

BROTAS, 30 DE SETEMBRO DE 2019

14° ANO • EDICÃO 173

Vem aí o 2° Bazar Solidário em prol ao Gappa.

O objetivo do bazar é arrecadar fundos, para auxiliar na alimentação e tratamento dos nossos usuários. Para realizar o bazar solidário, o Gappa está arrecadando diversos produtos (roupas, roupas de cama, mesa e banho, bijuterias, alimentos não perecível, sapatos, bolsas, moveis e brinquedos) para serem vendidos durante o bazar.

O evento conta com ajuda dos colaboradores, voluntários, parceiros e principalmente vocês clientes.

Se liga nos nossos Parceiros:

NOVEMBRO

A B&C Ponto e Arte participarão com várias peças lindas!! Pizza Supera com muitas delicias.

Sucos Kmais Brotas com vários sabores.

Informações entrar em contato no número 3653-3342.



APRESENTAÇÃO COM O GRUPO DE DANÇA DOS IDOSOS DO SERVIÇO DE CONVIVÊNCIA DO CRAS

SÁBADO DAS 09 ÀS 18h

DOMINGO DAS 09 AS AS 12h

ACEITAMOS CARTÃO





AV. RODOLFO GUIMARÃES, 608 - CENTRO FONE: (14) 3653-2777



INFORMATIVO GAPPA SETEMBRO 2019

REMÉDIOS PARA SONO E ANSIEDADE MATAM MAIS QUE COCAÍNA



O uso indiscriminado de remédios para sono e ansiedade – como Rivotril, Valium, Xanax e Ativan – causa risco de morte maior do que o uso de drogas como cocaína e heroína. A conclusão é de duas pesquisas publicadas no American JournalofPublic Health.Cientistas descobriram que um componente em especial é o maior problema: a benzodiazepina (BZD). O primeiro estudo, da Universidade da Colúmbia Britânica (UBC), de Vancouver, no Canadá, mostrou que o consumo excessivo de benzodiazepinas causa risco de morte 1,86 vezes maior do que o uso de drogas ilegais.

O levantamento foi feito com 2.802 participantes usuários de benzodiazepinas, entrevistados semestralmente durante cinco anos e meio. Ao final do estudo, 18,8% do grupo morreu. Os pesquisadores observaram que mesmo depois de isolar outros fatores, como o uso de drogas ilegais e comportamentos de alto risco, a taxa de mortalidade permaneceu alta entre os usuários do composto. Um segundo estudo realizado com uma parte menor do mesmo grupo examinou a ligação entre o uso de

www.humanase.com.br

HUMANA

Av. Rui Barbosa, 700 • Brotas -SP • 17380-000

benzodiazepina e a infecção por hepatite C, e descobriram que a taxa de infecção foi 1,67 vezes maior naqueles que usaram remédios à base do composto. "O interessante sobre isso é que é uma droga prescrita e as pessoas pensam que estão seguras. Mas, provavelmente, estamos prescrevendo essas drogas de uma maneira que está causando danos", disse o cientista Keith Ahamad ao jornal Vancouver Sun.

Um relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS) alerta que a benzodiazepina só deve ser prescrita para tratar "ansiedade ou insônia grave, incapacitante, que cause angústia extrema". A entidade recomenda que os médicos levem em conta que o composto causa dependência e síndrome de abstinência – por isso, deve ser usada em dose eficaz mínima e durante o menor tempo possível.

Um relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS) alerta que a benzodiazepina só deve ser prescrita para tratar "ansiedade ou insônia grave, incapacitante, que cause angústia extrema". A entidade recomenda que os médicos levem em conta que o composto causa dependência e síndrome de abstinência – por isso, deve ser usada em dose eficaz mínima e durante o menor tempo possível.



