

# no Click da Notícia



Publicação Mensal da Celepar e Funcel - Janeiro de 2008

Nº 38

## EDITORIAL

Ano Novo, vida nova, praia, férias e verão... AH!!! Que delícia, passamos o ano inteiro esperando este momento, essa é a hora para descansar, passear e desfrutar desta época maravilhosa.

Aproveite para reorganizar suas coisas e se tem planos para o novo ano, crie metas para alcançá-lós.

Em 2008, No Click da Notícia, vem recheado de novidades. Começando pelo Horóscopo que vem mensalmente com novas previsões para seu signo.

No caderno De Bem com a Vida, traz dicas de como ter cuidado com as comidas em excesso na praia, pois elas podem causar intoxicação alimentar.

*Que 2008 seja repleto de saúde e realizações para todos!*



*Gourmet  
Página 03*

*Notícias da Previcel  
Página 06*

*Funcel Esportes  
Página 08*

*Biblioteca  
Página 09*

*Horóscopo  
Página 10*

*Aniversariantes  
Página 11*

**EXPEDIENTE:** Publicação mensal da CELEPAR e FUNCEL editada pela **equipe de** design gráfico da Celepar. Conselho Editorial: Ana Paula de B. Camatta (5305), Newton Issao Hiromori (5060), Thabata Lise Serpa Martinko (5066), Elaine M. Schwarzbach (5401), Isis Biscaia (5107), Lilian M. Bientinez (5307), Lilliana Tosato (5030).

## Índice

### Capa

- Editorial

Tricotando  
Índice  
Página 2

De Bem Com A Vida  
Páginas 3 à 6

- Gourmet/Bife Rolê  
Salada de verão
- Dermatite seborréica Caspa
- Toxicações alimentares
- Previcel Informa

Funcel Informa  
Página 7 e 8

- Coordenação De Esportes Atividade física x Diabetes
- Jantar de Final de Ano

Fique Por Dentro  
Páginas 9 à 11

- Biblioteca
- Horóscopo
- Aniversariantes Do Mês

Dúvidas ou Sugestões

[noclickdanoticia@celepar.pr.gov.br](mailto:noclickdanoticia@celepar.pr.gov.br)



"A vida não é um enigma  
para ser decifrado, é um  
mistério para ser vivido"

Osho

FELIZ 2008  
PARA TODOS!!!



## Bife Rolê Com Peito De Peru

### INGREDIENTES:

- sal a gosto
- 1/2 xícara (chá) de caldo de galinha
- 2 dentes de alho amassados
- 2 colheres (sopa) de vinho branco light
- 6 fatias de peito de peru defumado
- pimenta-do-reino a gosto
- 1 maço de espinafre refogado
- 6 bifes de filé mingnon

### MODO DE PREPARO:

Abra os filés bem finos, tempere-os com alho e sal, pimenta e vinho. Coloque-os sobre uma superfície de trabalho e, sobre cada filé, ponha uma fatia de peito de peru, depois uma porção do espinafre. Enrole formando um rocambole e prenda com palitos. Leve ao fogo uma frigideira levemente untada com margarina, espere aquecer e frite os bifes primeiro de um lado, depois do outro. Quando estiverem bem dourados, adicione o caldo de galinha, abaixe o fogo e sirva em seguida.

## Salada De Verão

### INGREDIENTES:

- 1 molho de aipo cortado
- 2 maçãs cortadas em cubinhos
- 1/2 xícara de chá de passas
- 2 colheres de sopa de azeite
- 2 colheres de sopa de suco de limão
- 1/2 lata de creme de leite light
- 1/2 xícara de salsa picada



### MODO DE PREPARO:

Misture todos os ingredientes em uma vasilha e sirva.

## Dermatite Seborréica - Caspa

É a inflamação crônica da pele que surge em indivíduos geneticamente predispostos, tratando-se portanto de manifestação constitucional. As erupções cutâneas características da doença ocorrem predominantemente nas áreas de maior produção de oleosidade pelas glândulas sebáceas.

