



SABESPAPAO



aaps
www.aaps.com.br

Informativo da Associação dos Aposentados
e Pensionistas da Sabesp
Nº 157 - Ano 23 - Outubro / Novembro / Dezembro - 2017 | Fundada em 22 de junho de 1989



Planos de Saúde e Previdenciário

**Assembleia aprova nova proposta de
acordo com a Sabesp e Sabesprev**

Pág. 3

Festas de Confraternização 2017

São Paulo

Fotos: Delma Marina



Santos

Fotos: Helena Silva



Editorial

Leia sobre o acordo
entre a AAPS, Sabesprev e Sabesp

Pág. 2

ESPAÇO JURÍDICO

Conheça a íntegra do Acordo

Pág. 5

QUALIDADE DE VIDA

Fique por dentro!

Pág. 10

ENTREVISTA

Professor de Dança de Salão
Inacio Tadayoshi Matsuzaka

Págs. 11 e 12

**Confira a
Programação
Sociocultural
dos
próximos meses**



Pág. 9

"Gostaria de lhe desejar tantas coisas, mas nada seria suficiente. Então, desejo apenas que você tenha muitos desejos. Desejos grandes. E que eles possam te mover a cada minuto, ao rumo da sua felicidade!"

Carlos Drummond de Andrade

EXPEDIENTE

SABESPAPO é um informativo trimestral da AAPS
Associação dos Aposentados e Pensionistas da Sabesp

Sede: Rua Treze de Maio, 1.642
Bela Vista - São Paulo - SP
CEP: 01327-002 - Tel: (11) 3372-1000
Fax: (11) 3372-1009
E-mail: aapsabesp@uol.com.br

Subsede Baixada Santista:
Rua Dr. Arthur Assis, 47
Bairro do Boqueirão - Santos
CEP: 11045-540 - Tel: (13) 3288-1162
E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Diretoria Executiva

Presidente: Maximiano Bizatto
Diretor Administrativo:
Celso Valio Machiaverni
Diretor Financeiro:
Affonso Celso Nogueira de Andrade
Diretor de Comunicação e Marketing:
Wagner de Jesus Baptista
Diretora Sociocultural e Esportiva:
Célia Regina Gervásio da Silva Botelho
Diretor de Saúde e Serviço Social:
Edson Cardoso da Silva
Diretor de Assuntos Previdenciários:
Armando Silva Filho
Diretor de Relações Institucionais:
Valdemar Venâncio
Diretora Regional da Baixada Santista:
Estela dos Santos Rodrigues Peres

Conselho Deliberativo

José Luiz de Melo Pereira (**Presidente**)
Paulo Roberto Menezes (**Vice-Presidente**),
Antônio Carlos Julião, Berenice de Paula Posso Baruffaldi, Cid Barbosa Lima Junior, Egídio Perroni Neto, Gerson de Oliveira, Gert Wolfgang Kaminski, Gilberto Margarido Bonifácio, Ilka Maria Machado, Iracema Maria Teixeira Gião, Jairo Bonifácio, José Antônio Oliva, José Carlos Machado Scheffauer, José Francisco Furquim de Campos Jr, José Taniguti, Mário Rubens Almeida de Mello, Nivacil da Silva, Nelson Luiz Stabile, Pérsio Faulim de Menezes e Shiguelo Makita.

Conselho Fiscal

José Luiz Trinca (**Presidente**), Flávio Tsutomu Hirota e Walter Antônio Orsatti.

Jornalista Responsável e Edição

Raquel Braganholi
Mtb 22.219/SP - raquel@aaps.com.br

Diagramação e Editoração Eletrônica

Ideias e Soluções - Tel: (11) 2695-1703

Impressão: Expressão e Arte Gráfica
Tel.: (11) 3951-5188
Tiragem: 3.700 exemplares.

EDITORIAL

“O ACORDO”

Depois de anos de negociações, depois de quase uma dezena de propostas, depois de três assembleias, finalmente chegamos a uma proposta conclusiva com Sabesp e Sabesprev sobre os planos Previdenciário e de Saúde.

O caminho foi árduo. Reuniões com a Presidência e com a Diretoria Corporativa da Sabesp, com a Sabesprev e até reunião com a Superintendência Nacional de Previdência Complementar (PREVIC), em Brasília, possibilitaram chegar a uma proposta de acordo, aprovada na assembleia do dia 23 de janeiro último.