3653-2294

AV. RICARDO JORDANI, 360

BAIRRO JARDIM PLANALTO

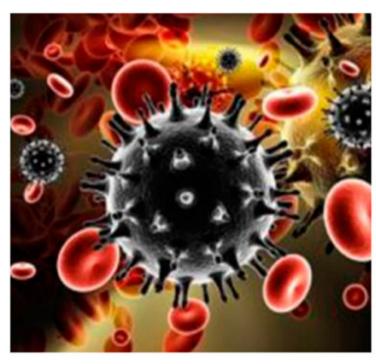


Rua Bento de Mello, 185 - Jardim Bandeir

REFEIÇÕES: Almoço por kg ou Marmite.

3653-8264

Dados epidemiológicos 15 OUTUBRO DIA do Ministério da Saúde! DO PROFESSOR!



De acordo com o Programa das Nações Unidas sobre o HIV (Unaids), em 2019, há37,9 milhões de pessoas infectadas com o vírus no mundo, dos quais 23,3 milhões têm acesso à terapia antirretroviral. Do total de infectados no mundo, 36,2 milhões são adultos e 1,7 milhão são crianças e jovens com menos de 15 anos.

No Brasil, o último Boletim Epidemiológico da Secretaria de Vigilância em Saúde do Ministério da Saúde, divulgado em 2018, mostra que, entre 2007 e 2018, foram notificados, pelo Sistema de Informação de Agravos de Notificação (Sinan), 247.795 casos de AIDS (68,6% em homens e 31,4% em mulheres).

O Brasil teve uma média de 40 mil novos casos da doença nos últimos cinco anos, com maior concentração nas regiões Sudeste e



Obrigado por fazerem do aprendizado não um trabalho, mas um contentamento. Por fazerem com que nos sentíssemos pessoas de valor; por nos ajudarem a descobrir o que fazer de melhor e, assim, fazê-lo cada vez melhor. Obrigado por afastarem o medo das coisas que pudéssemos não compreender; levando-nos, por fim, a compreendê-las... Por resolverem o que achávamos complicados... Por serem pessoas dignas de nossa total confiança e a quem podemos recorrer quando a vida se mostrar difícil... Obrigado por nos convencerem de que éramos melhores do que suspeitávamos. Parabéns aos nossos Professores!













Rua Ribeirão Bonito, 17 | 3653-1553



www.pousadajacauna.com.br







l Espaço Recuperação



Narcóticos Anônimos Relações com os outros

"Fizemos uma lista de todas as pessoas que tínhamos prejudicado e dispusemonos a fazer reparações.

A "todas elas.".

Todos os seres humanos se debatem com o egocentrismo. O Egocentrismo crônico, que reside na essência da adição, torna Esse esforço duplamente difícil para pessoas como nós. Muitos De nós temos vivido como se fôssemos as últimas pessoas na Terra, completamente cegos para o efeito que nosso comportamento Tem para aqueles a nosso redor.

O Oitavo Passo é o processo que nosso programa tem nos Dado para examinar honestamente nossas relações passadas. Damos uma olhada no que escrevemos em nosso Quarto passo, Para identificar os efeitos que nossas ações tiveram nas pessoas Em nossas vidas. Quando reconhecemos o prejuízo que causamos A essas pessoas, nos prontificamos a nos responsabilizar

Por nossas ações, fazendo reparações a elas. A variedade de pessoas que encontramos em nosso dia a dia, de muitas maneiras a qualidade de nossas vidas. Amor, humor, entusiasmo, interesse-as coisa que fasem a vida valer a pena decorrem do fato de ser partilhadas com os outros. Entendendo isso, queremos descobrir a natureza exata de nossas relações com outras pessoas e corrigir qualquer faalha que possamos vir a encontrar nessas relações. Queremos trabalhar o Oitavo passo.

