

**INFORME NO. 117**  
**Setembro/2001**

***REGIMENTO INTERNO***

Em reunião realizada no dia 8 de agosto próximo passado o Conselho Deliberativo da AAPCEU aprovou o Regimento Interno da Associação. Estamos ultimando a sua impressão e brevemente iremos entregá-lo aos nossos associados.

***EXCURSÕES***

O fim de semana no SESC-Venda Nova, chegou a ser surpreendente de tão agradável: ótimas instalações, opções de lazer, excelente atendimento, muita alegria e conagração. A menor nota dada pelos Associados - em escala e 0 a 10 - foi 8 o que reflete o agrado geral. Vamos voltar.

A excursão ao Club Med, Village Rio das Pedras, atendeu à expectativa geral e durante 3 dias os Associados se confraternizaram e usufruíram de todas as oportunidades de esporte, lazer, shows etc. Uma pesquisa será encaminhada aos participantes a fim de que a excursão seja melhor aferida.

Estamos fechando a negociação para excursionarmos a Cabo Frio dia 22/OUT, 2ª feira, lá permaneceremos no Hotel La Brise, terça, quarta, quinta e manhã de sexta-feira quando teríamos ocasião de conviver com nossos colegas da A.E.U. que lá chegarão para o fim de semana; nosso regresso seria dia 26, 6ª feira à tarde.

Se você está interessado, telefone para a Nadir/Adriana 3271-6049 e faça sua inscrição; tão logo a negociação seja fechada você será devidamente informado.

Outra excursão que pretendemos realizar seria em meados de novembro, a GRAMADO/RS para usufruirmos não só das belezas e atrações da Serra Gaúcha incluindo o espetacular esquema de Natal que é atração sem precedentes. Garanta seu lugar: inscreva-se.

Os Associados que sempre se interessaram por excursões devem contactar a Associação uma vez que o informe é mensal; por outro lado, aqueles que forem integrando nosso cadastro de excursionistas, serão informados via telefone, e-mail, etc.

***IMPOSTO DE RENDA - DECLARAÇÃO ANUAL DE ISENTO***

Como uma obrigação do contribuinte, esta declaração servirá para confirmar o número de inscrição junto ao Cadastro de Pessoas Físicas - CPF daqueles não-declarantes do Imposto de Renda de 2001, como por exemplo, quem em 2000 teve ganhos inferiores a R\$10.800,00 ou se dependente de declarante do imposto de renda, que possui CPF próprio.

Estão dispensados da Declaração de Isento o cônjuge cujo número do CPF estiver informado na Declaração de Ajuste Anual do casal ou a pessoa física cuja inscrição no CPF ocorra em 2001 ou aqueles que, mesmo desobrigados, entregaram a Declaração de Ajuste deste ano.

O prazo para entrega desta declaração vai de 1º de agosto a 30 de novembro próximo. A declaração pode ser feita gratuitamente pela Internet ([www.receita.fazenda.gov.br](http://www.receita.fazenda.gov.br)), pelo telefone (0300 78 0 300) ao custo de R\$0,27 por minuto, se realizada por telefone fixo, e R\$0,50 por celular, pelos Correios e casas lotéricas, ao custo de R\$0,50 desde que o CPF tenha sido emitido a partir de novembro de 1999, e Banco do Brasil, para quem é correntista do banco. A AAPCEU coloca à disposição dos associados o serviço da Internet para quem quiser fazer a declaração desta forma. Para a declaração serão necessárias as seguintes informações: número do CPF, data de nascimento e número do Título Eleitoral. E, ainda responder sim ou não às

perguntas: se titular de conta bancária; se proprietário de veículo automotor; se proprietário de imóvel; se dependente de declarante de I. R. ou, se residente no exterior.

### ***NOTÍCIA DE ASSOCIADO***

João Honório de Magalhães Gomes - nosso ex-Diretor Social, responsável pelas ótimas festas e excursões - e sua mulher Linda, em fase de mudança para São José dos Campos, convidam aos amigos e companheiros a participarem da "Noite de Dança" que lhes será oferecida pela "Escola de Dança Primeiro Passo" à Rua Aquiles Lobo, 575 (segunda rua à direita, logo após atravessar o viaduto de Santa Tereza), a realizar-se em 28 de setembro próximo, sexta-feira, a partir das 23 horas.

O nosso colega Itamar José Pereira convida a todos a conhecerem sua "Churrascaria do Itamar", localizada à Av. Sete de Abril, 874 - Esplanada - Fones: 3463-6585 e 3481-0613.

### ***O CUIDADO COM A SAÚDE***

Estamos vivendo neste início de século XXI um "boom" na área da saúde. Vários avanços estão acontecendo e realmente este será o século da genética. Hoje se fala muito em genoma, clonagem de gene e possibilidades de produção genética de órgãos, tecidos e até mesmo de seres humanos, mas apesar de todos estes avanços sabemos que a tradicional consulta médica, com uma boa relação médico-paciente ainda é a maneira mais eficaz de resolver os nossos problemas de saúde. Procura-se muito, atualmente, pelo medicamento que resolva todas as doenças, pela melhor e mais potente vitamina, pelo antidepressivo que coloque cor em nossas vidas, mas não existem fórmulas mágicas; a medicina preventiva ainda é o melhor caminho para a manutenção da nossa saúde.