Além das discussões externas, tivemos ainda que discutir internamente com grupo de associados que discordavam das condições das propostas dos acordos feitas por Sabesp e Sabesprev, chegando mesmo a entrar com processo judicial contra a AAPS, obrigando nossa entidade ter de constituir advogado próprio para nos defendermos. Felizmente, essa tentativa não logrou êxito, abrindo caminho para a continuidade das negociações.

Vários questionamentos e dúvidas foram colocados na mesa de negociação, esclarecidos durante as reuniões. Tentamos por todas as formas ganhar melhores condições nos planos previdenciários e no de saúde para nossos associados.

No Previdenciário conseguimos tirar da pauta de exigências, a retirada da Ação que estamos patrocinando, denominada “Serviço Passado”. Continuamos questionando a comprovação dos pagamentos referentes ao período 1974 a 1990, admitidos pela Sabesp como de sua responsabilidade. Continuamos a avaliar e questionar os documentos apresentados pela empresa, o que demandará tempo.

Quanto ao processo que denominamos de “Migração”, conseguimos na PREVIC, juntamente com a Sabesprev, um desconto de, no mínimo, 30%, nas contribuições extraordinárias, que vêm sendo cobradas das pessoas optantes pelo plano BD. Esse desconto

possibilitará a esse pessoal, por um tempo, um alívio em seus compromissos financeiros.

Na Saúde, acreditamos termos tido os maiores avanços. A Sabesprev contratou a Fundação Instituto de Pesquisas Contábeis, Atuariais e Financeiras (FIPECAF - USP) para efetuar uma nova modelagem dos planos de saúde com as seguintes premissas:

- ✓ Teto de contribuição de R\$ 1.400,00 (base abril/2017) para um plano equivalente ao atual plano pleno, dos empregados ativos;
- ✓ Criação de plano equivalente ao plano padrão atual, com contribuições proporcionais;
- ✓ Junção das massas de usuários, o que proporcionará redução da sinistralidade dos planos, fator determinante para o cálculo dos reajustes anuais.

A Sabesprev se compromete ainda a não reajustar as mensalidades dos planos até implantação dessa nova modelagem, mantendo dessa forma os valores cobrados em abril de 2017, assumindo a responsabilidade por todos os custos advindos desses compromissos.

Em síntese, a junção dos planos de saúde dos aposentados e dependentes legais ao plano de saúde dos ativos sempre foi a nossa luta e agora estamos conseguindo.

Nas próximas semanas esse acordo deverá ser concluído, ocasião em que poderemos avaliar a certeza de nossas decisões. Temos consciência que não é um acordo ideal, porém é o que conseguimos, contra a continuidade dos pagamentos da cobrança extraordinária, sem os descontos, e ter que arcar com a provável cobrança dos 35,7 % já a partir de fevereiro, com novo reajuste, em maio.

A direção da AAPS tem a certeza de ter adotado, no momento, a melhor decisão, entretanto a luta não termina aqui, pois sempre continuaremos a pleitear melhores condições para nossos associados.

Maximiano Bizatto
Presidente da AAPS

Planos de Saúde e Previdenciário

Assembleia aprova nova proposta de acordo com a Sabesp e Sabesprev



Após várias e exaustivas reuniões realizadas no mês de janeiro, a AAPS concluiu as negociações com a Sabesp/Sabesprev sobre os Planos de Saúde e Previdenciário que vinham sendo discutidas desde junho de 2016, quando ocorreu a primeira assembleia.

A proposta oficial e final recebida da Sabesp/Sabesprev foi levada ao Conselho Deliberativo da AAPS e aprovada para apresentação na 27ª Assembleia Geral Extraordinária da entidade, convocada para apreciação dos associados.

A Assembleia foi realizada pela AAPS nas dependências do Espaço Vida da Sabesp Ponte Pequena, no auditório Pau Brasil, no dia 23 de janeiro de 2018. As novas premissas para o Acordo com a Sabesp e Sabesprev foram apresentadas pelo advogado da Associação, Dr. Arlindo da Fonseca Antônio, que também esteve à disposição para esclarecer as dúvidas jurídicas.

Após o pronunciamento de todos os associados inscritos que pediram a palavra para manifestar a sua opinião, a nova proposta de Acordo foi submetida à votação e foi aprovada por 233 votos a favor, 186 contra e cinco abstenções.

Confira a íntegra da proposta aprovada na Assembleia na pág. 5



Após se identificar junto as funcionárias da AAPS, os associados tiveram acesso à sala de votação.

Novos Associados

A campanha de captação de novos sócios continua. Divulgue a AAPS entre seus amigos aposentados não associados ou em fase de pré-aposentadoria. Juntos somos mais fortes!