Só por hoje: Eu quero aproveitar completamente o companherismo de meus amigos. Vou examinar meus relacionamentos com as pessoas em minha vida. Quando perceber que prejudiquei outras pessoas, vou procurar boa vontade para fazer reparações

Grupo Liberdade - Rua Castro Carvalho, 33

Casa Paroquial - Centro - Dias de Reuniões: SEGUNDA, QUARTA, SEXTA E SÁBADO 20h - Info. 0800-8886282

Linha de Ajuda - (14) - 9-9719-11-35

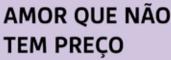
Grupo Campos Elíseos - Anexo a Igreja de São Judas Tadeu -

Campos Elíseos

Dias de Reuniões: Quintas: 20h

www.na.org.br

A.A. Alcoólicos Anônimos



Quando conseguimos ver o Décimo Segundo Passo no conjunto de todas as suas implicações, estamos na verdade falando de um tipo de amor que não tem preço.

OS DOZE PASSOS E AS DOZE TRADIÇÕES.

Para começar a praticar o Décimo Segundo Passo, precisei trabalhar em minha sinceridade e honestidade, e aprender a agir com humildade. Transmitir a mensagem é uma dádiva de mim mesmo, não importa quantos anos de sobriedade tenha acumulado. Meus sonhos podem tornar-se realidade. Reforço minha sobriedade compartilhando o que recebi de graça. Quando olho para trás, naquele tempo em que comecei minha recuperação, já havia uma semente de esperança de que poderia ajudar outro alcoólico a sair de seu lamaçal. Meu desejo de ajudar outro alcoólico é a chave para minha saúde espiritual. Mas nunca esqueço que Deus age através de mim. Sou somente Seu instrumento.

Mesmo quando outra pessoa não está pronta, existe sucesso, porque meu esforço em seu benefício ajuda-me a ficar sóbrio e a me tornar mais forte. Agir, nunca ficar cansado no trabalho do Décimo Segundo Passo, é a chave. Se sou capaz de rir hoje, não posso esquecer aqueles dias em que chorava, Deus me lembra de que posso sentir compaixão!

Grupo Unidos de Brotas - Rua São Carlos, 30

Anexo ao clube da 3º idade Reuniões: 4ª feira às 20h Domingo às 09h da manhã Contato - (14) - 3626-7303

Grupo - Brotando Vida - Anexo a Igreja São Judas Tadeu -

Campos Elíseos - Reuniões: 2º e 6º às 20h www.alcoolicosanonimos.org.br



R: Ångelo Bortolai, 527 - Torrinha-SP





SUA VEZ DE NAVEGAR RÁPIDO PEL INTERNET.

Assine já: 0800 771 9292

Fone: 3653 3292 RUA BENJAMIM CONSTAN 134 - CENTRO

Sorveteria do Pavão



produção artesanal

Av. Rodolfo Guimarães, 505

3653-5013 / 3653-5351 / 3653-5645 Av. Mário Pinotti, 77





MODAS MASCULINA - FEMININA- INFANTIL PAPELARIA - XEROX

Fone: 3653-2406 Rua Wilfrido Veronezi, 39





Fone (14) 3653-3169

Fone: 3653-8667 Rod. Brotas - Jaú a 1.000 metros do Trevo de Brotas



O que é câncer de mama?

O câncer de mama é o tipo de câncer mais comum nas mulheres no Brasil. Também pode ocorrer nos homens, mas é mais raro. É uma doença causada pela multiplicação anormal das células da mama, que forma um tumor maligno. O câncer de mama tem cura, se descoberto no início.

Como é possível descobrir a doença cedo?

Por meio da realização de alguns exames, principalmente do exame clínico das mamas e da mamografia. Toda mulher com 40 anos ou mais de idade deve realizar o exame clínico das mamas e mamografia anualmente. Além disso, toda mulher entre 50 e 69 anos deve fazer pelo menos uma mamografia mesmo que não tenha sintomas. O risco de câncer de mama aumenta com a idade e o diagnóstico precoce aumenta a chance de cura do câncer de mama.

O que é o exame clínico das mamas?

É o exame em que o médico ou enfermeiro observa e apalpa as mamas de sua paciente na busca de nódulos ou outras alterações.

