

DEPARTAMENTO DE APOSENTADOS

Reunião Mensal

Esperamos por você para curtirmos momentos de alegria e descontração. Nossa próxima reunião será realizada no dia 13/04/2016 (Quarta feira) das 9h30 as 11h30, na Escola SENAI "Orlando Laviero Ferraiuolo" - Rua Teixeira de Melo, 106 - Tatuapé - São Paulo, bem próximo ao metrô (estação Tatuapé).

DEPARTAMENTO CULTURAL E RECREATIVO



Museu da Língua Portuguesa

Em virtude de sua sede na estação da Luz São Paulo - Capital estar sendo restaurada, devido ao incêndio de grandes proporções ocorrido em 21/12/2015, foi programada uma exposição itinerante que percorrerá diversas cidades paulistas. Essa exposição tem como destaque o "mapa dos falares", onde pode ser verificado o português falado em diferentes regiões do Estado de São Paulo.

A primeira a ser contemplada foi Araraquara, onde de 04/03 a 02/04/2016, sua exibição deu-se no Palácio das Rosas com o espaço de 300 m².

A próxima cidade a apresentar a exposição será Pirassununga e assim sucessivamente, até que retorne efetivamente a estação da Luz.

Fonte: caderno2ESP de 05/03/2016

DEPARTAMENTO ESPORTIVO - CAPITAL / INTERIOR

FUTSAL CATEGORIA LIVRE

Capital

Com muito euforismo, foi iniciado em 28/02/2016 o torneio de futsal categoria livre, envolvendo 24 equipes de 30 escolas SENAI que, em parceria com o SESI, utilizaram suas quadras de Guarulhos, A.E. Carvalho e São Caetano do Sul e a da Escola SENAI de Barueri.

Para a fase final que será realizada no Ginásio de Esportes AES, em Itanhaém, nos dias 16 e 17/04/2016, classificaram-se as seguintes equipes: 1.07 - E.C.Retalho, 1.16 - Plásticos, 1.36-Barueri - o Retorno e 3.01 - Meninos do Vale.



Interior

Esse festival promete!... Dentro do maior clima de confraternização foi realizado no dia 28/02/2016 em 04 cidades do nosso Estado a fase regional do festival de futsal do interior categoria livre envolvendo 32 equipes e a participação de aproximadamente 600 pessoas entre os "atletas", familiares e convidados.

Para a fase final que está prevista para os dias 30/04 e 01/05/2016, no Ginásio de Esportes da AES em Itanhaém, foram classificadas as seguintes equipes:

- Campinas/Valinhos
- Sumaré
- Sertãozinho
- Lençóis Paulista

SAÚDE

Risco cardiovascular

Chamou-nos a atenção o artigo publicado pelo jornal "A Folha de São Paulo", de 19/03/2016 sobre os dados alarmantes obtidos na pesquisa realizada por órgão do Ministério da Saúde onde foram envolvidos 75 mil estudantes de escolas públicas e privadas, em municípios com mais de 100 mil habitantes.

Foi revelado que na faixa etária de 12 a 17 anos, expressivos contingentes de entrevistados estão com excesso de peso, são sedentários, alimentam-se mal e sofrem de hipertensão e colesterol, exigindo que isso seja corrigido a tempo, a fim de evitar doenças coronárias e outras complicações, como diabetes. Entre a metade desses jovens ficou evidenciado

o baixo nível do colesterol bom (HDL), responsável pela remoção da gordura de paredes das artérias e leva-la para o fígado. Esse estudo mostrou que 25% dos pesquisados apresentam sobrepeso, 8,5% são obesos e 55% não praticam, pelo menos, 300 minutos semanais de atividade física. Entre as meninas esse índice sobe para 70%.

Em geral, ficou a constatação do alto consumo de bebidas açucaradas e alimentos ultraprocessados, que representam mais de 50% de carência de cálcio, fósforo e vitaminas A e E e o excesso de sódio neles contidos (80%).

E agora, vamos nos livrar de mais essa preocupação?

(JNCF)

O ASSOCIADO ESCREVE

O "caminhão"

Aconteceu quando eu frequentava o curso de Ajustador Mecânico na escola SENAI Roberto Simonsen em 1960 e era um adolescente de 16 anos de idade.

Morava na Vila Maria Baixa e havia grande dificuldade em pegar o ônibus que passava sempre lotado e não parava no ponto. Com isso eu me deslocava a pé até a rua Cachoeira no Belém onde havia o ponto final do ônibus da linha que me levava até a escola.

