



JUNHO 2023 • EDIÇÃO 11 • AAPI



Capacitação para cuidar



Visando capacitar pessoas, a AAPI iniciou em 25/5 com término previsto para 27/7, um curso de Cuidador da Pessoa Idosa. As aulas são ministradas no Clube dos Pioneiros, Bom Retiro.



Seja um Associado da AAPI nas categorias Master, para aposentados e Pensionistas e Premium, para os trabalhadores da ativa. O Associado da AAPI, pode aderir ao Plano de Saúde Hospitalar de baixo custo da Administradora Benevix, com direito a atendimento emergencial no Hospital Metropolitano. Ligue 3830-3422 e agende seu atendimento. Se preferir faça o cadastro on-line pelo site aapi.org.br. AAPI – Cuidar de pessoas. A nossa marca!

Reduzindo o estresse

A sauna é conhecida por ajudar a relaxar e reduzir os níveis de estresse. Faz com que o corpo transpire as toxinas e ajuda a melhorar a circulação. Também é conhecido por ajudar a melhorar o sistema imunológico, aumentar o metabolismo, reduzir a inflamação e proporcionar alívio de várias dores.

Pessoas com doenças respiratórias crônicas podem até usar a sauna para abrir as vias aéreas. Os benefícios a longo prazo são ainda maiores, pois tem sido associado à melhoria da saúde cardiovascular e a uma vida útil mais longa.

NOVOS HORÁRIOS

- SEGUNDA-FEIRA 15h às 20h
- QUARTA-FEIRA 15h às 20h
- SEXTA-FEIRA 14h às 18h
- SÁBADO 13h às 15h30





Associado Premium na AAPI, Milton Faioli é também conhecido por seus amigos mais próximos por "Nô". Apaixonado por voleibol, Milton é metalúrgico e tem como hobby fazer sobremesas para a família, nos seus dias de folga do trabalho.

Uma das suas especialidades que faz seus familiares saírem da dieta, é a torta ou pavê de leite em pó, com morangos.

Ingredientes (20 porções): 1 lata de leite ninho em pó, 2 caixas de leite condensado, 1 vidro de leite de coco, 2 barras de chocolate branco, 1 caixa de creme de leite, 4 bandejas de morangos. O modo de preparo, "Nô", disse ser segredo de família.

FESTA JULINA

A AAPI confirmou a data de realização do Arraiá dos Pioneiros, 15ª edição, para os dias 7 e 8 de julho, no Clube dos Pioneiros.

O evento se consolidou como uma das mais tradicionais festas julinas do interior de Minas, sobretudo em função da quantidade de entidades filantrópicas e colaboradores envolvidos. Participe!

7 e 8 de Julho
19 HORAS

ENTRADA FRANCA

LEVAR 1 KG DE ALIMENTO NÃO PERECÍVEL

AAPI 15º Arraiá dos Pioneiros

- CASAMENTO CAPIRA
- DANÇA DE QUADRILHA
- COMIDAS TÍPICAS

CLUBE DOS PIONEIROS
RUA BORBA GATO, 215, BOM RETIRO, IPATINGA

BANDA COR DO SOM

Agenda Seresta

2/6

Explode Coração

9/6

Banda Ritmus

16/6

Júlio Garcia

23/6

Shirléia

30/6

**Douglas/Cristiano
Fabrício Mendes
& Robson**

**ASSOCIADOS
ENTRADA GRATUITA
A PARTIR DE
20h**

**ENTRADA DE NÃO
ASSOCIADOS
A PARTIR DE
20h30**

**INGRESSOS - PREÇO
ÚNICO:
R\$ 30,00**



GURIRI-ES

Aponte a câmera de seu celular ou o leitor de QR Code e acesse a página do Recanto dos Pioneiros.



CONVÊNIO

Aponte a câmera de seu celular ou o leitor de QR Code e acesse a lista de convênios da AAPI.



MANUTENÇÃO GURIRI-ES

NÃO HAVERÁ AGENDAMENTO DE ASSOCIADOS PARA O MÊS DE JUNHO EM GURIRI. O RECANTO DOS PIONEIROS ESTARÁ FECHADO PARA MANUTENÇÃO.

www.aapi.org.br
31-3830-3457
Rua Campo Grande, 396, Bom Jesus-São Mateus/ES