

INFORME NO. 125
Maio/2002

EXCURSÕES

SESC/VENDA NOVA - São as seguintes as condições para a excursão em 15 de junho de 2002, sábado, com saída às 8h do Terminal Turístico JK e volta às 18h do dia seguinte, 16 de junho. Hospedagem em chalés para 2/3 pessoas, com café da manhã, três refeições e eventos de conagraçamento. O número mínimo de adesões para viabilizar a excursão é de 40 pessoas. As inscrições já podem ser feitas em nossa secretaria e terminarão em 28 de maio próximo. A viagem poderá ser feita em Vans do SESC ou em carro particular, neste caso, com desconto de R\$10,00 por pessoa. Para o associado e dependente o pacote custa R\$50,00/pessoa, sendo um pagamento de R\$25,00 no ato da inscrição e um cheque pré-datado para 30 de junho de R\$25,00. Para não associado o preço será de R\$55,00 com pagamento no ato da inscrição.

DIAMANTINA ESPECIAL - Soberbo espetáculo musical de padrão internacional! Oportunidade imperdível, com apresentação exclusiva para grupo selecionado - do qual fazemos parte - constando de seresta de rua, Vesperata, recital na Gruta do Salitre e passeios históricos. Viagem em ônibus "Double Decker" com saída às 13h do dia 2 de agosto próximo, sexta feira e regresso às 15h de domingo, 4 de agosto. Hospedagem no Diamante Palace Hotel, com café da manhã e uma refeição incluídos. Para o associado e dependente o preço é de R\$220,00/pessoa à vista, ou parcelado, sendo R\$50,00 no ato da inscrição e três cheques pré-datados de R\$60,00 para 30 de junho, 31 de julho e 31 de agosto. Para não associado, R\$230,00 à vista ou R\$120,00 na inscrição e um cheque pré-datado de R\$120,00 para 15 de julho. A excursão só se realizará com um número mínimo de 40 pessoas. Inscrições a partir de 3 de junho, finalizando em 19 de julho.

DIA DO VOVÔ (... E DA VOVÓ TAMBÉM)!

A Associação pretende criar um novo evento a ser realizado em agosto de todos os anos denominado Dia do Vovô, que nada mais é do que uma oportunidade de convívio familiar (avô, avó, netos, filhos) num local adequado à prática de brincadeiras, jogos, música ao vivo, dança, etc., durante oito horas, mais ou menos. Seria interessante a sua manifestação a respeito desta nova festa, dando sugestões pelo telefone ou pelo e-mail até o próximo dia 30 de maio.
VAMOS NOS APROXIMAR!

ASSEMBLÉIA GERAL ORDINÁRIA

Em 30 de abril passado foi realizada a 16ª Assembléia Geral Ordinária da Associação, atendendo convocação do Conselho Deliberativo, de conformidade com o artigo 20, item V do Estatuto. Na oportunidade foram aprovados sem restrições a prestação de contas do exercício de 2001 e a previsão orçamentária para o ano 2002.

VISITA

A Associação, em 15 de maio, recebeu a visita da A.E.U., representada pelos seus dirigentes Maurício José Bitencourt, Lélío de Souza e José Stancioli Júnior, respectivamente presidente e diretores daquele clube. Maurício fez uma explanação de como o clube se encontra hoje, depois de várias reformas e projetos das obras ainda a serem realizadas. Aproveitou a oportunidade e convidou os associados da AAPCEU a visitarem as instalações da A.E.U. colocando à disposição de todos os seus serviços que ali são oferecidos. Chamou atenção também para o site do clube, na internet - www.aeu.com.br - onde pode-se até comprar eletrodomésticos a preços promocionais.

VISITA

REAJUSTE DO INSS As aposentadorias e pensões acima do salário mínimo pagas pelo INSS deverão ter um reajuste de aproximadamente 9,5% a vigorar em 1º de junho, cujo pagamento ocorrerá em julho. Esta previsão é baseada no INPC do IBGE do período de junho de 2001 a maio deste ano, desde que o INPC de maio seja em torno de 0,5% o que dará uma taxa acumulada de 9,5%.

AÇÕES CONTRA O INSS

O Governo Federal não vai mais recorrer de ações contra o INSS com valores de até 60 salários mínimos (R\$12 mil) que já tiveram sentenças favoráveis em instâncias inferiores da Justiça Federal em todo o país. Decisão tomada pelo advogado geral da união, Gilmar Mendes, visa a reduzir o número de recursos nos tribunais regionais, federal, no Superior Tribunal de Justiça e no Supremo Tribunal Federal. A expectativa é que a maioria dos segurados não terá de esperar anos para receber os chamados precatórios. (Resumo da notícia publicada no Jornal da Associação dos Aposentados e Pensionistas de São João Del Rei, nº 42 Mar/Abr - 2002). Sugerimos às pessoas que se enquadrarem nas condições citadas consultarem seu advogado.

NOTÍCIA DE ASSOCIADO

Nosso associado Roberto Antônio Gonçalves da Silva, responsável pela RAGSEG Corretora de Seguros está se colocando à disposição dos nossos colegas para assessoramento e contratação de seguros em geral, em todas as modalidades disponíveis no mercado, em condições especialíssimas para nossos associados. Contato: Rua Castelo de Edimburgo, 94 - Castelo - BH. Fones: 3476-7393 / 9972-3718.

O CUIDADO COM A SAÚDE

Em continuação ao informe anterior o Dr. Carlos Henrique Soares fala sobre a "Doença de Alzheimer".

