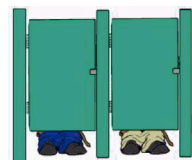


Curiosidades

Por que as portas de banheiros em locais públicos são cortadas embaixo?



A aparente exposição é para sua segurança, saúde e comodidade. Se ficar trancado, você pode sair por baixo. O corte também facilita a limpeza dos banheiros e a ventilação dos boxes. Além de tudo isso, a abertura facilita para quem está de fora saber se a privada está ocupada.

<https://super.abril.com.br - superinteressante>

Quem é a Elma da Elma chips?



Trata-se das irmãs paranaenses Elfriede Wagner e Maria Unger, de uma família de imigrantes alemães que aportou no sul do país na década de 1950 e se estabeleceu em Curitiba. O nome é só uma junção do "El" de Elfriede e do "Ma" de Maria.

O primeiro salgadinho foi o Stiksy – os palitinhos crocantes cobertos com sal grosso, que vêm na embalagem verde. Eles foram vendidos primeiro de porta em porta, a partir de 1958, para ajudar nas contas da casa. Depois, na confeitaria Elma, fundada em 1962.

O Stiksy é uma versão industrializada e comprida de um bretzel salgado – aquele pão em forma de laço comum na Suíça e na Alemanha, parente do pretzel famoso no Brasil: frito, com canela.

Tiago Lcerda www.msn.com/pt-br/noticias/curiosidades/

Assuntos Diversos

Para Refletir

Procure os seus caminhos, mas não magoe ninguém nessa procura.

Arrependa-se, volte atrás, peça perdão!

Não se acostume com o que não o faz feliz, revolte-se quando julgar necessário.

Alague seu coração de esperanças, mas não deixe que ele se afogue nelas.

Se achar que precisa voltar, volte!

Se perceber que precisa seguir, siga!

Se estiver tudo errado, comece novamente.

Se estiver tudo certo, continue.

Se sentir saudades, mate-a.

Se perder um amor, não se perca!

Se o achar, segure-o!"

www.mensagenscomamor.com

Reajuste de Preços dos Núcleos de Lazer



Comunicamos que os valores cobrados, nos Núcleos de Lazer, foram atualizados a partir de 06/05/2019, de acordo com autorização do Conselho

Deliberativo.

Acesse o site www.aessenai.org.br/comunicados.asp.

Comunicado PDE 08/2019 publicado em 08/05/2019.

www.aessenai.org.br

ÓBITOS

Com pesar, noticiamos o falecimento do(s) seguinte(s) associado(s)/dependente(s):

ÓBITO	DATA	ASSOCIADO	ÓRGÃO	PARENTESCO
João Nunes da Costa	20/04/2019	Mauricio Coteco	5006	sogra
Argemiro Alves Moreira	22/04/2019	Argemiro Alves Moreira	Apo	-
Dirce Pereira Agonilla	23/04/2019	Pedro Agonilla	Apo	conjuge
Francisca Ana de Oliveira	01/05/2019	Claudio Antonio de Oliveira	6.61	mãe
Plácido Barani	19/04/2019	Plácido Barani	Apo	-
Eladio Villas Boas	06/05/2019	Eladio Villas Boas	3.02	-
Ophélia Mesquita Mattos de Oliveira	29/04/2019	Antonio Guilherme Lança	6.02	sogra
Piedade Pereira Rezende	11/05/2019	Joana Darc Gimenes Alves	6.04	sogra
Odilon Passos	20/05/2019	Odilon Passos	6.04	-
Manoel Rehen Gama	15/05/2019	Manoel Rehen Gama	Agregado	-

O benefício do FUMUS pode ser contratado para: pai, mãe, sogro e sogra. Para isso é necessária adesão de cada um através de formulário próprio (art. 2º do regulamento).

