

## José Maria Souza Soares - tratando bem da vida e das pessoas



José Maria em família



Trabalhar, brincar, jogar, ter compromisso em ajudar a quem puder, tratar bem as pessoas. Esta é receita de aposentadoria do atleticano José Maria Souza Soares, dentista de profissão, que saiu do Piauí para se enfrontar nas montanhas de Minas. Mas nunca esquecendo as raízes - está sempre voltando à terra natal para beber das águas do Parnaíba. Vejam o que ele tem a contar no Estilo de Vida, pág.3.

### AAPPU e Fundação São Francisco Xavier: saúde em pauta

Uma das propostas da diretoria da AAPPU, desde seu primeiro mandato, é a de sempre informar e esclarecer os associados sobre dúvidas “históricas” em relação aos planos de saúde oferecidos pela FSFX, seja através de matérias em nosso jornal, seja em reuniões entre as diretorias das duas organizações e os nossos associados. Este ano não foi diferente: no dia 25 de agosto, quem compareceu à reunião na Associação Comercial de Minas Gerais pôde ver o estudo realizado pela Towers Watson, referente à evolução dos custos de assistência à saúde e à situação do Fundo Saúde, além dos desafios e perspectivas. Entretanto, a grande maioria dos associados não participa desses encontros e, assim, perdem a oportunidade de criticar, elogiar, dar sugestões para a melhoria de vários benefícios que são nossos.

Para quem quiser se inteirar do que foi tratado, a AAPPU está disponibilizando cópia da gravação de tudo que foi questionado. Inclusive, as novidades sobre “**Prevenção da Saúde**”, que é a meta principal e atual dos planos de saúde e da qual dependerá a atenção aos pacientes, não só nos hospitais como em domicílio, bem como as relacionadas à administração dos recursos do Fundo Saúde. É só levar um DVD – as secretárias farão as cópias.



Maria Ignez e o superintendente dos Planos de Saúde da FSFX, Adseu Andrade

**Saúde do homem: melhor prevenir do que remediar – Pág. 5**

**Seu Direito: O direito ao alcance do cidadão – Pág. 6**

## Crenças e atitudes

Segundo a crença popular, o mês de agosto é símbolo de mau agouro e de dias difíceis. Crençices à parte, o que importa mesmo são as atitudes: agir com consciência, maturidade e perseverança é, sem dúvida, o melhor caminho para superar dificuldades e alcançar nossas metas. Uma iniciativa positiva é cuidar da saúde: em 8 de agosto comemora-se o **Dia Nacional de Combate ao Colesterol** e nunca é demais lembrar alguns hábitos para mantê-lo sob controle – tanto o bom (HDL) quanto o ruim (LDL). Vamos lá: alimentação saudável (consumir mais fibras solúveis como feijão, farelo de aveia, ervilha; frutas cítricas, maçãs, morango, amora, berinjela, azeite extra virgem, salmão, sardinha, atum, soja etc), atividade física, não fumar, controlar o peso, diminuir o consumo de álcool e por aí vai. Não esquecendo de sempre procurar o médico ou nutricionista para uma avaliação personalizada. (Fonte: <http://prevencao.cardiol.br/campanhas/colesterol/cartilha-colesterol2014.pdf>). Agosto nos traz também o **Dia do Advogado (11)**, o **Dia de Combate à Poluição (14)**, o **Dia do Soldado (25)**.

O **Dia Nacional de Combate ao Fumo (29)** nos alerta que o fumo, quando queimado, produz mais de quatro mil substâncias químicas, sendo que 60 delas são cancerígenas. (<http://www.brasilecola.com/datas-comemorativas/dia-nacional-combate-ao-fumo.htm>)

Há datas e datas – todas com sua relevância – mas uma que mexe com o coração de todos é o **Dia dos Pais** – comemorado no segundo domingo de agosto. O dia já passou, mas como queremos nossos pais sempre mais saudáveis, de bem com a vida, aproveitamos a oportunidade para lembrá-los (e aos homens, em geral) sobre alguns cuidados que devem tomar para se manterem inteiros, compartilhando com suas famílias muitos e muitos tempos de alegria, de carinho, de convívio. Assim, não deixem de ler em **Diversos (pág.5)** a matéria “Saúde do homem: melhor prevenir do que remediar”. Cuidem-se, papais, e recebem o abraço da AAPPU.