Mas o que é medicina preventiva?

Medicina preventiva pode ser conceituada como estratégias usadas em saúde que permitam prevenir a ocorrência de patologias dentro de uma faixa etária definida. Atualmente podemos evitar o aparecimento de várias doenças usando a nossa observação e alguns recursos de laboratórios, como por exemplo:

- através da palpação das mamas, da realização de mamografia anual e exame citológico podemos detectar precocemente o câncer de mama e de colo do útero;
- a realização do PSA a partir dos 40 anos e o toque da próstata podem perceber a existência também prematuramente de câncer de próstata;
- evitando o tabagismo, moderando o álcool e mantendo uma atividade física regular estaremos contribuindo para um coração mais saudável, e com isto evitando doenças isquêmicas (angina e infarto) que tanto assustam os indivíduos acima dos 45 anos;
- a medida da pressão arterial e a dosagem da glicose sanguínea, também são ferramentas eficazes na prevenção das doenças.
- Portanto não devemos nos deixar influenciar pela mídia e promessas de soluções mágicas e rápidas para os nossos problemas de saúde. A visita anual ao seu médico, com a realização periódica de alguns exames ainda é a melhor maneira para ter um envelhecimento saudável e com qualidade de vida.

### ***FALECIMENTO***

Com pesar, noticiamos o falecimento de nosso associado João Moreira de Melo, ocorrido em 23.08.2001. À família enlutada, nossos sentimentos.

### ***BAILE DE ANIVERSÁRIO DA USIMINAS***

No próximo dia 19 de outubro, sexta-feira, a partir das 22:00 horas, será realizado o

tradicional "Baile da Usiminas", no hall de entrada do andar térreo da Sede. Para a animação musical foram contratadas as bandas Super Som C&A e Toque de Classe. O buffet, incluído no preço do ingresso, além de salgadinhos com a qualidade de sempre, inclui também um prato quente que, lá pelas tantas, será servido nas mesas, e no final da festa aquela mesa de café com deliciosos licores e petit-fours variados.

Somam-se a isso a decoração dos salões a cargo de Amadeu Scarpelli Flowers, a segurança sob a responsabilidade da GT Segurança, para maior conforto dos presentes nessa grande festa de confraternização de funcionários, aposentados e seus familiares. Lembramos que os empregados contratados e aposentados terão prioridade na reserva de lugares para que maior número de pessoas ligadas à Empresa possa participar.

## **INSCRIÇÕES**

. Serão feitas pessoalmente na sede da Associação, até o dia 14 de setembro, à Av. Amazonas, 298 - S/ 1401, com Nadir ou Adriana, no horário de 08:00 às 12:00 e de 14:00 às 18:00 horas.

## **CONVIDADOS**

. cada titular terá direito apenas a um acompanhante, inicialmente. O interesse em levar convidados deve ser manifestado no ato da inscrição, mas a confirmação dependerá do número de vagas disponíveis nas mesas e será sempre múltiplo de dois;  
 . esgotado o prazo de inscrições, será possível conhecer o número total de titulares e definir o número de convidados que poderão participar do baile;  
 . os critérios de distribuição de vagas para convidados serão definidos pela Comissão Organizadora em função do número de solicitações.

## **PREÇO**

O titular paga R\$30,00 (trinta reais) pelos 2 lugares a que tem direito. O preço para os demais convidados será de R\$20,00 (vinte reais) por pessoa.

## **PAGAMENTO**

. para o aposentado e acompanhante, no ato da inscrição, os R\$30,00 (trinta reais) serão pagos em uma única parcela, através cheque pré-datado para 31 /OUT/01;  
 . para convidados, os R\$20,00 (vinte reais) por pessoa serão pagos à vista;  
 . o cancelamento da inscrição só poderá ser feito até 21/SET/01. Após essa data não haverá devolução do pagamento efetuado.

## **ESCOLHA DE MESA**

. reservas, trocas de mesas e de convidados deverão ser feitas no período de 01 a 05/OUT/01;  
 . as mesas não poderão ter seus números trocados e nem serem deslocadas da posição em que se encontram para não prejudicar a decoração e a circulação dos garçons e convidados.  
 Informe-se em nossa secretaria, com antecedência, sobre o número de sua mesa para evitar problemas na hora da entrada.

## **ENTRADA NO BAILE / IDENTIFICAÇÃO**

. somente será permitida aos que tiverem lugar confirmado;  
 . não haverá convite avulso nem tíquete de mesa;  
 . os participantes serão identificados na entrada através de listagem existente nos computadores;  
 . o convidado só terá acesso ao baile, acompanhado do titular, que será o responsável pela sua participação.

## **TRAJE**

O traje obrigatório para todos é o social. Não será permitida a entrada de pessoas com calças jeans, camisa de manga curta e tênis.

## **ORGANIZAÇÃO**

**A organização do evento ficará a cargo da PGC com o apoio do PGI, PHA e Associação dos Aposentados de BH.**

---