Carlos Antônio Santana da Silva (São Paulo - SP)
 Celestina Aparecida de Paula (São Paulo - SP)
 Conceição Lina Sobral Torres (São Caetano do Sul - SP)
 Edson Luiz Camilli (São Paulo - SP)
 Fernando Wili Bastos Franco Filho (São Paulo - SP)
 Ivete da Silva Matos (São Paulo - SP)

Olga Poccinelli Colombo Martini (São Paulo - SP)
 Pedro Luiz Lopes Ronconi (São Paulo - SP)
 Maria do Carmo Silva Gamarano (Biritiba Mirim - SP)
 Marli Soares da Costa (São Paulo - SP)
 Won Sui Tung (São Paulo - SP)

Eleições AAPS 2018

Comissão eleitoral define ordem dos candidatos na cédula de votação



O processo eleitoral para o próximo triênio avança de acordo com o calendário das Eleições AAPS 2018. A Comissão Eleitoral se reuniu nas dependências da sede da AAPS em 29/01, às 9h30min, para realizar o sorteio da ordem dos candidatos na cédula de votação.

Participaram do sorteio os candidatos com inscrição já homologada pela comissão eleitoral, conforme lista divulgada anteriormente em nosso site.

Ressaltamos que na segunda quinzena de fevereiro os associados estarão tomando conhecimento dos currículos e plataformas dos candidatos através de uma edição especial do Sabespapo Eleições que será enviada para suas residências.

Errata Calendário das Eleições AAPS 2018

No item 14 do Calendário das Eleições AAPS 2018 divulgado consta que a data limite para coleta de votos no Correio é 12/03/2018.

1. A data limite para postagem nos Correios da carta-resposta de votação **vai até o dia 13/03/2018.**
2. As **“cartas-resposta” postadas após o dia 13/03/2018 não serão consideradas.**

Prova de vida do INSS 2017



Prova de Vida

O prazo para o comparecimento das pessoas que ainda não fizeram a comprovação de vida do INSS em 2017 foi prorrogado até 28 de fevereiro de 2018.

Lembramos que o procedimento é obrigatório para todos os beneficiários do INSS que recebem seus pagamentos por meio de conta corrente, conta poupança ou cartão magnético. **Quem não fizer a comprovação de vida no tempo previsto poderá ter seu pagamento interrompido.**

O prazo deveria ter terminado em dezembro de 2017, contudo, devido ao grande número de beneficiários que ainda não realizaram o procedimento, o prazo foi prorrogado.

Como fazer a prova de vida? - Para realizar a prova de vida não é necessário ir à Agência da Previdência Social. O procedimento é realizado diretamente no banco em que o beneficiário recebe o benefício mediante a apresentação de um documento de identificação com foto (carteira de identidade, carteira de trabalho, carteira nacional de habilitação etc).

Os beneficiários que não puderem ir até às agências bancárias por motivos de doença ou dificuldades de locomoção, podem realizar a prova de vida por meio de um procurador devidamente cadastrado no INSS.

Fonte de dados: Assessoria de Comunicação da Previdência Social



CAPITAL

PLANTÕES JURÍDICOS AAPS

De 2ª a 6ª feira - à Rua Treze de Maio, 1642 - Bela Vista - SP.
Segundas e terças das 13 às 17 horas / Quartas, quintas e sextas: das 9 às 13 horas.
Tel.: 3372-1000 - E-mail: faleconosco@aaps.com.br

BAIXADA

Quinzenalmente - às sextas-feiras - das 9 às 12 horas - mediante agendamento.
Subsede: Rua Dr. Arthur Assis, 47 - Boqueirão - Santos - SP.
Tel.: (13) 3288-1162 - E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Acordos Sobre as Ações Previdenciárias e de Saúde

A AAPS, após varias reuniões com Sabesp e Sabesprev, com o objetivo de alinhar uma proposta que atendesse aos diversos interesses dos associados, concluiu as negociações do acordo.

Uma última minuta de proposta, elaborada por um grupo de associados, de forma complementar às propostas da diretoria, foi encaminhada e discutida com Sabesp e Sabesprev. Como resultado, recebemos a proposta oficial e final, que foi submetida a apreciação do Conselho Deliberativo e levada a decisão da 27ª Assembleia Geral Extraordinária e foi aprovada por 233 votos a favor, 186 contra e cinco abstenções.

