

## I d o s o

Geração do passado - Espelho do presente - Plantando o futuro

Catharina Lilla Schultz

### **Jornal do Gamia – Qual sua origem?**

**Catharina:** Nasci na Capital do Estado de São Paulo, no bairro do Brás, em 11 de novembro de 1941, hoje estou com 69 anos, bem vividos.

### **JG – Como foi sua infância?**

**Catharina:** Papai trabalhava muito, não deixava faltar nada para nós e assim também consegui ir melhorando de vida.

Estudei em bons colégios. Naquele tempo havia um vestibular para ingressar no magistério. Consegui passar, mas não era o que eu queria. Queria fazer secretariado, mas mamãe não deixou.

Sempre curiosa, não deixava de ler, ouvia com interesse qualquer assunto e depois procurava me informar. Meus pais exigiam que eu e minha irmã mais velha (he! pareço mais velha que ela), respeitasse os mais velhos; que fossemos educadas e estudiosas, porque era nossa obrigação.



Gostava de brincar de casinha, escolinha, e imaginem: de freira - vestia um roupão, pendurava uns terços no cinto e andava pela casa como se fosse escola - brincava também de teatro com as primas e os nossos pais era a platéia pagante. Pois é! Comprávamos papel crepom para fazer as roupas. O pior papel sempre era o meu, só que não ligava desde que eu participasse. Eu era a caçula, entende? Quando completei 15 anos, papai faleceu e nossa vida mudou muito. A situação financeira teve uma queda muito grande. Para minha mãe foi um momento difícil, já estava com uma certa idade. Com papai ela foi guerreira, sozinha foi muito mais. Meu pai sempre nos falava que a vida nem sempre continua igual. Que ela pode mudar de uma hora para outra e a nossa. mudou muito, mas como a vida continua, não devemos esmorecer.

A vida tem que continuar alegre e sempre amando as pessoas e pensando assim, a brincalhona voltou para ficar, com isso a vida se tornou mais branda.

### **JG – Como é sua convivência familiar?**

**Catharina:** Amo minha família de paixão. Meus netos são a razão de tudo. Fabrizio, Giovane, Mariana e Ester, foram os presentes mais lindos que Deus pode me dar.

### **JG – Qual seu estado civil? Se casada, como conheceu seu esposo?**

**Catharina:** Sou casada, tivemos dois filhos Guilherme e Mauricio e ganhei uma filha, a Karen, casada com o Guilherme. Conheci o meu marido quando fui com meus tios a uma festa de casamento e ele estava na festa com os pais, pois eram amigos da família. Namoramos e casamos.

### **JG – Quais são suas atividades?**

**Catharina:** Sou dona de casa e vovó. Sou também voluntária nas funções de

facilitadora na ajuda nas necessidades dos idosos que procuram a UNAPES (Universidade Aberta para o Envelhecimento Saudável.)

### **JG – Como conheceu o pessoal do Gamia?**

**Catharina:** Há uns dez anos, no ambulatório do HC, conheci um anjo que me estendeu a mão, era a Dra. Rosa Moreira, médica geriatra, que estava formando um grupo, o Probesi - Programa de Obesidade para o Idoso. Acreditem, consegui perder 12 quilos e não engordei tudo depois. Estou conseguindo manter o peso. O Gamia, como sempre, estava firme. Naquela época, de passagem, encontrava os gamistas pelos corredores do ambulatório, fazendo grandes amizades. Sempre os encontrava na UNAPES, formando uma grande família, que me proporcionaram esta homenagem, mesmo sem merecer. Hoje tenho a Dra. Nidia Celeste Horie, médica geriatra, como uma filha.

**JG – Você gosta de trabalhar com idosos, já que você ajuda na UNAPES?**

**Catharina:** Adoro, é muito prazeroso! Sempre tive idosos por perto, avós e bisavós. Papai morreu muito cedo, com 47 anos, mas mamãe agüentou até 98 anos. Por isso gosto de estar onde estou, me realizo totalmente. A UNAPES só me fez bem.