Boa leitura a todos!

## Avisos

### Parceria AAPPU / Suggar Eletrodomésticos

Já está valendo a parceria firmada, em junho, entre a Associação e a Suggar Eletrodomésticos. Pelo acordo, o associado, funcionários ou prestadores de serviços da AAPPU podem acessar a loja virtual da Suggar pelo endereço eletrônico <https://loja.suggar.com.br/default.aspx?parceiro=EMPRESA1>, para uma compra segura, confiável, com descontos expressivos e competitivos em relação ao mercado em geral.

**A Associação**, em nenhuma hipótese, vai se responsabilizar pelo pagamento de quaisquer compras efetuadas por seus associados e demais facultados junto a Suggar. Em caso de inadimplência, por qualquer um deles, a empresa deverá cobrar diretamente de quem efetuou a compra. O pagamento dos produtos será feito mediante cartão de crédito ou boleto bancário. Mesmo quem se desligar da Associação terá o benefício dos descontos proporcionados na Loja Virtual da Suggar, se for de seu interesse. Nenhuma das partes – AAPPU e Suggar – recebem qualquer remuneração proveniente da parceria.

## Novos Sócios

**Nelsita Anelina Alves de Castro** - Pensionista de Antônio Alves de Castro

**Leide Zanon da Silva** - Pensionista de José Eustáquio da Silva

## Óbito

**Antenor Ferreira** - 28/08/2014 -Trabalhou em Ipatinga.

À família, nossos sentimentos.

### Expediente

Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Previdência Usiminas (AAPPU)

Av. Amazonas, 298 – sala 1401 – Tel.: (31)3271-6049 – [www.aapceu.com.br](http://www.aapceu.com.br) – E-mail: [aapceu@aapceu.com.br](mailto:aapceu@aapceu.com.br)

#### Presidente

Maria Ignez Gerken de Sousa

#### Diretor-Secretário

Concesso da Silveira Caldas

#### Diretora Social

Armanda Soares

#### Diretora de Comunicação

Elaine Rosali da Conceição

#### Jornalista Responsável

Margareth Pettersen - MG02940

#### Fotografias

José Maria Soares/Rejane Carvalho/

Arquivo AAPPU/AEU

#### Colaboração

Rejane Carvalho

#### Diagramação, composição e arte

Lucilaine Silva

#### Tiragem

1000 exemplares

#### Impressão

Big Editora Gráfica

#### Circulação

Distribuição Gratuita

## José Maria Souza Soares: do Piauí para Minas, com muita garra e determinação

José Maria Souza Soares veio ao mundo em Amarante, Piauí, mas foi registrado como cidadão de Palmeirais. Explica-se: naqueles tempos, como era costume, todos que pertenciam à família compartilhavam o mesmo teto – no caso, a fazenda do avô, que, desestimulado com a “terra seca” de Amarante, resolveu mudar de pouso. Foi assim que “Zé Maria”, com dois meses de idade, aportou na fazenda Castelhana, no município de Palmeirais, situado a 112 km de Teresina, banhado pelo rio Parnaíba. Aí, ele fez o primário. O primeiro ano científico e o segundo fez em Teresina, concluindo o curso secundário no Rio de Janeiro, onde estudava e trabalhava - era funcionário do Bemge. Transferido para Minas, trabalhou mais dois anos no banco; saiu, e foi cursar Odontologia, em Belo Horizonte, formando-se em 1953.

Após a formatura, por ingerência do avô, José Maria voltou ao Piauí, onde ficou trabalhando como dentista por três anos, em Floriano, e na capital, Teresina. Voltou a Minas e, contratado pela Cemig, trabalhou no Hospital São Francisco de Três Marias, convivendo com diversos médicos, entre eles, Derly Gomide e José César Villamarim. Quando os dois amigos saíram da Cemig para ingressar na Usiminas, em Ipatinga, o indicaram ao doutor Paulo Pinto para trabalhar na área odontológica da empresa, sendo admitido em agosto de 1964. Ficou na Usiminas/Ipatinga durante sete anos, atendendo funcionários e seus dependentes, assumindo, posteriormente, a coordenação da área, o que lhe exigiu novos aprendizados em administração. Um dos feitos, lembra orgulhoso, foi a captação de recursos junto a empresa para que a Divisão de Águas e Esgoto, chefiada pelo engenheiro Hideiro Obata, adquirisse o material necessário para fluoretar a água utilizada na localidade e, assim melhorar a saúde oral da população infantil. A inspiração veio de uma reportagem da revista Reader's Digest, que falava sobre a experiência realizada em duas cidades americanas, com muito sucesso. Para respaldar, fez o levantamento epidemiológico das crianças de 6 a 12 anos, em todos os bairros residenciais assistidos pela empresa, para avaliar a incidência de cáries. “A equipe de trabalho era eu, um auxiliar de odontologia e o meu carro”, lembra.