Íntegra da proposta aprovada pela 27ª Assembleia Geral Extraordinária

DA PROPOSTA DE ACORDO - AÇÃO ENVOLVENDO PLANO PREVIDENCIÁRIO (MIGRAÇÃO)

Fica proposto pela Sabesp, para futuro acordo nos autos do processo, que serão acatados pela Sabesp e Sabesprev os normativos recentes da Previdência Complementar que versam sobre cobrança extraordinária para cobertura de déficit técnico. Deverão ser procedidos os cálculos de acordo com o estabelecido na Resolução CNPC 22/2015 e Instrução PREVIC 19/2015, o que levará a uma redução de no mínimo 30% (trinta por cento) no valor atual da contribuição extraordinária, que valerá a partir de janeiro de 2018, para todos os participantes, sendo certo que esta redução do custeio não representa diminuição do déficit total, mas sim uma redistribuição do valor da cobrança pelo prazo previsto para pagamento do déficit, com base na legislação vigente.

Fica mantida, ainda, a ampliação do prazo de pagamento da Contribuição Extraordinária para déficit, autorizado pela PREVIC, com a aplicação de 1,5 vezes a duration do plano, como prazo para pagamento do déficit, o que já foi implantado pela SABESP/SAÚDE em dezembro de 2016.

DA PROPOSTA DE ACORDO - AÇÃO ENVOLVENDO PLANOS DE SAÚDE

Fica proposto pela Sabesp, para futuro acordo nos autos do processo, o comprometimento da SABESP e da SABESP/SAÚDE de implantar um Plano de Saúde com o mesmo regulamento, rede credenciada e regras de coparticipação para ativos, inativos (ex-empregados, aposentados e pensionistas) e seus dependentes legais, equivalente ao atual Plano Pleno, sendo extinto este Plano Pleno. Para os inativos, a tabela de preços será individualizada e por faixa etária, baseada em cálculo atuarial da soma das massas, para sua composição e reajuste, sempre respeitando os artigos 30 e 31 da Lei 9.656/98. Como referência, para os inativos acima identificados e seus dependentes legais, o valor da mensalidade para a última faixa etária do plano deverá ser limitado, inicialmente, a R\$ 1.400,00/mês/pessoa (base abril/2017, reajustado pelo FIPE-SAÚDE na implantação do novo plano). A SABESP e a SABESP/SAÚDE disponibilizarão também, para adesão opcional, plano de saúde com condições diferentes do plano citado, com valores de mensalidade inferiores (da mesma forma que hoje existe o Plano Padrão).

A SABESP e a SABESP/SAÚDE se comprometem a permitir a reinclusão no novo Plano de Saúde, sem carências, de inativos e seus dependentes legais excluídos dos Planos Autossustentáveis, desde que adimplentes. O prazo para reingresso dos excluídos será definido ao longo dos estudos, não sendo inferior a 12 (doze) meses, contados a partir de 31/12/2017.

A SABESP e a SABESP/SAÚDE se comprometem a não reajustar as mensalidades dos Planos Executivo, Executivo A, Padrão, Padrão A e 279 até a implantação do novo plano.

Em sendo apuradas diferenças entre receitas e despesas nos atuais Planos de Saúde da SABESP/SAÚDE até a implantação do novo Plano de Saúde, esta diferença não será arcada pelos beneficiários.

A SABESP continuará garantindo a participação de representante da AAPS na Comissão de Saúde, a qual trata das definições necessárias para a modelagem dos novos planos de saúde.

DOS ACORDOS NAS AÇÕES JUDICIAIS

Para materialização da proposta a ser firmada, a AAPS, SABESP e SABESP/SAÚDE deverão celebrar acordo na ação.º 1086778-88.2016.8.26.0100 (migração), na qual se pleiteará a extinção do feito, com julgamento do mérito e desistência de recursos que estejam pendentes.

Demais ações judiciais em curso:

Previdência: n.º 0038970-61.2010.8.26.0053 (serviço passado). O PROCESSO CONTINUARÁ SENDO DISCUTIDO NA ESFERA JUDICIAL.

Saúde: n.º 0161765-88.2011.8.26.0100 (ação coletiva). FICA VALENDO NA ÍNTEGRA O ACORDO PROPOSTO NESTE DOCUMENTO, PORÉM O FECHAMENTO DA NEGOCIAÇÃO PARA EXTINÇÃO DA AÇÃO FICA CONDICIONADO À APRESENTAÇÃO DA MODELAGEM DO NOVO PLANO. A DECISÃO DE ACEITAÇÃO OU NÃO DOS NOVOS PLANOS SERÁ TOMADA EM ASSEMBLEIA FUTURA.