**JG – Você sempre foi dona de casa ou teve outras atividades?**

**Catharina:** Sempre dona de casa. Não me deixavam trabalhar fora, apesar de fazer bolos e salgados sob encomenda.

**JG – Qual foi sua experiência na UNAPES?**

**Catharina:** A UNAPES me fez ver a realidade do idoso do Brasil. É a semente plantada para que os idosos recebam algo para um futuro melhor.

**JG – Ainda tem planos p/ o futuro?**

**Catharina:** Sim, lutar pelos futuros idosos, para que tenham uma vida melhor do que temos hoje.

**JG – Qual sua receita para os idosos viverem melhor?**

**Catharina:** Serem alegres, amar o próximo, ajudar a quem precisa sem olhar a quem.

Enfim, agradeço aos gamistas a oportunidade de receber esse carinho.

### Sumário

**1 - Entrevista com Catharina Lilla Schultz, voluntária da UNAPES – Universidade Aberta para o Envelhecimento Saudável.**

**2 - Editorial**

**3 - Saúde – “Da dor à Depressão”, artigo do Dr. Oldair de Oliveira.**

**3 e 4 - Mensagens e poesias de gamistas e colaborações.**

**5 – Passa Tempo**

**6 – Espaço Livre - Atividades do Pós Gamia e Projeto Cultural, UNAPS**

### Comissão do Jornal

*Érica Maria S. Gonçalves*

*Adília de Oliveira Malta*

*Auristela Batista Lopes*

*Cyro Miyazaki*

*Irineo Giuseppe Stanzani*

*Maria Helena C. Miranda*

*Miguel Nunes dos Reis*

*Nair de Mello Moreira*

*Nelson Pedro Bertaglia*

*Silvino Barros de Souza*

*Therezinha Nogueira Bello*

*Zuleide Canali Machado*



SPADARI  
Programa Prod. Gráficas  
tel. 2692.1696

## EDITORIAL

### Dia Internacional do Idoso

O “Dia Internacional do Idoso,” data instituída pelas Nações Unidas, é comemorado no dia 1º de outubro, segundo o seu calendário de celebrações especiais.

No Brasil, com o Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741 de 1º de outubro de 2.003), que trouxe inúmeros benefícios para pessoas com mais de 60 anos e com a regulamentação da Lei, o Dia do Idoso, que era comemorado no dia 27 de setembro, mudou para 1º de outubro, no mesmo dia em que se comemora o “Dia Internacional do Idoso”.

A população mundial de idosos tem aumentado muito rapidamente, conforme mostram as estatísticas; não só pela longevidade alcançada com a evolução da medicina, como também dos incentivos contra o sedentarismo e pela orientação para uma nutrição saudável.

Outro fator que influi proporcionalmente nesta estatística é dos nascimentos que tem diminuído, por conta das dificuldades da vida moderna. A família urbana tem um formato menor, com proles reduzidas.

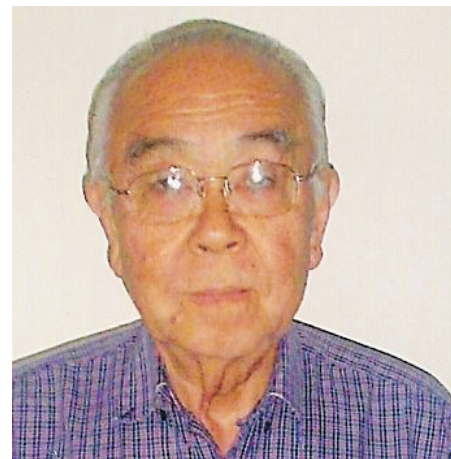
Somente nas regiões rurais mais carentes, observam-se grandes famílias.

No seio da sociedade contemporânea, o idoso ganha importância cada vez maior, por ser depositário de experiências e conhecimentos adquiridos ao longo da vida, bem como uma parcela significativa acaba sendo arrimos de família pelas suas condições financeiras.

Devemos lembrar ainda, a responsabilidade de ser considerado referência de comportamento para os mais jovens.

Em vista deste panorama, a instituição do “Dia Internacional do Idoso” pela ONU, foi pode-se dizer, uma decorrência natural, pois tem como objetivo a valorização do idoso.