Nessa época eu jogava futebol no Infante Juvenil do clube Nadir Figueiredo, indústria onde meu pai trabalhava. As pessoas falavam que eu era bom de bola e isso era verdade porque no vestiário após a preleção, o técnico sempre me dava a camisa 10 e as outras jogava pra cima pra quem pegasse.

Num domingo de manhã tivemos um jogo em nosso campo contra o Guarani do Braz, que tinha um garoto que jogava com apelido de "Caminhão" imagine o tamanho da criança, o moleque não era gordo, era grandão, forte e muito avantajado pra idade.

O primeiro tempo termina zero a zero.

Início do segundo tempo, golaço do Téo, 1 a 0 pra nós. Nisso nosso camisa 7, o Wilson bom de bola, um verdadeiro pé de briga, arrumou uma treta justo com o "Caminhão" e se deu muito mal, porque este o derrubou numa porrada só e quem encostava no "Caminhão"

ele derrubava na pancada.

Eu desde moleque fui sempre machão e só fiquei observando o "Caminhão" arrebrantar todo mundo. Na hora em que ele cometeu o erro de virar de costas pra mim, fui pra cima dele, e com a mão aberta dei um tapa bem dado na sua orelha, que minha mão dói até hoje, imagine a orelha dele.

Foi nesse momento que começou o maior pesadelo da minha vida, o "Caminhão" virou de frente pra mim e gritou com sangue nos olhos: DEZ !!!!! EU TE CONHEÇO E SEI ONDE VOCE PEGA O ÔNIBUS TODOS OS DIAS E VOU TE QUEBRAR NO MEIO, NO PONTO DO ÔNIBUS !!

Como citei que sempre fui machão e jamais um covarde, nunca mais passei nem perto daquele ponto, mas foi bom porque meus colegas e o técnico falavam que eu estava com um excelente preparo físico, muito bom mesmo. Mas eu tinha vergonha de dizer a eles, que o motivo era porque eu tinha que andar todos os dias 8 Km a pé passando mais ou menos 3 Km longe do ponto de ônibus da rua Cachoeira, com pavor de encontrar o maldito "Caminhão" no caminho pra poder chegar ao SENAI.

Até hoje com 71 anos de idade eu ainda tenho pesadelos com o "Caminhão".

Teódoło Gouveia Luiz (Téo) - Associado Aposentado SENAI ROBERTO SIMONSEN - BRÁS

ASSUNTOS DIVERSOS

Assembleia Geral Extraordinária

Instalada pelo Presidente do Conselho Deliberativo, no dia 26/02/2016, na sede da AES, à Alameda Barão de Limeira, 539- Santa Cecília - São Paulo SP, foi colocado em discussão para deliberação a seguinte pauta: "aprovação do valor de R\$ 350.000,00 (trezentos e cinquenta

mil reais) para construção da 3ª etapa de obras na Colônia de Férias referente à transformação dos apartamentos antigos em salão de eventos e reforma e ampliação da recepção e secretaria". Por unanimidade o assunto discutido foi aprovado.

Conselho Deliberativo

Em reunião realizada no dia 19/03/2016, na Colônia de Férias da AES, foi aprovado: - a previsão orçamentária da AES para o período de 01/03/2016 a 28/02/2017.

Diretoria Executiva

A convite do Presidente da Diretoria Executiva, para prestarem sua colaboração voluntária nesta gestão, a composição do quadro de apoio ficou assim constituído:

Departamento de Aposentado	Celia Reni Fernandes Sanches
Departamento Cultural e Recreativo	Arlete de Jesus Mendes Dias
Departamento Esportivo Capital	Lucio Mario Alves de Oliveira
Departamento Esportivo Interior	Haroldo Jose Torquetti
1º Secretário	Maria Eugênia Cioffi
2º Secretário	Marlene Sanches de Oliveira

1º Tesoureiro	Denise Rigüero Gallego
2º Tesoureiro	Jose Marlito Benicio Ricarte
3º Tesoureiro	Alexssandro Augusto Reginato
Colônia de Férias	Natalino Adriano Pinto (contratado)
Clube de Campo	Paulo Rodrigues da Silva (contratado)
Clube Náutico	Arnaldo Schio
Boletim Informativo	Joaquim Narciso Caldeira Filho e Winston Antônio de Souza

Comunicado PDE 08/2016

Inscrição para Sorteio - Corpus Christ

Período de 25/05/2016 a 29/05/2016

- Inscrição 29/04/2016 a 08/05/2016
- Sorteio: 09/05/2016
- Divulgação: 11/05/2016
- Pagamento: 16/05/2016

Detalhes no site da AES (www.aessenai.org.br)



CURIOSIDADE

O pão e o glúten

Segundo informações de especialistas, não existe pão sem glúten. “Se você tira o trigo, vira bolo salgado. Não é pão”.