Confraternização de São Paulo 2017

Fotos: Delma Marina

A Confraternização 2017 da AAPS na Capital aconteceu no dia 01 de dezembro, no Salão Rubi, do Espaço de Eventos Hakka Brasil, abrindo as comemorações de final de ano da entidade.

O jantar dançante foi animadíssimo e contou com música ao vivo da cantora Valéria Soares, acompanhada da Banda Athena, que agradou a todos.

Ninguém ficou parado. Logo após a abertura do evento pelo mestre de cerimônia, Celso Valio Machiaverni, e a saudação de boas-vindas do presidente da AAPS, Maximiano Bizatto e da diretora Sociocultural, Célia Regina G. S. Botelho, a banda começou a tocar e com o seu repertório variadíssimo, a cantora, que tem estilo crossover, ofereceu opções para todos os públicos que, em algum momento, aproveitaram o embalo das canções na pista de dança.

O pessoal parou para repor as energias e apreciar o jantar e também no momento do sorteio de brindes. Teve ainda, apresentação de dança moderna das alunas do curso de dança de salão da AAPS, seguido de convite para novas inscrições em 2018.

No final a pista de dança ferveu. O pessoal aproveitou para dançar até a última música e minuto da festa.

Destacamos ainda, a presença da quase totalidade da Diretoria da AAPS e de vários conselheiros, de membros de entidades coirmãs, de advogados que compõem o plantão jurídico da Associação, além de funcionários que colaboraram no apoio logístico do evento.



Da esquerda para a direita: Celso, Célia e Max



Confraternização de Santos

Fotos: Helena Silva

A Confraternização da AAPS na Baixada Santista aconteceu no dia 08 de dezembro, com jantar dançante nas dependências do salão de festas da AEAS - Associação dos Engenheiros e Arquitetos de Santos, encerrando as festividades de 2017 com chave de ouro.

O evento esteve animadíssimo contando com música ao vivo da Banda Imagem e o pessoal da academia Aero Dança, para agitar a pista.

Após o jantar, ocorreu uma breve pausa para o sorteio de brindes, com a saudação de boas-vindas da diretora regional da Baixada Santista, Estela dos Santos Rodrigues Peres, que também prometeu uma grande surpresa para o final da noite, seguida pelo presidente da AAPS, Maximiano Bizatto.

Após toda a agitação causada pelo sorteio de brindes e dos arranjos natalinos o baile recomeçou. De repente, ouviu-se um som de bateria de escola de samba ao longe, que foi crescendo e ficando cada vez mais forte! Era a surpresa da noite adentrando o salão: Bateria Show do mestre Simonal e suas mulatas.

O salão parou e depois foi contagiado pelo som eletrizante da bateria comandada pelo mestre Simonal que já foi da Escola de Samba União Imperial, de Santos. Ele transformou o salão numa grande roda de samba, cantando vários enredos premiados em carnavais passados, colocando os convidados para sambar.

A energia e alto astral da noite fecharam o ano deixando boas vibrações nos corações para 2018!



Coral da AAPS encerra o ano com apresentações natalinas



Apresentação do Coral no Shopping Center 3



Coral Canto das Águas no Teatro Alfa

O Coral Canto das Águas da AAPS, fez as últimas apresentações no mês de dezembro e fechou a temporada participando dos festejos natalinos de 2017.

No dia 18/12, apresentou-se no Shopping Center 3, localizado na Avenida Paulista, no horário do almoço, depois de ter feito a recepção no hall de entrada do Teatro Alfa, para o espetáculo do Ballet Quebra Nozes temporada 2017, em 15/12.

As inscrições 2018 para participar do Coral já estão abertas. Fique ligado! Os ensaios acontecem na sede da AAPS, à Rua Treze de Maio, 1642 e serão retomados logo após o Carnaval. Apareça!

Acontece na AAPS

Atividades na sede da AAPS

Aulas de condicionamento Físico

Aulas com o Educador Físico Eduardo Santana na área externa da Associação Sabesp ou no andar do auditório no prédio da AAPS, em dias de chuva. Aulas às terças e quintas-feiras, às 9h30min.

Mais informações na secretaria da sede da AAPS - Tel: 3372-1000.



Grupo de Futebol da AAPS



Você, associado da AAPS, que gosta de bater uma bolinha amistosamente e que talvez tenha achado que não jogaria mais: apareça, que será bem-vindo!

Venha se juntar ao nosso grupo de futebol de salão, composto por associados da AAPS, amigos que frequentam o local e também colegas da Associação Sabesp.

