

Curiosidades

Superstições mais bizarras no mundo do esporte

O mundo dos esportes é repleto de rituais da sorte e de superstições bizarras. Segundo os psicólogos, essas atitudes ajudam a controlar a ansiedade dos atletas, melhorando o seu desempenho e trazendo uma sensação de autoconfiança.

Confira algumas:

O tenista Rafael Nadal sempre toma uma ducha gelada de 45 minutos antes de suas partidas para trazer sorte. O ex-tenista brasileiro, Gustavo Kuerten, comia sempre no mesmo restaurante nos dias de competição.

O ex-tenista Mauro Menezes tomava ducha sem sabonete antes dos jogos.

O ex-jogador de futebol, Zagallo, é obcecado pelo número 13. Por isso, ele fazia questão de jogar com a camisa desse número.

O ex-técnico argentino, Bilardo, proibiu os jogadores de comerem frango nos dias de jogo, alegando que a ave cisca para trás e não dá sorte.

John Terry, zagueiro do Chelsea, tem o costume de ouvir o mesmo CD no caminho para o estádio nos dias de jogos. Sergio Goycochea, ex-goleiro argentino, urinava no centro do campo antes das decisões por pênaltis.

O ex-jogador de vôlei de Cuba, Dennis, fazia uma dança estranha, uma espécie de contorcionismo antes dos saque.

<https://www.sitedecuriosidades>

Saúde

Novembro Azul: desmistificando o exame de próstata



De acordo com a Sociedade Brasileira de Urologia, sete homens recebem o diagnóstico de câncer de próstata por hora. Apesar disso, a doença pode ser revertida. Para isso, é necessário que o problema seja identificado logo no começo. Nesse sentido, os homens precisam combater o medo do exame de próstata, pois é ele que ajuda no diagnóstico do problema. Dois exames são necessários: o PSA, que permite rastrear e definir a sequência ideal de tratamento, não é eficaz sozinho. É preciso ainda o temido exame de toque retal que é rápido (dura segundos), é praticamente indolor e não afeta em nada a masculinidade do homem. Cerca de 20% dos casos diagnosticados ao toque retal têm PSA normal ao diagnóstico. Aproximadamente dois terços dos homens brasileiros não se submetem ao toque retal de rastreamento. Os dois exames juntos (toque e PSA) conseguem diagnosticar 80% dos casos de neoplasia de próstata. Por ser um dos tipos de câncer mais perigosos é que a sociedade tem se mobilizado em campanhas do Novembro Azul.

Os homens precisam entender que a doença assusta mais do que um simples exame que visa à saúde e o bem-estar deles.

<https://1075fm.com.br/site/artigos/outubro-rosa>

ÓBITOS

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

ÓBITO	DATA	ASSOCIADO	ÓRGÃO	PARENTESCO
Maria Aparecida Person	23/09/2019	Sheila Person Giannone	5.02	Mãe
Dulce Helena Santiago Araujo	26/09/2019	Edvaldo Araujo	Apo	cônjuge
Marco Antonio Thome	17/10/2019	Margaret dos Santos Thome	Apo	cônjuge
Dirceu Pio de Magalhães Júnior	17/10/2019	Beatriz Aparecida Trevisan de Magalhaes	Apo	cônjuge

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:

Arlene de Jesus Mendes Dias
Dep. Cultural e Recreativo

Célia Reni Fernandes Sanches
Dep. de Aposentados

Claudia Celestino Lucio
Diagramação

Haroldo José Torquetti
Dep. Esporte Interior

Jaime Soler Niubo
Revisão

Lucio Mario Alves de Oliveira
Dep. Esporte Capital

Neiva Aparecida Pires Damasceno
Dep. de Aposentados

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

NÃO PERCAM A NOVEMBERFEST



Dia 23 de novembro de 2019 a partir das 12h

Local: Ginásio Esportivo da Colônia de Férias - Itanhaém

Música ao vivo.

Valores: R\$ 40,00 para hóspede; R\$ 60,00 para associado diarista; R\$ 70,00 para convidado diarista. Informações e inscrições: (11) 3367 9900

Cardápio

Entradas/Petiscos: Salsichas: de alho, Viena e Frankfurt; frango a passarinho, mandioca frita e churrasquinho na chapa.

Saladas: de batata com mostarda, Caesar e mista; vinagrete rústico e chucrute.

Buffet Principal: arroz branco e alemão; espaguete alho e óleo, Joelho de porco e língua de boi.

Sobremesas: Pavê Baviera e Peras ao Vinho.