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:

Arlete de Jesus Mendes Dias

Deppto. Cultural e Recreativo

Célia Reni Fernandes Sanches

Deppto. de Aposentados

Claudia Celestino Lucio

Diagramação

Haroldo José Torquetti

Dep. Esporte Interior

Lucio Mario Alves de Oliveira

Dep. Esporte Capital

Jaime Soler Niubo

Revisão

Teresinha Tesser Niubo

Coordenação

Winston Antônio de Souza

Coordenação

Dionísio Pretel

Presidente da Diretoria Executiva

Comentários e sugestões de matérias – enviar e-mail para boletim.aes@aessenai.org.br

FESTA DUS INTÊRIÔ



Nóis qué convidá oceis prum rastapé qui vai contecê nu fim du meis...

Vai tê de um tudo aqui... tem muiê bunita como quê....

Também vai tê tudo di bão prá cumê... todos vão se adverti, cê vai vê...

Tem churrasco, qui é prá mode u bucho enchê... e pinga da boa prá tudo nóis bebê...

Adispois veim u sanfonero prá tocá... prá mode nóis dançá...

As muiê nóis pode garrá... só num pode singracá... carece di respeitá...

Intão tá tudu convidadu... podi si achegá...

Festa caipira num teim hora di começá... e meno inda di cabá...

Vai durando inquanto nóis guentá...

Nóis gosta di vivê, di comê, di bebê, i di dançá...

vamu si achegando moçada... qui as moça tá tudu arrupiada...

vai entrá sortera, i saí casada... adispois, é só cuidá da fiarada.

DIA 30/06 – Festa Junina da AES no Clube de Campo. Não perca!!!

Marcial Salaverry <https://atividadesparaprofessores.com.br>

Boletim Informativo Junho - 2019

Edição 153

Ano 13



Página 02

- DEPTO. APOSENTADOS
- DEPTO. CULTURAL E RECREATIVO
- DEPTO. ESPORTE CAPITAL

Página 03

- DEPTO. ESPORTE INTERIOR
- É SEMPRE BOM LEMBRAR
- SAÚDE

Página 04

- CURIOSIDADES
- ASSUNTOS DIVERSOS
- REAJUSTE DOS NUCLEOS DE LAZER
- ÓBITOS

<input type="checkbox"/> Mudou-se	<input type="checkbox"/> Não Existe Nº Indicado	<input type="checkbox"/> Informações Escritas	Reintegrado ao Serviço Postal em:
<input type="checkbox"/> Desconhecido	<input type="checkbox"/> Falecido	Pelo Porteiro ou	
<input type="checkbox"/> Recusado	<input type="checkbox"/> Ausente	Sindico	/ /
<input type="checkbox"/> Endereço Insuficiente	<input type="checkbox"/> Não Procurado	<input type="checkbox"/>	Responsável



DESTINATÁRIO:

Remetente

Al.Barão de Limeira, 539 - Santa Cecília - CEP 01202-001 - São Paulo - SP - Tel. 11 3367 9900 / site www.aessenai.org.br

Departamento Aposentados

Reunião mensal realizada no dia 05/05/2019.

Programação do dia - Mensagem sobre: "A Vida - Segundo Gandhi".

Homenagem às mães: "Aos Filhos o que Posso".

Entrega de mimo às mães presentes.



Semana de Qualidade De Vida

Inscrições:

A partir de 15/07/2019 às 8h, estarão abertas as reservas para a ocupação da Colônia de Férias.

- Solicitar a reserva na Secretaria da AES - (11) 33679900.
- Somente serão aceitas reservas para o período integral.
- A confirmação será efetivada mediante o pagamento da taxa de reserva, por meio de boleto bancário até o dia 18/07/2019.

Período Qualidade de Vida - Colônia de Férias - Agosto 2019			
Período	Diárias	Valor por pessoa/período	Taxa de participação
De 02/08/2019 Após 16h a 07/08/19 até 16h	5	Associado e Dependente	R\$ 327,60
		Dependente 05 a 09 anos	R\$ 163,80
		Convidado	R\$ 882,70
		Convidado 05 a 09 anos	R\$ 441,35
		Afins Adulto	R\$ 423,15
		Afins 05 a 09 anos	R\$211,57
*Descendentes e afins: Filhos acima de 23 anos, noras, genros e netos (devem apresentar comprovante de parentesco).			