A doença de Alzheimer é uma doença do cérebro que afeta a memória, o raciocínio e a comunicação entre as pessoas. Ela geralmente afeta as pessoas acima de 65 anos. Quanto mais velha a pessoa maior a probabilidade de desenvolver a doença. Mas também pessoas por volta dos 40 anos podem ser afetadas. Todos os tipos de pessoas estão sujeitas a esta doença, nenhuma profissão, nível de escolaridade ou raça está imune. Em casos raros, a doença de Alzheimer pode ser uma doença familiar, ou apenas uma pessoa da família é afetada. Antes de dar o diagnóstico de doença de Alzheimer devemos eliminar a possibilidade de outras doenças que também podem causar problemas de memória tais como: depressão, deficiência de vitamina B12+ácido fólico e doenças hepáticas graves.

Como é feito o diagnóstico de Alzheimer?

Devemos sempre procurar um médico, preferencialmente um geriatra, que irá descartar outras patologias. Exames de laboratório são necessários, junto com testes de memória. Quando indicado, uma Tomografia Computadorizada do cérebro deverá ser realizada. Os sintomas da doença de Alzheimer aparecem lentamente.

No estágio inicial, a pessoa parece confusa e esquecida. Ela pode procurar palavras ou deixar pensamentos inacabados. Esquece frequentemente fatos e conversas recentes. Entretanto pode lembrar claramente o passado distante.

No estágio intermediário, o doente precisa de muita ajuda para executar tarefas rotineiras. Ele pode não reconhecer familiares, perder-se em locais familiares, etc.

No estágio avançado, a pessoa doente perde completamente a memória, a capacidade de julgamento e o raciocínio, e é necessário ajudá-la em todos os aspectos do dia a dia.

Quais as medidas preventivas a fazer?

Devemos exercitar muito a nossa memória e concentração através de leituras, palavras cruzadas, etc.

Cuide-se, atividade física é muito importante para diminuição da ansiedade e o stress.

Use uma agenda, organize suas atividades.

Tome somente os medicamentos prescritos pelo seu médico.

Diminua o ritmo de trabalho, tenha tempo para você e seus desejos.

FALECIMENTO

Com pesar, noticiamos o falecimento de nosso associado Djalma Alves de Azevedo, ocorrido em 17.05.2002.

À família enlutada, nossos sentimentos.

INFORME ESPECIAL

Maio/2002

COQUETEL DE CONGRAÇAMENTO

Em ambiente descontraído e cordial, aproximadamente 600 aposentados, pensionistas e amigos, comemoraram no dia 19 de abril, no MINAS II, com um coquetel, os 16 anos da Associação. O salão, confortável e bem decorado, propiciou o encontro de velhos amigos e colegas com muita alegria e descontração.

A festa foi prestigiada pela presença de dirigentes da Caixa dos Empregados da Usiminas, Associação dos Aposentados de Ipatinga, AEU, Minas Tênis Clube e Usiminas, na pessoa do Sr. Presidente Rinaldo Campos Soares.

O coquetel servido pelo Buffet Santa Lúcia, e boa música garantida pela Banda Perfil - do Grupo Ovimar, favoreceram a criação de uma atmosfera ideal para o encontro.

Resumindo, a comemoração refletiu o espírito da equipe do Sistema Usiminas e o orgulho de todos que já prestaram sua colaboração.

Lembramos que as fotos do evento estão à disposição dos associados em nossa Secretaria.

IDÉIAS... E PLANOS PARA 2002

Possivelmente em 2 de agosto próximo, excursão a Diamantina, com apresentação EXCLUSIVA da "Vesperata", espetáculo musical grandioso, de estatura internacional.

Em análise excursões ao SESC - Venda Nova (15/JUN), Araxá, Hotéis-Fazenda (próximos de Belo Horizonte), Campos do Jordão (ou equivalente) e Gramado (fim do ano).

Dia 30 de agosto próximo - Encontro dos Aposentados na AEU. Já contratada Márcia Prímola e Banda para abrilhantar este evento.

Congraçamento de fim de ano: na segunda quarta-feira de dezembro, dia 11, a Associação encerrará suas atividades sociais com afetuosa confraternização.

A POÉTICA DE NERUDA

Morre lentamente quem não viaja, quem não lê, quem não ouve música, quem não encontra graça em si mesmo. Morre lentamente quem destrói o seu amor-próprio, quem não se deixa ajudar.

Morre lentamente quem se transforma em escravo do hábito, repetindo todos os dias os mesmos trajetos, quem não muda de marca, não se arrisca a vestir uma nova cor ou não conversa com quem não conhece.

Morre lentamente quem faz da televisão o seu guru.

Morre lentamente quem evita uma paixão, quem prefere o preto sobre o branco e os pontos sobre os "is" em detrimento de um redemoinho de emoções, justamente as que resgatam o brilho dos olhos, sorrisos dos bocejos, corações aos tropeços e sentimentos.

Morre lentamente quem não vira a mesa quando está infeliz com o seu trabalho, seu amor, quem não arrisca o certo pelo incerto para ir atrás de um sonho, quem não se permite pelo menos uma vez na vida fugir dos conselhos sensatos.

Morre lentamente, quem passa os dias queixando-se da sua má sorte ou da chuva incessante.

Morre lentamente, quem abandona um projeto antes de iniciá-lo, não pergunta sobre um assunto que desconhece ou não responde quando lhe indagam sobre algo que sabe.

Evitemos a morte em doses suaves, recordando sempre que estar vivo exige um esforço muito maior do que o simples fato de respirar.

Somente a perseverança fará com que conquistemos um estágio esplêndido de felicidade."

**ESTEJAMOS SEMPRE VIVOS... Pablo Neruda.
(Sugestão do associado Fernando Rocha).**

VAMOS NOS APROXIMAR!