A causa da Dermatite Seborreica é desconhecida, mas a oleosidade excessiva da pele, juntamente com um fungo, o *Pityrosporum ovale*, estão envolvidos na causa da doença. A maior atividade das glândulas sebáceas ocorre sob a ação dos hormônios masculinos (androgênios), por isso, o início dos sintomas ocorre geralmente após a puberdade. Nos recém nascidos também podem ocorrer manifestações da doença, normalmente devido a algum nível de androgênio materno ainda presente na criança.

### Manifestações:

A Dermatite Seborreica tem caráter crônico, com tendência a períodos de melhora e de piora. A doença costuma se agravar no inverno e em situações de fadiga ou estresse emocional. As manifestações mais frequentes da Dermatite Seborreica ocorrem no couro cabeludo e são caracterizadas por intensa produção de oleosidade (seborréia), descamação (caspa) e prurido (coceira). A caspa pode variar desde fina descamação até a formação de grandes crostas aderidas ao couro cabeludo. A coceira, que pode ser intensa, é um sintoma frequente nesta região e também pode estar presente com menor intensidade nas outras localizações.

Quando a Dermatite Seborreica se instala na pele, as lesões costumam ser avermelhadas com descamação gordurosa. As áreas mais atingidas da pele são: o rosto, principalmente em torno do nariz, supercílios e fronte, orelhas e região retro-auricular (atrás da orelha) e o centro da região torácica anterior e posterior.

Uma outra apresentação da Dermatite Seborreica é a chamada Blefarite Seborreica,

que atinge as pálpebras (caspas nas pálpebras). A Dermatite Seborreica pode ainda apresentar lesões em áreas de dobra de pele, como as axilas e sob as mamas. Casos graves de Dermatite Seborreica podem evoluir para a generalização das lesões, atingindo grandes áreas da pele.

### Tratamento:

Não existe medicação que acabe definitivamente com a Dermatite Seborréica, porém seus sintomas podem ser controlados. Deve-se evitar a ingestão de alimentos gordurosos e de bebidas alcoólicas e o banho muito quente. O tratamento geralmente é feito com medicações de uso local na forma de xampus, loções capilares ou cremes. Em alguns casos, medicações via oral podem ser utilizadas. A escolha do tratamento adequado vai depender da localização das lesões e da intensidade dos sintomas e deve ser indicado por um médico dermatologista. Evitar o estresse ou tratar problemas emocionais que possam estar mantendo o quadro pode colaborar para a melhora. A exposição solar moderada é de grande ajuda. Embora não exista uma forma definitiva para se acabar com essa dermatite, é perfeitamente possível conseguir a remissão total da doença, praticamente como se fosse uma cura clínica.



## Cuidados Com Toxicações Alimentares Em Festas De Fim De Ano

É fim de ano e a culinária festiva requer atenção especial. A combinação de altas temperaturas no verão com o preparo antecipado dos alimentos, geralmente em grandes quantidades, pode aumentar a ocorrência de intoxicações alimentares. Em condições propícias, os microrganismos se multiplicam rapidamente; destes, as bactérias são as que mais provocam casos de intoxicações alimentares.

Atenção: a olho nu é difícil dizer se um alimento está contaminado porque, em geral, os microrganismos não alteram seu aspecto. É preciso impedir, com medidas corretas, que esses microrganismos se multipliquem, contaminando os alimentos e provocando doenças.