Atenção - Próxima Reunião

Aguardamos vocês no dia 12 de junho de 2019 das 9h30 às 11h30, na Escola SENAI "Orlando Laviero Ferraiuolo" Rua Teixeira de Melo, 106 - Tatuapé - São Paulo/SP

Departamento Cultural e Recreativo

Festa Junina

Reforçando o convite: Clube de Campo, em Jundiá. Domingo, 30 de junho de 2019 a partir das 11h.

Animação: Equipe UP do Tio Nescäu.

Barracas dos lanches, pastel, nhoque, doces típicos e bebidas. Sorteio de brindes.

Ingresso: 1 kg de alimento não perecível (exceto sal).

Não percam!!!

Acontamento

Experiência única!!!

Colônia de Férias em Itanhaém.

De 10 a 14 de julho/2019.

Crianças de 6 a 11 anos.

Valor para criança associada: R\$ 305,00

Os pais/responsáveis poderão acompanhar a criança, mas terão que ficar em quarto separado e não participarão das atividades elaboradas especialmente para as crianças. Vagas limitadas.

Inscrições abertas.

Consulte o site ou o Boletim de maio.

Outras informações e inscrições pelo telefone da Secretaria da AES (11) 3367 9900.

Dica Cultural:

24ª Festa do Imigrante



Reencontre suas raízes

Dias 02, 08 e 09 de junho das 10 às 18 h

Rua Visconde de Parnaíba, 1316 Mooca - São Paulo/SP

Festa da Cerejeira, que acontece entre junho e julho em Itapetininga (SP), a apenas 170 km da capital pela Rodovia Raposo Tavares.

Florada das Cerejeiras no **Parque do Carmo**, localizado na Av. Afonso Sampaio Souza, 951, em Itaquera, na capital/SP.

Departamento Esporte - Capital

2º Festival de Basquete 3x3 da Capital - 2019

O Departamento Esportivo da Capital realizou no dia 28/04/2019, na quadra do SESI de São Caetano do Sul, o 2º Festival de Basquete 3x3 da Capital.

Após os jogos, efetuamos a entrega das premiações e partimos para a famosa resenha, desfrutamos de uma agradável confraternização entre famílias. Agradecemos ao Sr. Sergio Dias e Arlete, que nos prestigiaram com sua presença. Especial agradecimento à Diretoria do SESI-S.C.Sul, que nos cedeu o espaço e disponibilizou toda a estrutura para nossa equipe.

Classificação Geral

Categoria Livre

1º lugar - 1.15 - Sto Amaro

2º lugar - 1.20 - S.B.Campo

3º lugar - 1.06 - V.Leopoldina

Destaque - Arquimedes - 1.20 | Cestinha - Cristian 1.15

Categoria Acima de 35 anos

1º lugar - 1.15 - Sto Amaro

2º lugar - 1.20 - S.B.Campo

3º lugar - 1.22 - Guarulhos

4º lugar - 1.44 - Mercedes Benz

Destaque - Robimilson - 1.22 | Cestinha - Hebert 1.15

15ª Festival de Futsa Veteranos da Capital - 2019.

Realizamos com grande satisfação no último dia 19/05/2019, a etapa regional do 15º Festival de Futsal Categoria Veteranos 2019 - Capital.

Agradecemos o apoio da Diretoria Executiva e o empenho da equipe de esportes da capital, na realização do evento. A rodada foi realizada em 3 regionais, contando com a presença de 17 equipes, compostas



por atletas de 16 escolas, entre funcionários sócios e sócios aposentados. O Grupo 1 foi realizado na unidade do SESI-Catumbi, Grupo 2, no SESI-São Caetano do Sul e Grupo 3, foi realizado na Escola SENAI de Barueri. Após as partidas, desfrutamos de uma agradável confraternização entre famílias, onde compareceram um total de aproximadamente 220 pessoas, somadas as 3 regionais, entre atletas, familiares e convidados. A classificação para as finais de 14 a 16 de junho de 2019, na Colônia de Férias em Itanhaém, obedeceu o seguinte critério:

Os 3 primeiros colocados de cada grupo e o melhor 2º colocado na classificação geral.