O que é mamografia?

É uma radiografia das mamas, realizada por um equipamento chamado mamógrafo. É feita uma compressão das mamas para visualizar pequenas alterações o que permite descobrir o câncer de mama

quando o tumor ainda é bem pequeno.

"Se alcançarmos os seguintes objetivos: antecipação do diagnóstico e aumento na participação das mulheres na detecção precoce poderá chegar a uma mortalidade por câncer de mama próxima de zero nas décadas futuras!" (Umberto Verosesi)

E as mulheres com história familiar de câncer de mama?

Uma parte delas tem herança genética e, por isso, é importante que procurem o médico para avaliar seu risco de desenvolver a doença. A mulher com mãe, irmã ou filha que teve câncer de mama antes dos 50 anos, ou câncer de ovário, deve, a partir dos 35 anos, realizar o exame clínico das mamas e a mamografia uma vez por

Como a mulher pode perceber a doença?

O câncer de mama pode ser percebido pela mulher como um caroço, acompanhado ou não de dor. A pele da mama pode ficar vermelha ou parecida com uma casca de laranja ou surgirem alterações no bico do peito, o mamilo. Também podem aparecer pequenos caroços na região embaixo dos braços, nas axilas. Lembre-se de que nem sempre essas alterações são sinais de câncer de mama. Se observar alguma alteração a mulher deve procurar imediatamente uma unidade básica de saúde ou Ambulatório Saúde da Mulher.

O que mais a mulher pode fazer para se cuidar? Existem ações que podem reduzir as chances de se ter várias doenças, inclusive o câncer:

Tenha uma alimentação saudável e equilibrada com frutas, legumes e verduras;Procure controlar seu peso corporal, principalmente depois da menopausa; Pratique atividades físicas; Não fume; Não consuma bebidas alcoólicas; Converse com seu médico, caso você precise se submeter à reposição hormonal.



Há várias gerações vestindo você na medida certa!

(14) 3656-1161

CERDA FRANCO, 624 - CENTRO - TORRINHA - SP



A melhor comida caseira da região, além de lanches, porções, pizzas e salgados.

Tel. (14) 3653-1936

São Francisco PADARIA

Pães • Salgados • Doces Bolos • Tortas • Café Frios • Pizzas 3653.1571

Mario Pinotti, 1520 - São João Coleta de Receita



Quitanda - Padaria Açougue - Cosméticos Bebidas

3653.1490

As melhores ofertas e produtos de qualidade, você encontra aqui!



Av. Dante Martinelli, 55 - Brotas - SP PABX: (14) 3653-1601 e 3653-1004



Entrega de Fórmulas Porta Receitas

FONE (14) 3653-1605 **AVENIDA MÁRIO PINOTTI 469 - BROTAS - SP**



Fone (14) 3653-9606 - BROTAS - SP



Fone: (14) 99178.0546

Fones: 3653-1711 / 3653-1547 Av. Rodolpho Guimarães, 555 - Loja 16 (Antiga Loja da Claro) Av: Padre Barnabé Giron, 289