Num âmbito mais próximo, os idosos gamistas, podem comemorar a data, com a satisfação de participarem do Projeto GAMIA, que sob diretriz e orientação do Prof. Dr. Wilson Jacob Filho, é um exemplo de atenção e assistência ampla, proporcionada pela competente e dedicada equipe do Hospital das Clínicas.



É oportuno ressaltar ainda que, os benefícios são estendidos a todos aqueles que procuram o HC da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, e quem frequenta este Hospital de longa data, vindo muitas vezes dos lugares mais longínquos, sentem que são cada vez melhor atendidos, apesar da grande demanda.

Assim, comemoremos diariamente o dia do idoso, dando graças a Deus por mais um dia de vida.

Cyro Miyazaki  
GAMIA 2007

## Da dor à Depressão

Dr. Oldair de Oliveira

A sensação dolorosa é um importante sinal de que algo está errado no corpo.

Estima-se que 50% das pessoas que procuram por ajuda médica o fazem em razão de uma queixa primária: a dor. Por dor subentende-se uma experiência sensitiva e emocional que pode estar associada a uma lesão real ou potencial dos tecidos. Dessa forma, tal sensação se mostra um dos sinais mais eficazes de que algo está errado no corpo. Saber identifica-lo, decodifica-lo e tratá-lo é uma importante ferramenta na promoção de bem-estar e da saúde humana.

Dor não é igual para todos e muito menos percebida da mesma forma por pessoas diferentes. Fatores físicos, mentais, psicológicos, emocionais, culturais, entre outros, interferem na sensação resultante. Dessa forma, um estímulo que se apresenta muito doloroso hoje, pode vir a não ser em outro momento. Outro exemplo é as pessoas submetidas a um mesmo tipo de acidente, lesão ou mesmo partos, que lidam de forma diferente com a dor desencadeada por esses processos.

Para Newton Barros, presidente da Sociedade Brasileira para o Estudo da Dor (Sbed), deve-se sempre se preocupar com a sensação de dor. "É um importante sinal, uma espécie de alarme do organismo que indica que alguma coisa está errada. Se não sentíssemos dor, não procuraríamos um médico na maioria das vezes", ressalta. Segundo ele, a dor pode ser aguda, como as que acontecem depois de um corte ou uma cirurgia. Dor crônica, classificada como tal depois de uma persistência de mais de três meses.

Esse é o tipo que mais preocupa e traz uma série de repercussões (física, psicológica e social) para a pessoa.

A dor crônica pode levar à incapacidade física. O paciente acaba saindo do emprego temporariamente ou definitivamente e não pode nem mesmo trabalhar em casa. Além disso, como o sinal de dor é enviado de maneira rotineira e prolongado para o cérebro, isso acaba interferindo na produção dos neuro-transmissores e desencadeando alterações emocionais. Segundo o presidente, esse prejuízo emocional é intensificado com a própria sensação de não poder fazer o que fazia antes.

A repercussão negativa também se estende para o âmbito social. A tendência da pessoa com dor é se isolar. O primeiro passo é a saída forçada do trabalho. Em seguida passa a não ir a eventos e festas e se recusa até mesmo a receber amigos em casa. Esse isolamento acaba acentuando o abalo emocional e piorando o quadro depressivo.

A dor crônica atinge 30% da população e o tratamento é complexo e exige acompanhamento multidisciplinar. Os números apontam que não são poucas as pessoas que passam boa parte da vida sofrendo com dor.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a dor crônica afeta 30% da população do mundo.

Se essa análise for feita apenas tendo como cenário o Brasil, se concluiria que cerca de 55 milhões de brasileiros passam décadas reclamando de dores musculares, articulares (reumatismo) e neuropáticas (dor por lesão de nervo).

Mas os dois tipos mais comuns, são as dores de cabeça e da região lombar.

Para o neurologista Dr. Manoel Jacobsen Teixeira, do Ambulatório da Dor do Hospital das Clínicas (HC), existem diversos procedimentos que podem contribuir para a redução da dor.

