



*É Natal! Mais um ano chega ao seu final.
Colhemos os frutos semeados ao longo da nossa
caminhada, revemos as nossas ações, reconhecemos
alguns erros e nos orgulhamos de nossas vitórias.
Olhamos para a frente! Com esperança recebemos
um novo ano, encarando com disposição
novos desafios.
Que o espírito natalino faça brotar dentro de
cada um de nós a coragem e a sabedoria para
seguir nos trilhos do bem, em busca de novas e
boas realizações.
Que o próximo ano seja de saúde, paz, conquistas
e felicidades para todos nós!*

São os desejos da AAFC Regional Campinas!



Expediente de Final de Ano Regional Campinas e Distritos

*Comunicamos aos nossos associados
que não haverá expediente nos dias
24/12 à 26/12/2014 e 31/12 à
02/01/2015.*

Reunião Mensal

Data 29/01/2015 Horário 14:00 Hs

*A próxima reunião mensal será no dia 29 de
Janeiro de 2015, com a palestra sobre Surdez com
o Dr. Rodrigo Coimbra da Reabilyt Clínica
Auditiva.*



Caros Associados



Este foi um ano de muito trabalho mas também de alegrias e realizações.

Mas o mais importante é refletir sobre os acontecimentos, a jornada do dia-a-dia e, concluir ao final, que tivemos um saldo de crescimento e aprendizado.

Queremos deixar aqui nossos agradecimentos aos nossos colaboradores, sejam da Sede Regional ou dos Distritos, por mais um ano de trabalho e cooperação, confiança e dedicação.

A sinergia se faz a partir da união e colaboração de todos em prol de um único objetivo e neste ano que passou vocês foram um membro de nossa família e graças aos esforços mútuos todos atingimos nossas metas e conquistas.

Queremos que vocês continuem sempre com essa alegria, com esse companheirismo e continuem nos prestigiando, pois só assim, teremos motivos para buscar sempre o melhor. Que nesse final de ano vocês possam somar todas as alegrias e dividir seu entusiasmo de ser feliz. Somos privilegiados porque contamos com sua amizade, apoio e confiança. A nossa meta é oferecer sempre o melhor aos nossos associados, dando sequência na construção de um caminho de amor, alegria e de esperança.

Aos associados, amigos e familiares elevamos o nosso carinho, e os agradecimentos por prestigiar nosso trabalho e pela confiança e desejamos um Feliz Natal e um Ano Novo pleno de realizações.

José Luis Gardin.

Superintendente Regional.



Reunião Mensal

Na reunião de outubro, tivemos uma palestra com o Dr. Dário Jorge Giolo Saad, sobre o Câncer de mama, enfatizando que é uma doença que acomete mais as mulheres. São fatores de risco a idade avançada, a exposição prolongada aos hormônios femininos, o excesso de peso e a história familiar ou de mutação genética.

O primeiro sinal da doença costuma ser a presença de um nódulo único, não doloroso e endurecido na mama, porém deve-se considerar como outros sinais: a deformidade, o aumento da mama, a retração da pele ou do mamilo, os gânglios auxiliares aumentados, vermelhidão, edema, dor e a presença de líquido nos mamilos.

O doença pode ser diagnosticada através da mamografia (raio X das mamas) que é o exame mais indicado para detectar precocemente a presença de nódulos.

Apesar de a maioria dos nódulos de mama ter características benignas, para afastar qualquer erro de diagnóstico, deve ser solicitada uma biópsia para definir se a lesão é maligna ou não. Sobre o tratamento disse que os mais indicados são a quimioterapia, radioterapia, hormonioterapia e cirurgia. Recomendou ainda que se faça auto-exame, pois cerca de 90% dos tumores são detetados pela própria paciente. Procurar o médico para submeter ao exame anualmente para pessoas com idade acima de 40 anos. Finalizando salientou que também nos homens pode se manifestar a doença.