Boletim Informativo Novembro - 2019

Edição 158

Ano 13



Página 02

DEPTO. APOSENTADOS
DEPTO. CULTURAL E RECREATIVO
DEPTO. ESPORTES CAPITAL E
INTERIOR

Página 03

INFORMAÇÕES DA PRESIDÊNCIA
ASSUNTOS DIVERSOS
INSCRIÇÃO PARA SORTEIO FÉRIAS DE
VERÃO

Página 04

SAÚDE
CURIOSIDADES
ÓBITOS

☐ Mudou-se	☐ Não Existe N° Indicado	☐ Informações Escritas	Reintegrado ao Serviço Postal em: / /
☐ Desconhecido	☐ Falecido	☐ Pelo Porteiro ou	
☐ Recusado	☐ Ausente	☐ Sincio	Responsável
☐ Endereço Insuficiente	☐ Não Procurado	☐	



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

A reunião mensal foi realizada no dia 9 de outubro. Após a degustação de um saboroso cafezinho, apresentamos nossa nova parceira: Neiva Aparecida Pires Damasceno (recém-aposentada) e colegas da Secretaria da AES: Claudia, Daniela e Regina com a finalidade de estabelecerem contato com aposentados e esclarecerem dúvidas.

Dia do Professor: Reflexões sobre o Baú de Memórias que agregaram valores à própria vida e compartilharam nos subgrupos. Foram entregues lembranças e mensagem para cada um, referente a essa data tão significativa para todos.

Parabéns aos docentes ativos e aposentados!



ATENÇÃO

- Esperamos por você em nossa próxima reunião dia 13/11 – 4ª feira das 9h30min. às 11h30min. Rua Teixeira de Melo, 106 Tatuapé. Próximo ao metrô.

Departamento Cultural e Recreativo

Festa das crianças no Clube de Campo/Jundiaí

Mais uma vez a tradicional Festa das Crianças, no Clube de Campo atraiu um grande número de pessoas, aproximadamente 800, das quais 193 crianças. Desde já, nossa gratidão aos pais, avós, tios que levaram seus pequenos num ambiente saudável e familiar. Cada criança recebeu na portaria tíquetes para o Kit Pipa, o Kit foto e sorteio de brinquedos. O domingo foi de muito sol e os participantes se espalharam pelo clube aproveitando as piscinas, os brinquedos infláveis e principalmente a área do Quioscão onde ocorreu a maior parte das atividades lideradas pelo Tio Nescau e Equipe. As brincadeiras foram muitas e bem divertidas. Algumas crianças preferiram empinar pipas (confeccionadas voluntariamente pelo Leandro) com linha sem cerol e todas tiveram o prazer de vestirem uma fantasia escolhida ou usarem adereços para serem clicadas e levarem as fotos como lembrança desse dia festivo. Foram arrecadados 560 Kg de alimentos doados para as entidades AMAS e Mãos Unidas. Agradecemos ao Sr. Rubens da Empresa Novythá pela doação de inúmeros brinquedos, dentre os quais uma bicicleta e uma casa de bonecas e à Escola SENAI de Mogi das Cruzes pela doação de kits de higiene bucal.

Para o sucesso da Festa, contamos com a colaboração da equipe de funcionários do Clube, coordenados pelo gerente local, Sr. Danilo, na montagem da decoração e dos quiosques utilizados para a venda dos comes e bebes e da limpeza dos locais ocupados. Registramos a presença dos presidentes da Diretoria Executiva e Conselho Deliberativo com suas esposas, conselheiros, gerente administrativo da AES, diretora

do Departamento de Aposentados, representantes da AES e de valorosos voluntários. A todos eles dedicamos o sucesso da Festa, quer seja no planejamento, divulgação e/ou colaboração no evento. Os nossos mais sinceros agradecimentos e até a próxima!



Obs.: - Mais fotos serão colocadas no site www.aessenai.org.br

No próximo boletim, teremos informações da Festa das Crianças no Clube Náutico, em Boracéia.

Boletim anterior: Desculpem-nos pela falha de sistema gráfico de impressão ocorrida nos textos dos Departamentos: Cultural e Recreativo e Esportivo Interior divulgados no Boletim de outubro/19.

Departamento Esporte - Capital e Interior

FINAL DO 27º FARAES

Mais uma vez, as Diretorias de Esportes da Capital e Interior se uniram para realizarem, no dia 28/09/2019, na Colônia de Férias, a grande final do 27º FARAES com a participação de 148 pessoas, comprovando ser o evento mais democrático do Departamento de Esportes. Compareceram associados ativos, aposentados, ex-funcionários e dependentes, promovendo a integração entre a galera da capital e do interior.

À noite, após as premiações, tivemos a tradicional confraternização com música ao vivo que agitou a galera num ambiente de harmonia e descontração. O Departamento de Esportes (Capital e Interior) agradece o apoio das equipes da Colônia de Férias e da secretaria da AES; aos membros das equipes de esportes e do corpo de administração da AES.