Mas o passo inicial passa pela pesquisa da etiologia, classificação da quantificação e da qualificação da sensação dolorosa. A comunicação da experiência dolorosa pelo doente aos profissionais que atendem, possibilita o diagnóstico da ocorrência e etiologia da dor, a avaliação do impacto desta na vida do indivíduo, no âmbito biológico, socioeconômico e emocional, a implementação de medidas e a aferição de sua eficácia.

No caso de tratamento farmacológico, o neurologista ressalta que também existem várias classes de fármacos que são utilizados com finalidade analgésica e que o uso, no caso de dor crônica deve ser regular e não apenas quando necessário. Esses cuidados reduzem o sofrimento e ansiedade dos doentes, a sensibilização das vias nociceptivas (responsáveis pela recepção e transmissão das sensações dolorosas) e a quantidade de analgésicos. Já no caso de dor aguda, ele recomenda que à medida que tal sensação é controlada, deve-se substituir o regime horário pelo regime de quando necessário. Segundo o médico, essa mudança é apropriada porque reduz os riscos de efeitos adversos à medicação.

Fonte: Jornal "MetrôNews"

Nº 201 – 16/11/2005.

## MENSAGENS E POESIAS

### De bem com a vida

Eis uma receita para que o teu dia seja mais alegre e feliz: Chama-se Gentileza

Vivemos num mundo de ação e reação. Se você trata bem o teu próximo será bem tratado também. Começa em casa com tua família, dando um bom dia, sendo gentil, ajudando no que o outro precisar.

Quando sair para a rua não deixe de

cumprimentar as pessoas, não custa nada e é uma forma de interagir.

Ajude alguém atravessar a rua; peça licença; agradeça sempre e peça sempre "por favor".

Seja um bom ouvinte quando alguém precisar desabafar, oriente se puder; conforte se alguém precisar de conforto.

Lembre-se que a humildade é uma grande virtude e solidariedade deve estar sempre presente em nossa vida.

Faça alguém feliz e seja feliz

Sorria muito, sorria sempre, só te fará bem.

Seja amigo e tenha amigos

Auristela Batista Lopes  
GAMIA 2006



## Simplicidade

É deixar o passado. Não as experiências acumuladas. Mas deixar a dor. Aqueles que seguram a dor nunca podem ser simples. O fato de precisar passar por muitos estágios de

aprendizagem, até chegar à simplicidade, é um paradoxo. Existe uma paisagem complexa antes de alcançar o calmo e simples mar. Esta é a virtude do espiritualmente velho e também a posse

do fisicamente novo. A atmosfera criada por aqueles que têm simplicidade faz com que todos se sintam confortáveis.

Fonte: Livro "Paz de Todo Dia"

Colaboração: Márcia Stanzani, filha de Irineo G. Stanzani (Gamia 2006)

## Receita para ser uma velhinha legal

*Prece diária Ecumênica aconselhável diariamente, pela manhã e a noite.*

Ó Senhor, tu sabes, melhor do que eu que estou envelhecendo a cada dia.

Sendo assim, Senhor, livra-me da tolice de achar que devo dizer algo em toda e qualquer ocasião.

Livra-me, também Senhor, deste desejo enorme que tenho de querer pôr em ordem a vida dos outros.

Ensina-me a pensar nos outros e ajuda-los, sem jamais me impor sobre eles, mesmo considerando com modéstia a sabedoria que acumulei e que penso ser uma lástima não passar adiante.

Tu sabes Senhor, que desejo preservar alguns amigos e uma boa relação com os filhos, e que só se preserva os amigos quando não há intromissão na vida deles. Livra-me também da tolice de querer contar tudo com detalhes e minúcias e dá-me asas para voar diretamente ao ponto que interessa.

Não me permita falar mal de alguém. Ensina-me a fazer silêncio sobre minhas dores e doenças. Elas estão aumentando e com isso, a vontade de descrevê-las vai crescendo a cada ano que passa.

Não ouse pedir o dom de ouvir com alegria a descrição das doenças

alheias; seria pedir muito. mas, ensina-me, Senhor, a suportar ouvi-las com paciência.

Ensina-me a maravilhosa sabedoria de saber que posso estar errada em algumas ocasiões. Já descobri que pessoas que acertam sempre são maçantes e desagradáveis. Mas, sobretudo Senhor, nesta prece de envelhecimento, peço: mantenha-me a mais amável possível.