Dr. Dário e associados



**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
Tel: (11) 4411-1844
aafc[atibaia@uol.com.br

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



As atividades de Volei Adaptado se encerrarão dia 11/12/2014, retornando dia 13/01/2015 e as do Futebol se encerrarão dia 10/12/2014 retornando no mês de fevereiro de 2015

TURISMO



Excursão Angra dos Reis

No período de 20 à 24 de setembro, o Departamento de Turismo realizou excursão para Angra dos Reis com participação dos associados de Campinas, Jundiá e Itapira. O grupo ficou hospedado numa pousada localizada na Ilha Grande. Uma parte do grupo fez passeios de escuna, pelas ilhas do arquipélago e se divertiu fazendo trilhas, compras em Abraão, admirando as belezas locais, andando de caiaque e se bronzeando nas praias da Baleia, Flexas, Grumixama, Lagoa Azul e Cataguases. Para felicidade, o grupo foi brindado com show de vários golfinhos, alegrando mais o passeio. A outra parte do grupo aproveitou os dias para praticar pesca a bordo de um barco da pousada. O Departamento de Turismo agradece aos participantes pela amizade reinante e pela alegria e bom humor de todos.



Participantes da excursão

NOTÍCIAS DOS DISTRITOS



Distrito de Jundiá

Reunião Mensal de Novembro

A reunião de novembro iniciou-se com os representantes da farmácia Drogasil, Sra. Vanessa e Sr. Tales, fazendo medição de glicemia em nossos associados, em seguida Pedro Pompermayer, Gerente do Distrito e José Luiz Gardin, Superintendente Regional, teceram comentários pertinentes aos nossos associados.

Dando sequência, os representantes da farmácia, Sras.: Vanessa, Jéssica e Sr. Tales, apresentaram a palestra com o tema Diabetes, dizendo que é uma síndrome metabólica de origem múltipla, decorrente da falta de insulina e/ou da incapacidade de a insulina exercer adequadamente seus efeitos, causando um aumento da glicose, açúcar, no sangue. A insulina promove a redução da glicemia ao permitir que o açúcar que está presente no sangue possa penetrar dentro das células, para ser utilizado como fonte de energia. Portanto, se houver falta desse hormônio, ou mesmo se ele não agir corretamente, haverá aumento de glicose no sangue e conseqüentemente o diabetes. Ao final da reunião fizemos um sorteio premiando os presentes.



Abertura da reunião

Palestrantes da Drogasil

Atenção Associados do Distrito

A próxima reunião mensal será no dia 02 de Fevereiro de 2015.
Prestigiem comparecendo.

Distrito de Atibaia

Confraternização de Final de Ano

Local: Restaurante Le Visú - (antigo Restaurante Pappagallo), Av. Professor Lucas Nogueira Garcês, 4745, Bairro Estância, Atibaia.

Data e horário: 21/12/2014 a partir das 11:30 horas.

Cardápio: churrasco, (alcatra, linguiça, frango, coração); guarnição, (arroz, feijão, pescada provençal, brócolis, farofa, vinagrete, penne ao sugo, lasanha bolonhesa); mesa de saladas; sobremesa (arroz doce, doce de abóbora, abacaxi, melancia).

Incluso: água, refrigerante e ou suco de fruta.

Animação: música ao vivo.

Preços: Associados: R\$ 15,00

Convidados: R\$ 25,00

Crianças até 5 anos: grátis

Crianças de 6 a 10 anos R\$ 15,00.

Convites: disponíveis à venda somente na sede do Distrito de Atibaia, R. Otávio Passos, 110, de Segunda à Sexta Feira no horário das 9:00 às 12:00 e 14:00 às 17:00 horas, do dia 01/12/2014 até o dia 19/12/2014.

Obs.: os convites não serão vendidos no local, no dia do evento.

Informações: telefone - (011) 4411-1844 com Murillo ou Vladmir.

SAÚDE e BEM ESTAR**Campanha de Saúde
Palestra da próxima reunião mensal**

A audição é o sentido que mais nos coloca dentro do mundo e a comunicação humana é um bem de valor inestimável. Costuma-se não perceber a importância da audição em nossas vidas a não ser quando começa faltar a nós próprios. A surdez, por ser um defeito invisível, não recebe da sociedade a mesma atenção que é dada a portadores de outras deficiências. O deficiente auditivo tende a se separar de outras pessoas, trazendo para si as consequências do isolamento. A dificuldade maior ou menor que ele tem para ouvir e se comunicar depende do grau de surdez, que pode ser leve, moderada, severa e profunda.

Fonte: www.abccadsaude.co.br/artigo.php?402

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.

FALECIMENTOS

Dia: 04/09/2014.

Sr. Aldo José Rodrigues Valdo, nosso associado de Campinas.

Dia: 29/10/2014.

Sr. Wayne Trippe, nosso associado de Jundiá.

Às famílias enlutadas, 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 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

**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