E para encerrarmos com chave de ouro, durante todo evento, os participantes se sensibilizaram com a 4ª campanha de doação de brinquedos para o Dia das Crianças. A ação foi promovida pelo Departamento de Esportes (Capital e Interior) com o apoio da Diretoria

Executiva. Foi muito emocionante a doação de 163 brinquedos às instituições em Itanhaém, coordenada pelo gerente da Colônia.

Ficamos muito emocionados por um final de semana cheio de confraternizações e auxílio ao próximo. Parabéns a todos os participantes.

Participaram das disputas, 4 jogadores de Damas, 4 duplas de Dominó, 4 duplas de Tranca e 8 duplas de Truco.

CLASSIFICAÇÃO FINAL		
TRANCA		
1º Lugar	Francisco Antônio Abatepaulo e Miguel Blanco David	CFP 1.18
2º Lugar	Antônio Norberto de Souto e Zelma Maria L. da Silva	CFP 1.15
3º Lugar	Karina Alves Lozigia e Ana Maria Fernandes Lozigia	CFP 7.01
4º Lugar	Rodrigo Cardoso e Guilherme Santana	CFP 2.01
DAMAS		
1º Lugar	Walter Serafim dos Santos	CFP 1.15
2º Lugar	Edson Gotardi	CFP 7.92
3º Lugar	Ricardo Rodrigues de Oliveira	CFP 5.63
4º Lugar	Gabriel de Souza Moreira	CFP 1.22
DOMINÓ		
1º Lugar	Raimundo da Costa Filho e Edson Senna	CFP 9.27
2º Lugar	Luis Fernando Silva de Freitas e José dos Santos Brito	CFP 4.04
3º Lugar	Fernando Ferrari e Roberto Pinaffo	CFP 1.18
4º Lugar	Nelson Urias e Geovana Urias	CFP 1.06
TRUCO		
1º Lugar	Cidimar Toro Batista e Ailton Pereira do Nascimento	CFP 1.12
2º Lugar	Valdir Scatena Dantas e Flavio Hansen da Silva	CFP 1.24/1.18
3º Lugar	Waldir C. Rabetti e Paulo Macedo	Apos. SEDE
4º Lugar	Edson Luis Resende e Antônio Fernando dos Santos	CFP 4.02



Próximos eventos

Departamento Esportivo da Capital:

Dia 09/11 – Fase Final Vôlei Misto na Colônia de Férias Itanhaém

Departamento Esportivo do Interior:

Dia 10/11 – Final do 23º Futebol Society no Clube de Campo - Jundiaí

Informações da Presidência

Os sorteios para uso nos Núcleos de Lazer somente ocorrerão nas festas de final de ano e no período de férias de verão. Para os feriados prolongados e férias de julho, o associado deverá fazer a reserva normalmente, mas somente para o período total de dias.

Dia 11 de novembro será realizada a eleição de 9 membros para compor o Corpo de Administração da AES que farão parte da gestão 2020/2024. O associado poderá votar em até cinco candidatos. A fim de tornar mais prática as informações aos associados, estão disponíveis no site as dúvidas mais frequentes (com as respostas).

ASSUNTOS DIVERSOS

Dia de ação de graças



A palavra gratidão está sendo usada por diversas pessoas nos dias de hoje. Palavra poderosa, bonita, positiva e que é muito rica em significados. Por isso, ela deveria fazer parte da vida de todos os indivíduos que buscam

pela felicidade.

Agradecer fará com que você se sinta melhor. Comece a agradecer por ter saúde. É graças a ela que é capaz de levantar todas as manhãs e ter o prazer de desfrutar de um belo dia, poder trabalhar, conviver com as pessoas que ama, praticar seus hobbies, se divertir e correr atrás dos seus desejos e sonhos. Dê graças pelas coisas já conquistadas, que já te pertencem. Suas roupas, sua casa, seu animal de estimação, os presentes que ganhou, tudo o que usa no dia a dia. Reflita no valor de tudo isso e nunca se esqueça de ser grato pelo que já possui. Outro bom motivo para agradecer é pela sua inteligência, sua capacidade e determinação para batalhar e conseguir o que deseja. Lembre-se das vezes em que você teve de ser corajoso e forte. Essas qualidades fazem parte de você. Por isso, agradeça e procure usar sempre que necessário. A gratidão lhe proporcionará alegria e paz, diminuindo o espaço que o mau humor e a amargura ocupam.

Flávia Faria <https://www.eusemfronteiras.com.br>

Inscrição para sorteio Férias de Verão