Prepare-se para belas jogadas, incríveis e inacreditáveis discussões, seguidas de bom bate-papo e comes e bebes.

Todas quintas-feiras, a partir das 17 horas - na quadra da Associação Sabesp na Bela Vista. Apareça! Acredite que a prática esportiva nos motiva e entusiasma!

Na sede da AAPS você também pode fazer aulas de Dança de Salão e *Quick Massage* (massagem oriental) com hora marcada. Informe-se!



SEMANA DO AGITO AAPS

de 25 de fevereiro a 01 de março de 2018

PROGRAMAÇÃO

Noite tropical e bingo milionário
Almoço caipira com música ao vivo e bingo premiado
Jantar árabe
Baile a fantasia com música ao vivo
Diversas atrações com monitores e passeios



Mais informações na secretaria da AAPS
pelo telefone (11) 3372-1000 - com Tatiane.

VALORES

Apartamento Luxo

Single: R\$ 1.185,00

Duplo: R\$ 740,00

Tripla: R\$ 710,00

Quádruplo: R\$ 680,00

Apartamento Master

Single: R\$ 1.280,00

Duplo: R\$ 820,00

Tripla: R\$ 770,00

FORMA DE PAGAMENTO

25% do valor na reserva, no ato da inscrição.
E os 75% restantes em cheque (entregar todos os cheques na AAPS)
ou no "check-out" no Hotel, em 3x no cartão.

Local: Hotel Recanto Bela Vista - Águas de Lindóia - www.hotelrecantobelavista.com.br



Comemoração do Dia Internacional da Mulher

São Paulo - 14 de março

Santos - 21 de março

Em breve mais informações! Aguardem!



1º Bingo de 2018

14 de abril - na sede da AAPS

Chikungunya preocupa a Secretaria da Saúde no Estado de São Paulo



Em pleno surto de febre amarela, além da preocupação com a reintrodução do ciclo urbano da febre amarela pelo mosquito *Aedes aegypti*, o Estado de São Paulo convive com o risco de uma explosão de casos da febre chikungunya.

A chikungunya preocupa a Secretaria de Saúde em São Paulo porque tem a diferença de ser uma doença com surtos muito rápidos. Enquanto na dengue e na zika o mosquito passa a transmitir

oito dias depois de picar uma pessoa, na chikungunya o mosquito já passa a transmitir dois dias depois da picada. Isso faz com que seja uma doença com tendência de transmissão muito rápida.

Vivemos em um mundo globalizado, onde as pessoas circulam muito. Elas vão e vem para estudar, para trabalhar e passear. E o vírus não está só no mosquito, está dentro das pessoas que já contraíram a doença, e que circulam, podendo levar o ciclo de transmissão para outros locais onde vivem ou para outras cidades.

Sintomas: os pacientes apresentam febre alta e dores de cabeça, mas o sintoma diferencial são as fortes dores articulares que impedem a realização de atividades diárias.

✓ **A principal saída é não abandonar o uso do repelente, pois a vacinação contra a febre amarela promovida pelas secretarias municipais de saúde, não protege contra a dengue, zika e chikungunya.**

✓ **A outra medida fundamental é o combate ao mosquito *Aedes aegypti*. A medida vale para dengue, zika, chikungunya e para a febre amarela.**

Temos de nos convencer de que é inaceitável ter o mosquito em casa.

Vacinação contra a febre amarela na terceira idade



É importante saber que os efeitos colaterais da vacina estão diretamente ligados ao estado de imunidade do organismo da pessoa que vai recebê-la. Enquanto uns praticamente não têm reação, outros podem apresentar vários efeitos colaterais, chegando mesmo até a complicações fatais. Há casos de febre amarela vacinal com óbito, quando o fígado é atacado pelo próprio vírus da dose integral da vacina.

Dai a importância de se fazer a vacinação de forma correta. As pessoas não devem esconder sua condição, afirmar a idade correta, se estão gestantes, ou tiver qualquer uma das contraindicações, observou em entrevista o coordenador de Controle de Doenças de São Paulo. Ele declarou à imprensa que um de seus maiores receios é o de que diante do medo de se infectar por febre amarela, pessoas com contraindicação para receber a vacina escondam sua real condição, justamente para garantir a vacinação.

