente nos membros inferiores, que demoram a cicatrizar;

* Neuropatias diabéticas provocada pelo comprometimento das terminações nervosas;

* Distúrbios cardíacos e renais.

Fatores de risco

* Obesidade (inclusive a obesidade infantil);

* Hereditariedade;

* Falta de atividade física regular;

* Hipertensão;

* Níveis altos de colesterol e triglicérides;

* Medicamentos, como os à base de cortisona;

* Idade acima dos 40 anos (para o diabetes tipo II);

* Estresse emocional.

Recomendações

* O tratamento do diabetes exige, além do acompanhamento médico especializado, os cuidados de uma equipe multidisciplinar. Procure seguir as orientações desses profissionais;

* A dieta alimentar deve ser observada criteriosamente. Procure ajuda para elaborar o cardápio adequado para seu caso. Não é necessário que você se prive por toda a vida dos alimentos de que mais gosta. Uma vez ou outra, você poderá saboreá-los desde que o faça com parcimônia;

* Um programa regular de exercícios físicos irá ajudá-lo a controlar o nível de açúcar no sangue. Coloque-os como prioridade em sua rotina de vida;

* O fumo provoca estreitamento das artérias e veias. Como o diabetes compromete a circulação nos pequenos vasos sanguíneos (retina e rins) e nos grandes vasos (coração e cérebro), fumar pode acelerar o processo e o aparecimento de complicações;

* O controle da pressão arterial e dos níveis de colesterol e triglicérides deve ser feito com regularidade;

* Medicamentos à base de cortisona aumentam os níveis de glicose no sangue. Não se automedique;

* O diagnóstico precoce é o primeiro passo para o sucesso do tratamento. Não minimize seus sintomas. Procure logo um serviço de saúde se está urinando demais e sentindo muita sede e muita fome.

Tratamento

O diabetes não pode ser dissociado de outras doenças glandulares. Além da obesidade, outros distúrbios metabólicos (excesso de cortisona, do hormônio do crescimento ou maior produção de adrenalina pelas supra-renais) podem estar associados ao diabetes.

Continua na página 6

Excursão ao Circuito das Águas Hotel Mantovani em Águas de Lindóia

O Departamento de Turismo da AAFC de Campinas no período de 1 a 4 de outubro reuniu um grupo de 138 pessoas e realizou uma grande excursão ao Circuito das Águas, ficando hospedado no Hotel Mantovani, da Cidade de Águas de Lindóia, Realizando passeios nas cidades de Monte Sião, Jacutinga e Serra Negra. Mais uma vez o grupo teve oportunidade de conhecer a beleza da natureza serrana e realizar compras nas cidades do Circuito das Malhas e City Tour de trenzinho visita aos principais pontos turísticos de Águas de Lindóia chegando até o Cristo Redentor a 1200mts de altitude com uma privilegiada vista panorâmica da Serra da Mantiqueira. Todas as noites jantares dançantes com música ao vivo. Uma grande noite foi preparada pelos organizadores do evento com Baile Anos Dourados, Mais uma vez a excursão foi um sucesso e o Departamento de Turismo agradece a participação dos associados.



Participantes da excursão



FALECIMENTO



Dia: 04/09/2014.

Sr. Izildo Perini, nosso associado de Jundiáí.

À família enlutada, nossas condolências.

Distrito de Jundiáí Reunião Mensal de Outubro

Em nossa reunião do mês de outubro contamos com a presença das Sras. Vanessa e Jéssica representantes da farmácia Drogasil, que proferiram uma palestra sobre “Câncer de Mama” – relatando que, o câncer de mama é o que mais incide na população feminina, sendo um tumor maligno que se desenvolve na mama como consequência de alterações genéticas em algum conjunto de células da mama. O câncer de mama é silencioso, o que torna difícil a detecção sintomas. Além de consultar um ginecologista, nunca dispense fazer o auto-exame, pois é através dele que mais de 80% dos tumores são descobertos. Após a palestra, o Gerente do Distrito, Pedro Pompermayer e o Superintendente Regional, José Luis Gardin, teceram comentários pertinentes aos nossos associados. Ao final da reunião fizemos um sorteio aos presentes.



Palestrantes

Campanha do Brinquedo

Durante o mês de Novembro estaremos realizando a “Campanha do Brinquedo” - Participe doando um brinquedo em bom estado (ou com dinheiro e a nossa Associação se encarregará da compra). A arrecadação irá até o dia 03/dezembro/2014 e o montante arrecadado será entregue a uma Instituição Beneficente fazendo a alegria de crianças carentes.

Como chegar à Chácara da Associação do Sindicato dos Policiais Civis

Acessar a Avenida Clemente Rosa – Vila Maringá (referência Posto Ipiranga)

Seguir sempre em frente aproximadamente 05 Km até chegar na chácara nº4603, que fica no lado esquerdo da avenida, como referência fica quase em frente ao bar “Recanto Santa Clara”.

Local do estacionamento: Dentro da chácara ou passando a chácara em terreno ao lado esquerdo.

Diabetes

Continuação da Página 4

O tipo I é também chamado de insulino dependente, porque exige o uso de insulina por via injetável para suprir o organismo desse hormônio que deixou de ser produzido pelo pâncreas. A suspensão da medicação pode provocar a cetoacidose diabética, distúrbio metabólico que pode colocar a vida em risco.

O tipo II não depende da aplicação de insulina e pode ser controlado por medicamentos ministrados por via oral. A doença descompensada pode levar ao coma hiperosmolar, uma complicação grave que pode ser fatal.

Dieta alimentar equilibrada é fundamental para o controle do diabetes. A orientação de uma nutricionista e o acompanhamento de psicólogos e psiquiatras podem ajudar muito a reduzir o peso e, como consequência, criar a possibilidade de usar doses menores de remédios.

Atividade física é de extrema importância para reduzir o nível da glicose nos dois tipos de diabetes.

Fonte: www.drauziovarella.com.br

Cronograma de Pagamentos do 13º INSS e Fundação Cesp

INSS: 2ª parcela do 13º

Benefícios até 1 Sal.Mínimo

De 24/11/14 a 05/12/2014

(obedecendo a escala de pgto. de benefícios)

Benefícios acima de 1 Sal.Mínimo

Finais 1/6 - 01/12/2014

Finais 2/7 - 02/12/2014

Finais 3/8 - 03/12/2014

Finais 4/9 - 04/12/2014

Finais 5/0 - 05/12/2014

Fundação Cesp - 13º

Suplementados - 11/12/2014 - Pagto. Integral

Complementados: 28/11/2014 - 1ª parcela

19/12/2014 - 2ª parcela

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 maxiaud maxiaud

Vendas - Locação - Administração

Creci 58501

Laerci Manhani

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

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