Livra-me de ser santa. É difícil conviver com santos! Mas uma velha rabugenta é obra prima do diabo.

Fonte: Internet

Colaboração: Fabricia Bello  
Neta de Teresinha Bello  
(Gamia 2006)

## A vida e suas barganhas

Certo dia ao me dirigir ao Banco para minhas contas pagar, observei uma enorme fila, onde ali se encontravam muitos meninos e meninas da melhor idade, a maioria deles aguardando sua vez de receber o que resta de sua irrisória aposentadoria.

Espera longa. Filas longas, sessentões carrancudos, aparência triste e sofrida, cabeça querendo ser erguida, mas, o peso das opressões, dos encolhimentos dos seus valores, saudades dos seus mortos amores, vida que para eles tem alto sabor de dissabores!

Uma melhor qualidade de vida, lhes é extorquida, absorvida pelos maus momentos, suas feridas, desafetos que se criam, toda hora, todo dia!

Naquele momento, senti tremenda vontade, e a necessidade de mostrar-lhes que a vida é bela e que às vezes, basta observar por um ângulo diferente, como fizeram dois cidadãos que se encontravam presos na mesma cela, e ao olharem pelas frestas das grades, um viu o sol e sua claridade, e o outro, cujo coração era só frieza e tristeza, conseguiu enxergar apenas a lama e o lodo.

Portanto, meninos e meninas da melhor idade, reajam, não se sintam marginalizados, nem pela sociedade e muito menos, por alguns de seus familiares que procuram invalidar a necessidade e a vontade que o idoso sente de participar da família, o que

seria uma troca justa, que é a permuta da experiência do idoso, com a irreverência e vontade de viver dos mais jovens.

Nós, da melhor idade, não devemos parar no tempo!

Não há mais tempo para tamanha insensatez!

Devemos lembrar sempre, que estamos vivos e esta já é razão suficiente para vivermos com alegria, continuar sonhando, criando oportunidades positivas, cuidando do nosso corpo físico através de exercícios, caminhadas, pois assim nos tornamos mais ágeis, e conseqüentemente mais independentes, e com mais vontade de viver.

Não devemos ter vergonha de recomeçar, principalmente de participar dos centros comunitários, fazendo assim novas amizades.

Use sua beleza interior, sua sabedoria, faça novas conquistas, dance, cante, refaça sua vida amorosa, conquiste um novo companheiro, e quem sabe, até um grande amor.

E se por ventura, pintar a solidão, a tristeza, diga não. Este é um bom momento, para arrumar as gavetas e até nossos pensamentos. Se ela mesmo assim persistir, uma boa música vai nos fazer bem ouvir. e a escolha de um bom livro, muito vai nos ajudar, principalmente, a nossa cultura muito irá melhorar. Vida bem vivida é feita de trocas, e nestas trocas, às vezes sentimos necessidade

de barganhar, e se com sabedoria observarmos, vamos perceber que podemos trocar nossa pele aveludada dos 20 anos, por algumas marcas e rugas que equivalem ao resultado de muita experiência.

E, como todas as trocas de nossas vidas, tem suas prosaicas compensações, podemos também trocar nosso belo olhar e nossa nítida visão dos 30 anos por alguns pares de lentes de contato, com as cores de nossa preferência.

E a nossa atual silhueta também podemos melhorar! É claro, que não vamos voltar a ser a escultura que fomos aos 20 anos, mas, para um pouco melhorar, com incrementadas academias podemos contar e se estas não resolver, pode apostar, que o silicone, promete socorrer.

E, nestas barganhas da vida, quero lembrar aos meninos e meninas da melhor idade, que o amor, ainda é a melhor música, na partitura da vida, e que ninguém faz o seu caminho sozinho. Sem o amor, seremos eternos desafinados.

Portanto, não tenham medo de amar, nem tão pouco de correr riscos, pois vida feliz, sempre um desafio!

Não importa sua faixa etária: 50, 80, 90 ou 18 anos! Todo ser humano deveria ter como principal objetivo de vida, barganhar sempre, o direito de ser feliz!