Sua interface administrativa o levou à presidência do Clube Morro do Pilar, onde construiu a sede social, quadras de vôlei e futebol e outros melhoramentos. Transferido para BH em 1971, continuou atuando na área administrativa, conjugando-a com a perícia odontológica. Além da Usiminas, onde cumpria jornada de 5 horas diárias, trabalhava em seu consultório particular, que fechou em 1976, quando entrou para a Usimec. Na Usiminas e Usimec integrou a equipe que implantou o sistema de credenciamento e convênios com profissionais de saúde. Em 1973, associou-se à AEU, vindo a presidi-la mais tarde. Aposentou-se em 1982, mas manteve-se em atividade indo trabalhar na área pública, no Ipsemg.



José Maria entre os amigos da AAPPU - Arminda e Wellington

### Família

A amizade com José César Villamarim rendeu frutos: no dia do casamento do amigo, José Maria conheceu a irmã dele, Ruth. Atraído pela beleza e simpatia da moça, logo integrou-se a sua família. Casou-se em 1962, e comemora, feliz, 51 anos de um casamento muito bem-sucedido. O casal tem três filhos: o economista José Luiz (que dirige núcleo de dramaturgia da Rede Globo); Rodrigo, dentista e professor da PUC; Renato, diretor executivo da empresa de marketing Guia MKT Promocional, e quatro netos – Lucas, Gabriela, Luiz e Rafael.

### Além do trabalho

Amigos fez em toda parte - as atividades sociais estimularam. Gosta de ler, de cinema, de jogar cartas e paciência, no computador. Faz caminhadas, pilates; às quintas-feiras tem um compromisso sagrado: encontrar o irmão no bar, tomar vinho e por a conversa em dia. Outra paixão – viajar: “conheço um pouco do mundo – vários países da América Latina, Europa, além do Brasil e Minas, é claro”, destaca. A próxima viagem será ao Piauí, para matar as saudades e beber da água do Parnaíba, na fazenda da família. Aliás, da terra natal, Amarante, José Maria evoca o poeta **Da Costa e Silva**, “autor de dois dos mais belos versos sobre saudade: *Olhar de minha mãe rezando e Saudade, asa de dor do pensamento*”.

### AAPPU

Associado à AAPPU, desde 22/07/86, é membro do Conselho Deliberativo e presta assessoria informal na área da saúde: foi ele quem coordenou as parcerias com diversos profissionais para atendimento odontológico aos associados. Compromissos familiares o levam a participar pouco das viagens programadas pela Associação. Mas declara: “Maria Ignez é minha irmã – muito competente e cumpre muito bem o seu papel: o associado pode ficar tranquilo com relação à diretoria que tem e que está sempre atenta a tudo que possa melhorar sua qualidade de vida.”



## MÃOS A OBRA

Em reunião realizada pelo plenário do Conselho Municipal de Políticas Urbanas (Compur), a prefeitura de Belo Horizonte determinou à AEU realizar diversas obras no Clube, entre as quais destacamos:



- implantar projeto paisagístico conforme aprovado pela Secretaria Municipal de Meio Ambiente (SMMA);
- implantar projeto de sistema de ligação de drenagem pluvial e reaproveitamento com caixa de captação de acordo com projeto aprovado pela Sudecap;
- plantio de árvores nas áreas internas;
- apresentar projeto de ligação predial ao Sistema Público de Drenagem Pluvial;
- retificar o projeto de Abrigo de Resíduos Sólidos;
- apresentar, na fase de cumprimento de diretrizes, a Consulta Prévia e toda documentação prevista na consulta;
- prever rotas acessíveis no projeto arquitetônico a ser aprovado pela Secretaria Municipal Adjunta de Regulação Urbana (SMARU).