### **PARA EVITAR MAIORES PROBLEMAS É NECESSÁRIO SEGUIR ALGUMAS DICAS DA VIGILÂNCIA SANITÁRIA:**

1. Compre somente alimentos que ofereçam a máxima garantia sanitária (dentro da validade, rotulados, conservados em temperaturas adequadas).
2. No supermercado, deixe para comprar por último os alimentos refrigerados e congelados. Ao chegar em casa estes devem ser os primeiros a serem guardados.
3. Nunca fume enquanto manipula alimentos: as bactérias da boca podem passar para as mãos e assim para o alimento.
4. Limpe as superfícies e utensílios da cozinha antes, durante e depois da manipulação.
5. Troque e lave diariamente os panos de cozinha, estes são veículos para os microorganismos.
6. Não sobrecarregue o refrigerador com produtos, pois o ar frio deve circular entre os alimentos. Mantenha sua temperatura entre 0 e 5 °C.
7. Para evitar a contaminação cruzada, separe os alimentos. Guarde-os bem acondicionados e tampados para evitar o contato e o gotejamento sobre os outros.
8. Se os alimentos forem preparados com alguns dias de antecedência, separe-os em porções pequenas e congele-os rapidamente. Para os pratos preparados na véspera a refrigeração é suficiente.
9. Descongele os alimentos na geladeira, consuma-os rapidamente e nunca recongele.
10. Lave bem as frutas e verduras. Deixe-as de molho em solução de vinagre (1 colher de sopa para um litro de água) por 15 minutos e enxágue logo após.
11. FUNDAMENTAL: mantenha uma correta higiene pessoal, lave frequentemente as mãos, conserve a cozinha sempre limpa e com o lixo tampado.



## Previcel Informa:

### ATUALIZAÇÃO CADASTRAL: VOCÊ CASOU? NASCEU UM FILHO? VOCÊ SE DIVORCIOU?

Para aqueles que são participantes da PREVICEL, lembramos da necessidade de manter seus cadastros permanentemente atualizados.

Portanto, se você, por exemplo, casou, se divorciou, ficou viúvo(a), ou ocorreu o nascimento de um filho(a), não esqueça de requerer a inclusão ou exclusão do beneficiário na PREVICEL!!!!

Basta você preencher o formulário de inclusão/exclusão de beneficiários de participantes ativos que está disponível no site da PREVICEL, HYPERLINK: "<http://www.previcel.pr.gov.br>" no menu vertical em Formulários.

Ressaltamos ainda o previsto no Regulamento do Plano Básico:

O art 2º, § 3º do Regulamento do Plano Básico dispõe sobre quem pode ser inscrito como beneficiário:

- cônjuge ou companheiro(a) legalmente reconhecido(a);
- os filhos sob qualquer condição, menores de 21 anos;
- menor que, por determinação judicial, se ache sob sua guarda;
- menor que se acha sob sua tutela, e não possui bens ou rendas para o próprio sustento e educação;
- os filhos maiores de 21 anos, se inválidos.

Além disso, conforme disposto no § 4º do art. 26 do mesmo Regulamento, terá direito

a suplementação mensal de pensão por morte e auxílio reclusão, ex-cônjuge(s) ou ex-companheiros(as), e que em vida o Participante lhe(s) tenha assegurado judicialmente prestação de alimentos ou outro auxílio financeiro,

A Norma Seg.001.01, disponível no site da Previcel, estabelece os documentos necessários a comprovação da condição de beneficiário. Mas atenção, não é necessário encaminhar toda a documentação agora ou quando você requerer inclusão/exclusão de algum beneficiário. Esta documentação será exigida do beneficiário por ocasião do requerimento das suplementações mensais de pensão por morte ou de auxílio reclusão. Fique atento e deixe sua documentação e de seus beneficiários em ordem!

## POLÍTICA DE INVESTIMENTOS/ 2008

Em cumprimento ao disposto em legislação específica, informamos que a Política de Investimentos da Previcel para o exercício de 2008, aprovada pelo Conselho Deliberativo, está disponível no site da Previcel, HYPERLINK

"<http://www.previcel.pr.gov.br>"



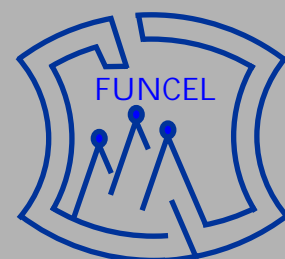
[www.previcel.pr.gov.br](http://www.previcel.pr.gov.br)

## Jantar de Final de Ano da Fundação Celepar



O evento foi comemorado no salão de festas do Santa Mônica Clube de campo, com um delicioso jantar regado à muitos presentes sorteados pela Funcel.

Agradecemos por todos os 920 presentes em mais um evento realizado pela Fundação Celepar.