Marina Lima

## Terceira idade

Preocupação com o tipo de alimento todo mundo precisa e deve ter não importa se é jovem ou idoso o importante é ter o que comer.

Comer bem não é comer qualquer coisa devemos tomar cuidado com a alimentação assim prevenimos muitas doenças tanto do digestivo quanto do coração.

O idoso deve preocupar-se ainda mais pois o corpo vai se desgastando por isso os cuidados devem ser redobrados se quiser ver o tempo passando.

E o tempo passa tão depressa que quase não é percebido devemos aproveitar bem o tempo porque logo tudo será esquecido.

Mas não devemos nos esquecer do relacionamento familiar e esse comportamento é importante para quem quer um verdadeiro lar.

Aposentadoria não é o fim devemos ter sempre uma ocupação pois ficando sem nada fazer é que aumenta a nossa preocupação.

Sem nada tendo o que fazer se preocupando só com a idade não podemos nos esquecer que o maior perigo é a obesidade.

Sendo obeso, idoso e cansado nada mais querendo fazer por que ficar neste mundo? o melhor mesmo seria morrer.

E, da morte ninguém escapa nisso todos devemos crer pois quando ela quer nos pegar não existe lugar onde se esconder.

Acegê  
Alcides da Cruz Gomes  
Gamia 2010

## PASSA TEMPO

Leia o texto e procure as palavras em destaque no quadro ao lado

### A Comissão do Jornal

Hoje, pela primeira vez, vamos falar um pouco sobre o trabalho dos idosos que fazem parte da Comissão do Jornal, Srs. e Sras. **Miguel** Nunes dos Reis, **Nair** de Mello Moreira e **Zuleide** Canali Machado, que participaram do Gamia de 2001, ano em que tudo começou com a idéia de se fazer um jornal.

Outros iniciaram conosco, mas por motivos alheios à nossa vontade desistiram, deixando vagas para outros como: **Maria Helena** C. Miranda, **Nelson** Pedro Bertaglia, **Adília** de Oliveira Malta, **Auristela** Batista Lopes, **Irineo** Giuseppe Stanzani, **Therézinha** Nogueira Bello, **Silvino** Barros de Souza e **Cyro** Miyazaki, totalizando 11

idosos trabalhando sob a orientação da Sra. **Érica** M. S. Gonçalves, Assistente Social.

No início tivemos muita dificuldade, porque não tínhamos a mínima idéia de como fazer um jornal, abusamos muito da Érica que, com toda sua paciência, colocava ordem no recinto.

Assim devagar fomos nos inteirando das matérias a serem publicadas, formatação, diagramação, impressão, etc. Resumindo: foram necessárias muitas reuniões durante 9 meses (tempo de gestação do Jornal) para que o jornal da primeira edição fosse distribuído em Julho de 2002.

Hoje estamos distribuindo a 34ª edição do jornal, já no decorrer do 9º ano de sua instituição.

Zuleide Canali Machado

### Caça Palavras

H	A	R	U	Ç	B	M	P	V	Z	S	I	S	P	O	F	G	S
J	O	U	P	R	Q	S	E	K	K	P	O	R	I	F	S	O	I
L	E	M	R	Ç	Ç	W	N	B	D	Y	A	P	I	A	L	J	L
D	Q	R	E	I	M	P	S	I	S	Y	Y	F	M	N	O	K	V
C	S	Z	I	N	S	G	A	O	K	A	P	D	R	E	E	T	I
X	R	I	A	C	S	T	R	R	N	Z	S	Q	D	V	T	O	N
L	R	A	M	E	A	J	E	E	U	J	Z	T	I	U	F	U	O
S	C	R	I	E	D	A	L	L	K	B	B	M	E	Ç	H	L	T
O	Y	F	L	M	R	E	E	S	A	L	I	D	I	N	P	F	G
W	R	E	I	P	H	I	E	S	Q	C	R	R	S	G	T	M	S
J	O	S	A	M	D	L	H	E	R	E	S	O	D	B	U	O	X
Q	H	A	R	E	D	H	U	W	Q	Z	T	R	B	X	Y	E	S
U	J	G	T	H	E	R	E	Z	I	N	H	A	A	T	O	W	L
R	P	N	V	E	H	N	J	O	R	I	K	U	S	J	Y	A	E
E	Y	H	T	R	O	V	I	T	A	D	I	L	I	A	P	S	B
H	J	T	E	S	Y	P	M	E	Ç	O	J	I	A	O	K	Z	A
T	X	Q	L	P	G	R	S	U	O	P	D	A	S	D	L	D	R
T	Z	E	Q	H	K	E	S	F	O	R	Ç	O	S	V	G	I	A
L	N	W	J	J	B	J	C	Z	Q	D	T	I	E	Z	A	F	P
U	Z	U	K	C	S	V	I	T	I	M	A	S	P	N	C	G	I