Das determinações acima, a Associação já está realizando a instalação de um elevador externo que dá acesso às áreas das piscinas e do Belvedere, além de outras obras de acessibilidade para pessoas com dificuldade de mobilidade e cadeirantes, entre as quais se incluem os estacionamentos e rampas externas e internas. Serão 120 dias de obras e, claro, de muita poeira, barulho e muitos outros desconfortos. Mas o resultado final valerá a pena e trará inúmeros benefícios a nossos associados. Assim, solicitamos a compreensão de todos – associados, usuários do Clube e da Mecânica do Corpo, bem como dos alunos da Perfis Academia. Tenham a certeza de que estamos fazendo o possível para minimizar os transtornos.

## II - HAPPY HOUR

A AEU vai completar **55** anos e quer comemorar com vocês em grande estilo. A começar pelo som, com contratação da **Banda Apple Sound** (a mesma que encantou nossos convidados no réveillon de 2014). O buffet, estará a cargo do parceiro **Relicário Bar**. Juntos, produziremos uma grande festa: você traz a sua alegria; a AEU oferece os drinks para brindarmos e comemarmos MUITO. Aceite o nosso convite e venha participar.

**Data e horário: 19 de setembro, de 21h as 2h**

**Convites:** à venda na secretaria do Clube

**Valor: 1º Lote** - associados - R\$15,00      Não associados - R\$25,00

**2º Lote** - associados - R\$20,00      Não Associados - R\$30,00

**Informações: 3499-8681 e 3499-8350**

## RECREAÇÃO E LAZER

A partir de setembro, uma vez por mês, sob a orientação e coordenação dos professores da **Perfis Academia**, os usuários do Clube serão convidados a praticar hidroginástica, dança, ginástica coletiva, entre outras atividades, tornando o seu dia bem mais saudável, além de prazeroso e relaxante.

## XI TORNEIO DE FUTEBOL SOCIETY

Venha prestigiar os atletas da bola que estão participando do XI Torneio de Futebol Society da AEU e aproveitar para reencontrar os amigos. Os jogos são realizados aos sábados, a partir das 14h. Conheça as equipes que competem pelo troféu 2014: **AEU – D’GRANEL TRANSPORTES – FIVE TRAINING – VETERANOS – DREAM TEAM P.A. – GEGEL F.C. – GOLO GOLO e GT SERVIÇOS.**

## FUTEBOL FEMININO

Começou a **COPA HÍPICA BALL** e a AEU está lá, muito bem representada pelas atletas do nosso time de futebol feminino: **AEU/SHAMUSAMU**. Os jogos são disputados nos campos da Hípica Ball (Av. Firmo de Matos, 12 – Jardim Riacho – Contagem), sempre aos domingos, a partir das 13h.

## Saúde do homem: melhor prevenir do que remediar

O conteúdo abaixo, transcrito do sítio eletrônico **Minha Vida** (09/08/2013), destaca cuidados com a saúde que todo homem deve tomar - principalmente os que estão na faixa dos 50 anos ou mais. No texto, a autora, Laura Tavares, lista as principais especialidades que ele deve consultar para manter sua qualidade de vida – afinal, prevenir é melhor do que remediar. Vale salientar a fala de um dos entrevistados na matéria: “Homens acima dos 50 anos não agendam uma consulta mesmo quando já apresentam sintomas de uma doença”, afirma o urologista Daher Chade, do Instituto de Câncer.

### Os sete médicos essenciais ao homem com mais de 50 anos

*Agendar uma consulta e fazer exames antes de adoecer é um desafio para eles*

#### Oftalmologia

Após os 50 anos, doenças como a catarata e o glaucoma têm maior incidência, daí a necessidade de uma visita anual ao oftalmologista. “Grande parte das doenças dos olhos são irreversíveis, então identificar o problema precocemente pode eliminar a necessidade de cirurgias”, afirma o oftalmologista Marco Antonio Alves, diretor da Sociedade Brasileira de Oftalmologia. O especialista lembra ainda que é possível identificar outras doenças silenciosas, como o diabetes e a hipertensão, apenas por meio de exames oculares. “E mesmo quem já sabe que é portador dessas doenças pode melhorar o controle clínico delas em uma consulta oftalmológica”, complementa.