## Coordenação de Esportes

### Atividade Física e Diabetes no Brasil: Necessidade x Riscos

Desde o século dezoito, o exercício vem sendo defendido como instrumento benéfico no tratamento de pacientes com diabetes mellitus (DM). Como ocorre em indivíduos sem diabetes, pacientes com DM apresentam um aumento na utilização periférica da glicose associado com um aumento na sensibilidade periférica à ação da insulina que persiste por 12 horas ou mais após o final do exercício.

Em pacientes com DM tipo 1, um programa de exercício pode melhorar a sensibilidade à insulina. Alguns estudos porém, não demonstram uma melhora no controle glicêmico nestes pacientes. Entretanto é bem claro o efeito benéfico do exercício na performance cardiovascular e no perfil lipídico, aumentando HDL colesterol e reduzindo triglicérides, tornando valioso o seu efeito sobre a morbi-mortalidade em pacientes com DM tipo 1 e 2.

No paciente com DM tipo 2, a ocorrência freqüente de resistência à insulina, obesidade, anormalidade no perfil lipídico e doença cardiovascular, tornam o exercício um potente coadjuvante aliado na terapêutica e com baixo risco de hipoglicemia. No paciente com DM tipo 1, o risco de hipoglicemia ou de piora da hiperglicemia e cetose consequentes ao exercício merecem uma abordagem mais cautelosa.

Todos os pacientes diabéticos que iniciarão um programa de exercícios físicos devem ser previamente avaliados. Se o controle glicêmico é pobre, deverá ser equilibrado antes do início do exercício. Como regra geral a glicemia deveria ser inferior a 250mg/dl e sem cetose. Retinopatia severa contra indica exercício intenso pelo risco de hemorragia. Exercícios envolvendo membros inferiores em pacientes com neuropatia periférica requerem observação cuidadosa de lesões nos pés e pode mesmo ser contra-indicado. Para pacientes com neuropatia pode ser necessário selecionar atividades que não coloque em risco o trauma de membros inferiores, como por exemplo nadar.

Os diabéticos, reconhecem a atividade física como um elemento importante no controle metabólico. Porém, em raros casos recebem um suporte e apoio técnico adequados para fazê-la. Muitas vezes os pacientes diabéticos são orientados pelos endocrinologistas a fazerem uma atividade física, porém não sabem como começar, qual atividade fazer e como reajustar seu controle; ao se inscreverem numa academia, em geral, os pacientes se deparam com profissionais sem nenhuma noção sobre atividade física em diabéticos.

Após o início da atividade física, faz-se necessário a realização de glicemias capilares antes, durante (para treinos com duração maior de 1 hora) e depois da atividade. Com esses registros de glicemia capilar é possível o ajuste da dose de insulina que em geral é reduzida com a atividade física

Dra. Ana Claudia Ramalho





## Biblioteca da Funcel

### LITERATURA

Honra acima de tudo (Eileen Goudge)

Grace é uma escritora que faz parte de uma tradicional família do sul dos EUA, filha de um poderoso senador pelo estado de Nova York. Nola, por outro lado, tem origem humilde: nasceu em uma família afro-descendente e se criou em bairros pobres de Washington, determinada a alcançar sucesso em sua carreira de arquitetura. Mas um terrível segredo une essa relação e domina suas vidas.

Como conviver com um idiota (John Hoover)

Na rua, no bairro, na escola e até mesmo - é duro admitir - na sua família há sempre alguém obtuso, insensível, inconveniente. John Hoover oferece estratégias eficientes para que você conserve a dignidade (e a sanidade) mesmo ao lidar com as pessoas mais difíceis. O humor sarcástico deste livro está a serviço de uma causa nobre: ajudar o leitor a se sentir bem nos seus relacionamentos, especialmente naqueles que não saíram como o esperado.

Conspiração mortal (J.D. Robb)

Com a precisão de um cirurgião, um serial killer ataca as almas mais vulneráveis pelas ruas das grandes cidades do mundo. Os crimes não deixam marcas roxas nem sinais de luta - apenas um buraco feito a laser, com bordas perfeitas e o tamanho de um punho, no lugar do coração. Quem recebe a missão de investigar o caso é, claro, a detetive Eve Dallas.