Equipes Classificadas:

CFP-1.07 - Retalhos | CFP 1.23 - Bola Quadrada

CFP-1.27 - Jandira | CFP 1.36 - Barueri

Departamento Esporte - Interior

Realizamos a etapa final do 19º Festival de Futsal do Interior no dia 04 de maio na Colônia de Férias, com todos os apartamentos ocupados e a presença de 178 pessoas. A equipe de esportes do interior agradece muito a participação de todos. Foi um ótimo final de semana com muito sol e calor. Desfrutamos de uma agradável confraternização entre as famílias. Por isso, agradecemos ao apoio dos diretores das unidades e o grande trabalho dos representantes em realizar ações da nossa Associação, fortalecendo a família AES. Contribuindo cada vez mais para as ações sociais, fomentando assim nossa missão, foram doadas 10 cestas básicas a uma instituição na cidade de Itanhaém e as fotos serão divulgadas no site. O corpo administrativo da AES, representado pelo Conselho Deliberativo (Presidente e membros do conselho), nos auxiliaram nas premiações e apresentaram a proposta para adesão ao Plano de Previdência Complementar para os familiares AES, tornando nossa Associação ainda mais forte. Tivemos a premiação do TROFÉU FAIR PLAY para a equipe (torcida e jogadores), cujos participantes se preocupam em jogar de maneira que não prejudiquem o adversário de forma proposital e a torcida se comporte com ética desportiva. A merecedora deste prêmio foi a Escola de Taubaté.

TROFÉU FAIR PLAY: Escola de Taubaté - CFP 3.01

Classificação final:

Campeão: Escola de Itu - CFP 4.01

Vice Campeão: Escola de Taubaté - CFP 3.01

3º Colocado: Escola de Franca - CFP 6.04

4º Colocado: Escola de Votuporanga - CFP 8.50



É sempre bom lembrar...

Clube de Campo

É vedado aos usuários:

- Utilizar de forma inadequada aparelhos sonoros;
- Adentrar e/ou manter animais de qualquer espécie;
- Usar qualquer material inflamável dentro dos chalés/apartamentos ou em áreas inadequadas;
- Pernoitar no interior de veículos estacionados;
- Ingressar nas áreas de serviço sem a prévia autorização;
- Estender roupas em lugares inadequados, em especial janelas e muretas;
- Promover algazarras, jogos, cantos, assobios e ruído de qualquer espécie que perturbem o sossego dos usuários;
- Soltar balões e fogos de artifício, acender fogueiras, visando a proteção do meio ambiente;
- Lavar veículos;
- Favorecer o ingresso e a permanência de não associados sem prévia autorização;
- Pescar nos lagos.

[Regulamento Clube de Campo](#)

Saúde

Sinais da intolerância ao glúten



Muitos dos mal-estares que apresentamos poderiam estar relacionados a uma intolerância ao glúten.

Convém afastá-lo de nossa dieta por um tempo para comprovar se os sintomas melhoram. Eis alguns sinais:

- Problemas gastrointestinais devido à intolerância ao glúten** - Após ingerir alimentos que o contêm, é comum que a pessoa sinta incômodos como: distensão abdominal, diarreia ou prisão de ventre, gases ou dor abdominal
- Fadiga** - Após consumir trigo ou qualquer outro grão que contenha glúten, alguns indivíduos se sentem cansados e com dificuldades para se concentrar.
- Dores de cabeça**
- Desequilíbrios hormonais** - A TPM, a síndrome do ovário policístico e a infertilidade poderiam ter alguma relação com a intolerância ao glúten. Alguns ginecologistas ou profissionais de saúde recomendam que as pacientes com estes problemas substituam os alimentos que o contêm.
- Problemas nas articulações** - As áreas mais afetadas são as mãos e os joelhos.
- Os sintomas da intolerância ao glúten costumam variar em cada caso, o que leva a confundir-lo com outros transtornos. Os pacientes com doença celíaca podem demorar entre 6 e 10 anos até receberem um diagnóstico acertado.
- No caso de identificar vários sintomas entre os que foram citados aqui, o mais conveniente é consultar um médico e evitar o consumo de alimentos com glúten.

[melhorcomsaude.com.br/](#)