



EVENTOS



Comemoração dos dia das Mães

Conforme já divulgado nos boletins anteriores, estaremos realizando mais este evento. Aos associados e convidados que tenham interesse em participar desse jantar baile e ainda não reservaram seus lugares entrar em contato com a Ester na AAFC Campinas fone (19) 3326-2500.

Data e Horário: 06/05/2016, das 20:00 as 24:00 hs.

Local: Fonte São Paulo, R. José Paulino, 2138, Jd. Guanabara, Campinas.

Buffet: Mestria Cuisine.

Animação: Banda Stilo (Santo André / SP).

Preços: Associados - R\$ 65,00.

Convidados - R\$ 120,00.

Estacionamento: R. Barão Geraldo de Resende, nº 217, com valor de R\$ 15,00, no horário das 19:00 às 00:30 horas.

Convites: As reservas de mesas e vendas de convites já se encontram com Ester na sede da AAFC Campinas.

Feira de Artesanato Dia das Mães

Data: 29/04/2016

Local: Sede AAFC Campinas. R. Percilio Neto, 172, Taquaral.

Detalhes e inscrição: até 14/04/2016, com Sonia ou Ester, fone (19) 3326-2500 ou email campinas@aafc.org.br

Excursão Thermas dos Laranjais

Hotel: Thermas Olímpia Resorts.

Localizado ao lado do Parque Aquático Thermas dos Laranjais, padrão 4 estrelas, aptos. familiar luxo, tv 22, frigobar, ar condicionado, internet e secador.

Período: 13 à 16/junho/2016

Incluso no pacote:

- Traslado, seguro de viagem;
- 03 diárias com café da manhã (dias 14, 15 e 16/06/2016);
- 03 almoços no restaurante do hotel (dias 13, 14 e 15/06/2016);
- 03 jantares no restaurante do hotel (dias 13, 14 e 15/06/2016);
- Incluso: bebidas durante as refeições (água, refrigerante, suco de máquina e chopp);
- 03 ingressos p/ parque aquático (dias 13, 14 e 15/06/2016).

Preços: Associados (as) R\$ 800,00.

Convidados (as) R\$ 1.100,00.

Forma de pagamento: Até 03 vezes com vencimentos para os dias 29/04, 30/05 e 15/06/2016. (Parcelas de acordo com a data de inscrição).

Saída: 13/06/2016, Av. Fco. Glicério, Largo do Pará, às 07:00 horas.

Retorno: 16/06/2016, Saída do Hotel às 10:00 horas.

Inscrições: Estão abertas.

Maiores detalhes na AAFC-Campinas, Depto. de Turismo, Fone (19) 3326-2500.

REUNIÃO MENSAL ABRIL



Dia 28 às 14:00 Horas

Nesta reunião teremos Palestra, Atividade Física para Doenças Córdio-Respiratórias, com a Dra. Amanda Veiga Sardeli.

Trataremos também assuntos de nosso interesse e finalizaremos a reunião com o tradicional Bingo.

Compareçam!

**Notícias dos
Distritos de Atibaia e de Jundiá**
Vejam na página 03



Reunião Mensal de Março

A reunião teve início com a Psicóloga Denise apresentando a palestra sobre a importância do sono. Segundo a palestrante, o sono é considerado uma das necessidades básicas do ser humano, isto é, se permanecer sem dormir e sem repousar poderá haver prejuízo para sua saúde e bem-estar. O ritmo do sono de cada ser humano em cada fase de vida tem características próprias. No envelhecimento o padrão típico de sono tende a ser substituído por um padrão mais fragmentado, com episódios de sono ocorrendo durante o dia, conhecidos como “sestas” e “cochilos” intencionais ou não. Os fatores que levam os idosos a apresentar queixas de alterações no sono são: a diminuição da capacidade de dormir; aumento dos problemas respiratórios durante o sono; perturbações neuropsiquiátricas como depressão e demências; hábitos errados do sono, dor, limitação de mobilidade; refluxo gastroesofágico; causas iatrogênicas; causas ambientais diversas. Ocorrendo mudanças quantitativas e qualitativas do sono. Quanto ao tratamento, temos o farmacológico (prescrito pelo médico) e o não farmacológico, com objetivo de melhorar a eficácia do sono. Não existem receitas de como dormir melhor que sejam infalíveis para todos os idosos. Finalizando, ela salientou que é preciso respeitar as particularidades de cada um.

Na sequência, José Luis, o Superintendente Regional, falou sobre; declaração de imposto de Renda: ação dos 2% dos complementados; ação dos pensionistas; eventos como; dia das mães, excursão Thermas dos Laranjais entre outros. Sonia Roncatto da AAFC Mulher informou sobre a feira de artesanato e do Dia da Mulher. A reunião foi finalizada com o bingo recreativo.



Excursão Angra dos Reis

No período de 14 a 18 de março, o Departamento de Turismo realizou excursão para Angra dos Reis com a participação dos associados de Campinas e Jundiaí. O grupo ficou hospedado na pousada Recanto dos Pássaros, 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, Jurubaiba, Lagoa Verde e Cataguases. A outra parte do grupo aproveitou os dias para praticar pesca a bordo de um barco de pesca da pousada. O Departamento de Turismo agradece aos participantes pela amizade reinante e pela alegria e bom humor de todos.



IMPOSTO RENDA



**Declaração Anual do IR 2016
Não Deixe para Última Hora**

O Sr. João Francisco de Paula Leite (Chicão), estará atendendo e tirando dúvidas aos associados todas as terças e quintas, até o dia 26 de abril, das 09:00 às 12:00 horas na sede da AAFC Campinas, R. Percílio Neto, 172, Parque Taquaral, CPS.