✓ **As pessoas com mais de 60 anos devem consultar o seu médico antes de tentar se vacinar. Em muitos casos a vacinação é contraindicada devido a tratamentos de outras doenças que comprometimento a imunidade do organismo da pessoa.**

✓ **No caso dos bebês abaixo dos 9 meses a vacina interfere no desenvolvimento cerebral da criança. Por isso, gestantes e mulheres amamentando bebês com menos de 9 meses também não devem tomar a vacina.**

✓ **O grupo, com contraindicação para vacinação, deve se proteger com o uso de repelentes, inclusive os bebês menores de 9 meses.**

Confira a lista oficial de contraindicação para tomar vacina contra a febre amarela da Secretaria da Saúde de São Paulo no site da AAPS. Acesse www.aaps.com.br e pesquise em utilidade pública.



PLANTÕES DO SERVIÇO SOCIAL AAPS

Para orientações e esclarecimentos de dúvidas dos associados e familiares. Quando possível, os contatos pessoais devem ser agendados por telefone na sede local da AAPS.

CAPITAL

Às segundas, quintas e sextas-feiras na sede da AAPS - das 9h às 12h e das 13h às 17h.

Agendamento: (11) 3372-1000 - E-mail: servicosocial@aaps.com.br

BAIXADA

Às terças-feiras - das 9h30min às 16h30min ou pelo telefone (13) 3288-1162

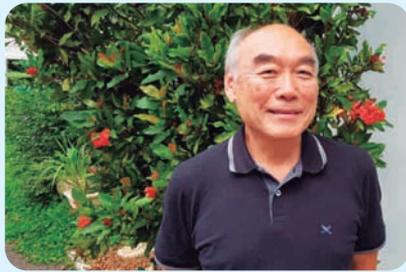
Rua Dr. Arthur Assis, 47 - Bairro do Boqueirão - Santos - SP.

E-mail: baixadasantista@aaps.com.br

Atendimento 24 horas para todos os associados pelo telefone (11) 9 9302-7022 (Claro) - inclusive aos sábados, domingos e feriados.

Falecimentos: Lino Alberto Delgado Lira, em 17/11, aos 78 anos; Carlos Luiz de Carvalho, em 11/11, aos 87 anos; Joana de Moraes Ribeiro, em 10/11, aos 85 anos; José Braz Gamarano, 03/11, aos 78 anos; Maria Eunice Marques, em 02/11, aos 82 anos; Osmar Domingos Galeti, em 02/11, aos 76 anos; Walter Von Atzingen, em 10/10, aos 82 anos; Antônio da Silva I, em 09/09, aos 75 anos; Anair Vasques Valêncio, em 02/09, aos 83 anos; Maria Nunes da Silva, em 02/09, aos 64 anos; Vicente Afonso Moreira, em 02/09, aos 79 anos; Givaldo Ferreira da Silva, em 23/08, aos 81 anos; Antônio Coimbra, em 12/08, aos 83 anos; Carlos Marques Mendes André, em 01/06, aos 85 anos e Jeronimo de Carvalho, em 04/03, aos 66 anos.

Enviamos nossas condolências aos familiares e amigos.



Inacio Tadayoshi Matsuzaka, é professor de dança de salão certificado pelo Centro de Dança Jaime Arôxa que teve várias unidades em São Paulo por volta de 2003 e, que hoje, pertencem a Carlinhos de Jesus.

Comerciante, dedicou sua vida profissional cuidando ao comércio da família, uma ótica & relojoaria, em conjunto com seu irmão.

Há quase 20 anos atrás, em 2009, a vida seguia como sempre, mas de repente, um elemento novo começou a fazer parte de seu cotidiano. Um sentimento quase inexplicável em palavras, que foi classificado pelo médico como melancolia.

Em 1997, decidiu que era hora de se aposentar. E o fato é que apesar de casado, pai de três filhos, avô de três netos, com a vida tranquila, ele deveria estar satisfeito, além de aproveitar o tempo livre que a aposentadoria estava lhe proporcionando, mas não se sentia bem. Era princípio de depressão, que o fez procurar por ajuda médica.

Foi nessa época que sua esposa, que sempre teve vontade de aprender a dançar, vendo um anúncio no jornal do bairro, o convenceu a tentar.

Era um anúncio da Associação Okinawa, no Ipiranga. Foi nesse lugar que sua vida renasceu e teve início uma nova etapa.

Atualmente é professor de dança de salão da AAPS e de outros lugares. Nesta entrevista ele nos fala um pouco da construção dessa trajetória e os benefícios que a dança de salão pode proporcionar.

Sabespapo - Como foi que a dança acabou fazendo parte da sua vida?

Inacio - O primeiro passo foi entrar para a Associação Okinawa. Eles abriram esta atividade para atrair mais frequentadores e resolvemos participar, minha esposa e eu.