#### Odontologia

Ir ao dentista apenas uma vez ao ano é arriscado demais nessa idade. O cirurgião dentista Rodrigo Bueno de Moraes, da Associação Brasileira de Odontologia (ABO), recomenda uma visita semestral ao consultório. “Os problemas mais comuns são a gengivite, inflamação das gengivas, e distúrbios de oclusão, como o bruxismo”. Segundo ele, o intervalo entre um check-up e outro diminui caso o paciente tenha diabetes, seja fumante ou apresente outra condição que possa afetar a saúde bucal.

#### Cardiologia

“Após os 40 anos, o risco de infarto ou insuficiência cardíaca aumenta muito”, afirma o cardiologista João Manoel Rossi Neto, diretor da Sociedade de Cardiologia do Estado de São Paulo (SOCESP). Por isso, recomenda-se uma visita anual ao médico, que fará uma análise clínica do paciente, avaliando se ele apresenta fatores de risco como obesidade e gordura abdominal. Na visita ainda será solicitado o histórico familiar de doenças cardiovasculares e exames laboratoriais de rotina para avaliar o colesterol e os triglicérides. Após essa primeira bateria, os resultados indicarão a necessidade ou não de se fazer exames mais elaborados, envolvendo até mesmo ultrassom.

#### Pneumologia

“O câncer de pulmão não é o mais prevalente em homens, mas, certamente é o que mais mata, por ser um tipo mais agressivo”, afirma a pneumologista Sandra Aparecida Ribeiro, da Sociedade Brasileira de Pneumologia e Tisiologia (SBPT). Por isso, se o indivíduo é ou foi fumante, deve visitar um pneumologista anualmente para detecção desse problema. De acordo com a especialista, o risco da doença permanece mesmo após largar o cigarro. A visita ao pneumologista também deve acontecer sempre que o homem de mais idade for vítima de gripes ou resfriados.

“O risco de o problema evoluir para uma pneumonia é maior e pode levar o paciente à morte”. Outro cuidado fundamental é tomar as vacinas contra infecções respiratórias (gripe e pneumonia, por exemplo) disponíveis para pessoas de mais idade em postos públicos.

#### Urologia

A partir dos 45 anos, todo homem deve marcar uma consulta com um urologista anualmente, segundo o urologista Daher Chade, do Instituto do Câncer. Na consulta é feito o exame de toque retal que, na verdade, não leva mais do que alguns segundos. “Por meio deste e de outros exames é possível diagnosticar diversos cânceres, como o de próstata, bexiga e rim, além de doenças que podem causar infertilidade”. A periodicidade pode mudar, caso o paciente tenha histórico de familiares com doenças do trato urinário.

#### Coloproctologia

“O câncer de intestino é o que mais mata o homem depois do câncer de pulmão e do câncer de próstata”, afirma o especialista Daher. Isso porque esse tumor tem, entre os principais fatores de risco, a idade. O consumo de álcool, o tabagismo e uma dieta pobre em fibras e rica em gordura são outros fatores de risco para esse tipo de câncer - a cada cinco anos, portanto, é indicado fazer uma colonoscopia para detectar o problema precocemente. O exame consegue identificar alterações da mucosa do intestino que podem evoluir para um câncer e o tratamento dessas alterações já reduz o risco da doença.

#### Endocrinologia

“A incidência do diabetes aumenta conforme a idade”, diz a endocrinologista Claudia Chang, doutoranda em Endocrinologia e Metabologia pela USP. Por isso, é fundamental analisar a glicemia do paciente idoso regularmente. Outro ponto importante é a avaliação do perfil lipídico, que mostrará se houve aumento do colesterol LDL (prejudicial) ou diminuição do colesterol HDL (benéfico), fator de risco para doenças cardiovasculares.

A especialista recomenda ainda um exame de TSH para verificar possíveis problemas da tireoide. “Embora eles sejam mais comuns em mulheres, também podem acometer o público masculino”, afirma. Por fim, uma análise clínica poderá identificar efeitos colaterais da andropausa, fase similar à menopausa feminina. “Se necessário, é indicada a reposição hormonal para aumentar a libido e a disposição do homem”.

(Fonte: <http://www.minhavidacom.br/saude/galerias/15478-os-sete-medicos-essenciais-ao-homem-com-mais-de-50-anos>)



## O direito ao alcance do cidadão

Quanto custa buscar a proteção da Justiça? Para determinadas pessoas não custa nada. Esta afirmativa pode parecer um tanto quanto “desonesta”, mas em muitos casos não custa mesmo. Há inúmeras possibilidades para o cidadão que não dispõe de recurso financeiro ter acompanhamento judicial sem qualquer ônus.