Pedimos chegar no local com certa antecedência pois as senhas serão distribuídas em número limitado.

Informações na AAFC pelo telefone 3326-2500.



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
Suplente Regional: Francisco de Paula Monteiro

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
Gerente Distrital: Geraldo Eustaquio Chagas
Tel: (11) 4411-1844
aafc@atibaia@uol.com.br
distritalatibaia@aafc.org.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.



Distrito de Atibaia

Reunião Mensal

Data: 26/04/2016.

Horário: 14:30 horas.

Local: R. Otávio Passos, 110, Divinópolis, Atibaia.

Palestra: com Dra. Wilma Hideko Shiraishi com temas: RPG, Acupuntura, Fisioterapia e Shiatsu.

Apresentação: Consórcio Remasa (credenciado FCESP) - financiamento de automóveis e casas.

Associados, compareçam!



Reunião



Aniversariante

Excursão Monte Sião e Serra Negra

Passeio e Compras

Data: 24/05/2016

Preço: R\$ 40,00 por pessoa.

Local e hora de saída: AAFC Atibaia, R. Otavio Passos, 110, Divinópolis, às 07:00 horas.

Informações: com Geraldo ou Canela - fones: (11) 4411-1844 e 97964-1715.

Participem!

Comemoração do Dia das Mães e 18º Aniversário do Distrito.

Data e Horário: 13/05/2016 a partir das 12:00 horas.

Local: Chácara do Sindicato dos Policiais Civis, Av. Clemente Rosa, 4603, V. Maringá, Jundiáí.

Buffet: Porco no rolete, filé de coxa, linguça, miolo de alcatra, arroz branco, feijão gordo, farofa, vários tipos de saladas, além de refrigerantes e chopps.

Preços: Sócios e dependentes(esposa(o) e filhos até 16 anos) – R\$ 45,00

Convidados – R\$80,00

Informações e reservas: pelo telefone (11) 4816-3640 ou pessoalmente na nossa Sede em Jundiáí até o dia 09 de maio.

Distrito de Jundiáí

Reunião Mensal

Na nossa reunião mensal do mês de março o Sr. Pedro Pompermayer, Gerente do Distrito, juntamente com o Sr. José Luis Gardin, Superintendente Regional, trataram dos seguintes assuntos:

A Agência Nacional de Saúde Suplementar (ANS) suspende a comercialização do plano Nosso Total; Recadastramentos: Funcesp e INSS; cesta básica; Eletropaulo; Turismo; Próximos eventos da Regional e Distrito; Imposto de Renda 2016 e vários outros assuntos. Continuando o Sr. Pedro citou um poema nos deixando a seguinte mensagem “Tudo o que nos cerca é poesia Divina. Há um traço de Deus em cada ser da Criação. Busquemos por Ele em nosso interior. Basta que, por um instante, fechemos os olhos e O sintamos: lá Ele está, dando rima aos versos de nossas vidas”. No encerramento comemoramos o aniversário dos associados presentes.

Comemoração do Dia Internacional da Mulher

No dia 8 de março comemoramos na Sede do Distrito o “Dia Internacional da Mulher”. Foi servido salgados e pão de metro de diversos sabores, não faltando doces e um bolo comemorativo a esta data especial, onde em todo o mundo são feitas comemorações e homenagens para estas que na verdade são dignas de serem homenageadas todos os dias do ano.

“A mulher é um símbolo sagrado, a imagem da perfeição que cria a vida” assim como DEUS criou cada flor...

DEUS fez cada mulher para ser única e especial...





Comemoração do Dia Internacional da Mulher

No dia 08 de março, com a presença de 65 mulheres entre associadas e pensionistas associadas, a AAFC Mulher da Regional Campinas comemorou o Dia Internacional da Mulher com um maravilhoso Chá da Tarde na Sede da Regional. Na ocasião, Jose Luis, Superintendente Regional, fez a abertura do evento e parabenizou pela data e pelas conquistas das mulheres neste mundo machista.

Todas as presentes tiveram oportunidade de participar de bingo, com sorteio de belos brindes e de se fartarem nas mesas servidas com deliciosos salgados, doces, refrigerantes, sucos e bebidas quentes como chá, leite e café. Como lembrança todas receberam um lindo mimo das mãos da Sonia, coordenadora da AAFC Mulher.

Foi uma tarde divertida e animada, quando as participantes puderam rever amigas, colegas de trabalho, que há muito não se encontravam.

A AAFC Mulher agradece a presença de todas e espera repetir essa mesma animação nos próximos eventos.



ANIVERSÁRIO



Caro Aniversariante do Mês de Abril

Prezado aniversariante do mês.

Que o tempo seja seu melhor parceiro, trazendo serenidade, equilíbrio e sabedoria, descrevendo a receita ideal de como viver a vida e aproveitar o melhor que ela tem a oferecer.

Superintendente Regional.
José Luis Gardin.

FALECIMENTOS



Dia: 10/03/2016

Sr. Jose Roberto Rezende de Lima, nosso associado, fundador e ex-gerente do Distrito de Atibaia. À família enlutada, nossas condolências.

EPM

ASSESSORIA E CONSULTORIA
PREVIDENCIÁRIA E TRABALHISTA

Elisabeth Pereira Monteiro

Telefone (19) 3232-2349

CLASSIFICADOS

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

DR. JOSÉ ROBERTO ELIAS DE MORAES

OAB/SP Nº 103.083

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



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

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

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



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