## ESPAÇO LIVRE

### Atividades do Pós-Gamia

Coordenação: Neide Fernandes (Enfermeira)  
Priscilla Alves (Farmacêutica)

Encontros a cada 15 dias,  
nas Segundas-Feiras das 9 às 11 horas

### Continuamos Itinerante



<i>Data/Hora</i>	<i>Local</i>	<i>Atividades</i>
18/10/2010 - Segunda-Feira às 9 horas	Espaço ECOS 2º andar-Prédio dos Ambulatórios	Encontro com a Terapeuta Ocupacional Sra. Sílvia Tamai
20/10/2010 - Quarta-Feira às 7 horas	Prédio dos Ambulatórios Andar Térreo	Passeio Casarão de Itú
03/11/2010 - Quarta-Feira 04/11/2010 - Quinta-Feira das 8 às 15 horas	Prédio dos Ambulatórios Andar Térreo	<b>Bazar do Gamia, com as delícias da vovó e do vovô.</b> (Doar um prato com doces ou salgados)
08/11/2010 - Segunda-Feira 9 horas	Centro de Convenções Rebouças Ao lado do HC - Sala Coral	Como aproveitar a consulta médica Médicos: Dra. Flávia Campora e Dr. Fábio Olivieri
22/11/2010 - Segunda-Feira 9 horas	Espaço ECOS 2º andar-Prédio dos Ambulatórios	Festa dos aniversariantes do 2º semestre 2º SARAU de 2010
06/12/2010 - Segunda-Feira 9 horas	Centro de Convenções Rebouças Ao lado do HC - Sala Coral	Palestrante convidado Avaliação do ano Para onde queremos ir ?
11/12/2010 - Sábado 9 horas	Prédio dos Ambulatórios Andar Térreo	Festa de Natal Encerramento das atividades do GAMIA do ano de 2010.

## Você Sabia

Que a UNAPS - Universidade Aberta para o Envelhecimento Saudável do serviço de geriatria da Faculdade de Medicina da USP, foi habilitada como Projeto Cultural, junto ao Ministério da Cultura?

Veja abaixo a resposta na íntegra.

### Projeto Cultural Ministério da Cultura – PRONAC

Projeto: 108448 – Universidade Aberta para o Envelhecimento Saudável - UNAPS, da disciplina de geriatria da Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo  
Proponente: Wilson Jacob Filho.

Informamos que a sua PROPOSTA CULTURAL foi habilitada, pois cumpriu todas as exigências

dessa etapa do edital. Portanto, ela foi convertida em PROJETO CULTURAL, identificado a partir de agora pelo nº PRONAC acima.

Com este número, você poderá acompanhar seu projeto pelo site <http://www.cultura.gov.br>, e também em sua tela de usuário em <http://sistemas.cultura.gov.br/propostaweb>.

A partir de agora, seu projeto será analisado por uma comissão avaliadora que atribuirá pontuação de acordo com os critérios estabelecidos no edital regulador. O resultado da fase de seleção será publicado no Diário Oficial e no site do Ministério da cultura, em data ainda a ser definida.

Atenciosamente  
Ministério da Cultura

### Falecimento

Noticiamos o falecimento em 15 de Setembro de 2010 do gamista Sr. José Moreira Santana (79 anos), GAMIA de 2007.  
Amigo de quem nos lembraremos com muito carinho e alegria.