As Faculdades de Direito dispõem de Núcleos de Assistência Jurídica com atendimento feito por estudantes de direito que são orientados por seus professores (advogados), para atendimento aos carentes financeiros. Também é possível ao cidadão o acesso aos Tribunais sem pagamento de custas, em determinados casos, comprovando-se o estado de “pobreza” daquele que necessita do amparo Jurídico e que não tem condições de arcar com as despesas de taxas e custas judiciais. Para tanto, há que se fazer uma Declaração alegando a necessidade para que o Juiz defira o pedido de Justiça Gratuita (Assistência Judiciária). Trata-se de uma declaração de pobreza no sentido legal.

Há alguns casos que o acesso ao Judiciário não necessita sequer de advogado. Assim, aquele que precisa resolver uma questão com a interferência do Estado, busca essa atenção através de Juizados Especiais que, para tanto, disponibilizam funcionários especiais para registrar o pedido do cidadão, receber os documentos como provas indispensáveis à comprovação do direito e iniciar o processo para o cidadão, adequando sua narrativa ao procedimento judicial necessário.

Apesar de toda essa disponibilização do Judiciário, o

cidadão que pretende o reconhecimento de seu direito deve acompanhar o processamento, ficar atento às datas para audiências e decisões proferidas pelo Juízo para que seu direito não pereça. De maneira mais objetiva, a presença do advogado é prescindível até a sentença do juiz. Entretanto, a partir da sentença, em caso de recurso faz-se necessário o acompanhamento do advogado.

Há casos em que não é necessário o uso do aparato judicial para a solução de conflitos de ordem de consumo. Bastante conhecido no meio de consumidores, o Procon tem sido muito utilizado pelo cidadão, independentemente de acompanhamento de advogados. Os próprios advogados do Procon atuam no sentido de restaurar o direito reclamado, e o sucesso nesses envolvimento é bastante festejado por grande parte dos que procuram o **Procon**. As empresas e prestadores de serviços acionados pelo Procon, de certa forma, empenham-se também na solução do conflito, que desgasta sua imagem.

Procon é órgão de proteção e defesa do consumidor. Pelo telefone **156** – da Prefeitura Municipal de Belo Horizonte – você terá informações de como proceder com referência à reclamação envolvendo alguma empresa ou prestador de serviços. O Procon é ligado ao Sistema Nacional de Defesa do Consumidor, que por sua vez é subordinado ao Ministério da Justiça.

De todos os meios e modos, o cidadão tem aumentada sua chance de fazer valer seu direito. A **AAPPU** disponibiliza aos associados o serviço de **Assessoria Jurídica gratuita**.

### INSS - Revisão de Benefício - Buraco Negro

De 5 de outubro de 1988 a 4 de abril de 1991

Muitos aposentados e pensionistas já estão recebendo o novo valor do benefício. Se você teve o seu benefício concedido no período de 5 de outubro de 1988 a 4 de abril de 1991, procure orientar-se para essa Revisão dos benefícios que foram limitados ao Teto Constitucional da época.

## Eventos

### “O tempo passa, o tempo voa...”

Mas a turma da Usiminas, AEU e AAPPU continua sempre na lembrança de todos. E o bom é que guardamos imagens de ontem, de hoje e de sempre para refrescar a memória. Vejam quem está nos times



Manêga, Leonardo, Jaques, Hiloshi, Ronan, Wellington, Nilson, Claret, Gibão, Vitor e Maurício



Clébio, Álvaro, Manêga, Rossini, Claret, Hiloshi, Ewerton, Jaques e Maurício



Paulo, Leibniz, Claret, Victor, Manêga, Toninho, Maurício, Álvaro, Robson, Leonardo, Ewerton, Dudu e Joaquim

### Quinta-Feira Futebol Clube

A turma ao lado é mais atual: todas as quintas-feiras os atletas se reúnem na AEU para jogar futebol e conversar fiado, embalados pela cervejinha de praxe, é claro. De vez em quando, recebem até uma adesão de última hora: no dia 3 de agosto, quem apareceu para ver os amigos foi a presidente da AAPPU, Maria Ignez Gerken de Sousa, que só ficou na torcida. Confirmam!