B Y O H N I R R A C L O P O A T S Y D E P B T R Y E R N M O T N U R O A I R M I E C A S Q A K L B A I I C W S P W E A I A Y A C W L S T E R E D B R U T U O E E I O N M T S L D Q R A E G O U C M D A C A I X S W L D Q O M E														
M O T N U R O A I R M I E C A S Q A K L B A I I C W S P W E A I A Y A C W L S T E R E D B R U T U O E E I O N M S A Z U I O S A C D W M T S L D Q R A E G O U C M D A Ç A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	В	Υ	0	Н	N	1	R	R	Α	С	L	0	Р	0
A S Q A K L B A I I C W S P W E A I A Y A C W L S T E R E D B R U T U O E E I O N M S A Z U I O S A C D W M T S L D Q R A E G O U C M D A Ç A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	Α	Т	S	Υ	D	Ε	Р	В	Т	R	Υ	E	R	N
W E A I A Y A C W L S T E R E D B R U T U O E E I O N M S A Z U I O S A C D W M T S L D Q R A E G O U C M D A C A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M	М	0	Т	N	U	R	0	Α	1	R	М	1	E	С
E D B R U T U O E E I O N M S A Z U I O S A C D W M T S L D Q R A E G O U C M D A Ç A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S	Α	S	Q	Α	К	L	В	Α	1	1	С	w	S	Р
S A Z U I O S A C D W M T S L D Q R A E G O U C M D A Ç A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	w	Ε	Α	1	Α	Υ	Α	С	w	L	S	Т	E	R
L D Q R A E G O U C M D A Ç A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	Ε	D	В	R	U	Т	U	0	Ε	Ε	ı	0	N	М
A I X S W L D Q O M E E D F W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	S	Α	Z	U	1	0	S	Α	С	D	w	М	Т	S
W C M O B E Q A I B S K U A R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	L	D	Q	R	Α	Ε	G	0	U	С	М	D	Α	Ç
R I I G T Q A O C U A I L E Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	Α	1	Х	S	w	L	D	Q	0	М	Ε	Ε	D	F
Q L X I W G O L R N K U M Y V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	w	С	М	0	В	Ε	Q	Α	ı	В	S	К	U	Α
V E D M N A L E G R I A S A R F E A I X N I D E H R L W	R	1	1	G	Т	Q	Α	0	С	U	Α	1	L	E
R F E A I X N I D E H R L W	Q	L	Х	ı	w	G	0	L	R	N	К	U	М	Υ
	٧	Ε	D	М	N	Α	L	E	G	R	I	Α	S	Α
M U B O N E C A F O T U B I	R	F	E	Α	1	Х	N	1	D	E	Н	R	L	w
	М	U	В	0	N	E	С	Α	F	0	Т	U	В	1

 PRESENTE 2.FAMILIA 3.BRINCADEIRAS 4.DOCES 5.FELICIDADE 6.ALEGRIA 7.BOLA 8.BONECA 9.CARRINHO 10.AMIGOS

Aniversariantes







MARIO 19-10

A Família Gappa Brotas deseja muitas felicidades!

Gappa faz prevenção pra Jovens Aprendizes do CIEE (Centro de Integração Empresa-Escola)



O GAPPA teve o prazer de conduzir a roda de conversa destinada aos Jovens Aprendizes do CIEE da cidade de Brotas. O tema foi sexualidade e IST, e para conduzir contamos com nossa voluntariaJane Suzegan, que pode ensinar nossos jovens a amar seu próprio corpo, a valorizar o bem mais precioso que temos, nossa vida. Foram momentos de muito aprendizado. Agradecemos o convite, e nos colocamos sempre a disposição.

<u>Gappa</u>

GAPPA - Grupo de Apoio ao Portador e Prevenção à AIDS - Rua João Batista de Camargo, 85 - (14) 3653-3342 - contato@gappabrotassp.org.br Responsável: Diretoria GAPPA - Diagramação: Marcel Leite - Impressão: Publicolor

=maq-lúcio=

AGROPECUÁRIA

Fone/Fax: 3653-2400 / 3653-2209

Av. Lourival Jaubert da Silva Braga, 715 - (Marginal)



PRODUTOS ARTESANAIS

© (14) 99183-3358



FUNERÁRIA BROTENSE

RUA MARINO OSTI, 362 3653-1884



FONE: (14) 3653-2777

NOVO ENDEREÇO AV. RODOLFO GUIMARÃES, 608 - CENTRO



AV. DR. AMÉRICO PIVA, 555 - BROTAS - SP FONE (14) 3653-9333



ESCRITÓRIO DALASTA



FONE (14) 3653-9800 AVENIDA RODOLPHO GUIMARÃES, 830 dalasta@dalastacontabil.com.br



3653-9950 RUA ANTONIO VILLA - 1495