O pão tem alvéolos, que são os buracos ocupados pelo ar que sustentou a massa, fazendo-a crescer. Esses alvéolos se tornam possíveis pela mistura da farinha de trigo com água e proteínas do glúten, que se ligam, formando uma massa elástica. Essa elasticidade é que dá espaço para as bolhas de gás carbônico produzidas pelo fermento.

Sem elasticidade, ou seja, sem glúten, não há tanta expansão, então, não é pão, é bolo.

No bolo, o ovo dá sustentação à massa, mas não adianta: a competição é desleal. “No pão, o glúten é soberano, diz a chef Mara Salles.

Fonte: OESP de 18/04/16

ÓBITOS

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

ÓBITO	DATA	ASSOCIADO	ORGÃO	PARENTESCO
José Alberto Diogo Pereira	22/02/2016	Ana Lucia Pereira	6.02	pai
Rosali de Souza Leitão	28/02/2016	Janio de Oliveira	Apo	sogra
Gasparino Jose da Rocha	05/03/2016	Eustanes Jose Rocha	1.44	pai

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:

Arlete de Jesus Mendes Dias
Depto. Cultural e Recreativo

Célia Reni Fernandes Sanches
Depto. de Aposentados

Claudia Celestino Lucio
Diagramação

Jaime Soler Niubar
Revisão

Haroldo José Torquetti
Dep. Esportivo Interior

Lucio Mário Alves de Oliveira
Dep. Esportivo Capital

Joaquim Narciso Caldeira Filho
Coordenação

Winston Antônio de Souza
Coordenação

Dionísio Pretel

Presidente da Diretoria Executiva

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

Atenção!...máquinas e homens trabalhando

Se você não esteve na Colônia de Férias nos últimos 20 dias, então não presenciou as grandes mudanças que lá estão ocorrendo.

Do prédio antigo onde funcionavam a oficina de manutenção, o lactário, a lavanderia, os sanitários e, na parte superior o salão de jogos, nostalgicamente, tudo já virou escombros, por conta do projeto de modernização desse núcleo de lazer.

Entretanto, essas mesmas dependências, já foram instaladas em nova área, construída no terreno anexo, adquirido pela AES em setembro 2014.

A demolição desse prédio dará lugar à construção de mais 15 apartamentos (fechamento do “U”) para maior conforto dos usuários (associados, dependentes e convidados).

Mas, não paramos por aí, pois dando continuidade à próxima etapa, já estão em demolição os apartamentos restantes da ala antiga, que darão lugar a um grande salão de eventos, salas de treinamento, melhor adaptação no atendimento da Secretaria, etc. etc.

Paralelamente a isso, no Clube de Campo, os dois chalés PNE já foram inteiramente reformados e a área construída no camping também foi demolida, estando em estudo o melhor aproveitamento desse local. No Clube Náutico prosseguem as operações de restauração dos estragos causados pela enchente de grandes proporções que atingiu toda aquela região.

Por enquanto vamos ficar por aqui - Aguardem próximas novidades.

(JNCF)



Boletim Informativo Abril - 2016



Edição 116

Ano 10

Página 02

- REUNIÃO COM ASSOCIADOS
- MUSEU DA LÍNGUA PORTUGUESA
- FUTSAL CATEGORIA LIVRE
- SAÚDE

Página 03

- O ASSOCIADO ESCREVE
- ASSEMBLÉIA GERAL EXTRAORDINÁRIA
- ATOS DO CONSELHO DELIBERATIVO
- QUADRO DE APOIO DA DIRETORIA EXECUTIVA

Página 04

- COMUNICADO PDE 08/2016
- CURIOSIDADE
- ÓBITOS
- COLABORADORES

<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	<input type="checkbox"/> Pelo Porteiro ou	/ /
<input type="checkbox"/> Recusado	<input type="checkbox"/> Ausente	<input type="checkbox"/> Síndico	Responsável
<input type="checkbox"/> Endereço Insuficiente	<input type="checkbox"/> Não Procurado	<input type="checkbox"/>	



DESTINATÁRIO:

DDDDDDDD
DDDDDD
DDDD

Remetente

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