Sabespapo - Como o senhor se sentiu no início?

Inacio - O benefício foi quase imediato. Fomos aprendendo os passos e fomos nos entusiasmando. Quando nos demos conta estávamos frequentando a Associação semanalmente.

Sabespapo - O que mudou para vocês?

Inacio - Começamos a desfrutar do bem-estar em todos os sentidos. Nós não saíamos e não tínhamos amigos. Nosso universo era em torno da TV e do sofá. Libertamos-nos dessa rotina.

Tudo mudou em nossa vida. Criamos um círculo de amizades, ocupamos nosso tempo ocioso com uma atividade prazerosa. Fomos dançando e fazendo amigos. A dança é uma atividade em grupo e isso me ajudou a perder a timidez também. Passei a me sentir mais à vontade para conversar com as pessoas.

Sabespapo - E como decidiu passar da condição de aluno, da dança pelo do lazer, para professor de dança?

Inacio - Na verdade esse foi um desafio que resolvi aceitar e no qual consegui êxito. Com o tempo, por falta de cavalheiros para fazer par com as damas, acabei ajudando o professor durante as aulas. Em 2003, ele resolveu abrir uma franquia de centro dança e, como precisava se dedicar ao seu novo negócio, não poderia mais dar aula. Então aconteceu o convite pra eu assumir a turma dele. Incentivado pela minha esposa, que julgou que eu não receberia o convite se o professor não me achasse à altura de substituí-lo, decidi aceitar. E deu certo. Inclusive, depois de um tempo, abriram mais uma turma. Foi o início de tudo.

Sabespapo - Atualmente o senhor dá aulas na AAPS e onde mais?

Inacio - Tenho agenda cheia a semana toda. Às segundas, dou aula em São Bernardo do Campo; às terças, na Vila Mariana e às quartas, na Vila Carrão. Folgamos às quintas-feiras. E às sextas-feiras, dou aula na Vila Carrão e na AAPS, à tarde.

Aos domingos, eu e minha esposa frequentamos a Associação Okinawa do Ipiranga para fazermos aulas de atualizações.

Sabespapo - Pode-se dizer que agora, aos 67 anos, o senhor tem uma nova profissão como professor de dança de salão?

Inacio - Sim. O setor está crescendo muito. Na falta de cavalheiros, os organizadores de bailes contratam pessoas especificamente para dançar com os convidados. Pode-se dizer que é um novo mercado que está se consolidando. E a demanda por professores também está em alta.

Sabespapo - O que é dança de salão? Quais ritmos são classificados assim?

Inacio - A dança de salão é composta de alguns ritmos como bolero, samba de gafieira, forró, rock soltinho e noções de outros ritmos como chá-chá-chá, sertanejo universitário entre os que despertam mais interesse. Devido a falta de cavalheiros, também temos ensinado dança livre, que são coreografias que podem ser feitas individualmente.

Sabespapo - Como a que foi apresentada pelos alunos da AAPS na festa de confraternização de final de ano de 2017 em São Paulo?

Inacio - Exatamente. Agora vamos preparar outra coreografia para a festa junina.

Sabespapo - O que o senhor destacaria como benefícios que a dança pode trazer para as pessoas, especialmente na terceira idade?

Inacio - Não é novidade que a dança traz muitos benefícios a todos, mas para a faixa depois dos 60 anos esses benefícios podem ser ainda maiores, sendo uma das opções para a melhoria da qualidade de vida

A modalidade dança de salão se encaixa perfeitamente às necessidades e condições dessa idade, por ser uma atividade física leve ou moderada. Oferece oportunidade aos seus praticantes na terceira idade de uma vida mais saudável, pois a dança ajuda no fortalecimento dos músculos, na respiração e no equilíbrio, cuja carência, nessa faixa etária, é a causadora de muitos acidentes.

Além da questão física, a dança é a única que trabalha a alma e o coração. Ela nos traz leveza, é uma ótima terapia.

Se mais pessoas descobrirem os benefícios que a dança pode trazer para suas vidas, teremos cidadãos mais dispostos, tranquilos e com vontade de viver.

Fotos: Delma Marina



Apresentação de dança livre dos alunos da AAPS na festa de confraternização de São Paulo.

Venha experimentar! As inscrições para dança salão estão abertas.
As aulas acontecem no salão da sede da AAPS, às sextas-feiras, das 16h às 17h30min.
Valor da mensalidade (por pessoa): Sócio, R\$ 25,00; Convidado, R\$ 45,00.