Eric Clapton: autobiografia (Eric Clapton)

Eric Clapton apresentou-se ao redor do mundo em shows disputadíssimos e é um artista fundamental no desenvolvimento musical de toda uma era. Fez composições como "Layla", "Sunshine of your love", "Wonderful tonight" e "Tears in heaven", que são inesquecíveis para várias gerações de fãs de música. E agora, pela primeira vez, Clapton conta a história de sua viagem profissional e pessoal nesta autobiografia. Aqui, o músico conta a história como ela é, sem esconder nada.

Empréstimos: 833; devoluções: 814; renovações: 459; aquisições por compra: 22

### LITERATURA INFU-JUVENIL

O 7º tijolo da 5ª casa (Rita Mattar)

Quem gosta de suspense não pode deixar de conhecer a história de um grupo de crianças que busca formas de desvendar o mistério de uma casa, onde acontecem coisas muito estranhas.

Jack Sparrow (Rob Kidd)

Antes do Pérola Negra, houve um adolescente clandestino chamado Jack Sparrow... O jovem Jack Sparrow, em sua incansável busca por aventuras, reúne uma equipe e então realizam a maior viagem da vida deles!

HQs: quando a ficção invade a realidade (Rosana Rios)

Já passou pela sua cabeça que os heróis dos quadrinhos realmente podem existir de verdade? Que eles vivem numa dimensão paralela e são capazes de entrar na vida da gente, saindo das histórias para perturbar o nosso sossego?

### LITERATURA INFANTIL

Dinossauros desajeitados

Eles são ligeiros e espertinhos. Eles são alegres, cativantes e maluquinhos. Eles são amigos que brincam e riem o dia inteiro!

Era uma vez

Livro contendo quatro contos infantis perfeito para ler antes de dormir ou a qualquer momento do dia.

### DVD

Harry Potter e a ordem de fênix

Harry volta para Hogwarts, para o seu quinto ano de estudos e descobre que grande parte da comunidade bruxa não teve acesso à verdade sobre o seu recente encontro com o maligno Lorde Voldemort. Temendo que o venerável Diretor de Hogwarts, Alvo Dumbledore, esteja mentindo sobre o retorno de Voldemort para enfraquecer a sua posição e tomar o seu emprego, o Ministro da Magia, Cornélio Fudge, designa uma nova professora de Defesa contra as Artes das Trevas para vigiar Dumbledore e os estudantes de Hogwarts. Mas o curso de magia defensiva da Professora Dolores Umbridge, aprovado pelo Ministério, deixa os jovens magos lamentavelmente despreparados para se defender contra as forças das trevas que ameaçam não só a eles, mas também toda a comunidade bruxa; então, a pedido de seus amigos Hermione e Rony, Harry se encarrega de resolver o problema por conta própria.

## HORÓSCOPO

Previsões para 2008

### Áries

O ano começa com vontade de realizações. Mas o tempo para realizar este desejo estará lento até o final de janeiro. Não se preocupe, pois 2008 promete muitas aventuras e descobertas de novas paixões. Para os que estão em um relacionamento estável, será um período de reavaliação. O melhor período para viver grandes emoções será o mês de abril. Este ano é regido pelo seu planeta Marte e encerra com grandes concretizações, afinal será de fechamento de ciclo.

### Touro

O ano inicia com cautela, você está mais do que nunca querendo saber onde pisa. Os relacionamentos amorosos serão mais tranquilos, embora o início de março seja um período de tumulto amoroso que vai exigir muita conversa e inteligência da sua parte. Para os solteiros, será o período de encontrar alguém mais maduro. Os que estão em um relacionamento sério precisam ter cuidado para não deixar a relação cair na mesmice.

### Gêmeos

Para os geminianos, 2008 será de muita comunicação e entendimento. O mês de abril será o melhor período para se ter uma boa conversa, que exigirá de você muita energia mental com seu parceiro. Será um dos melhores períodos do ano para colocar em ordem relacionamentos antigos. O ano novo traz muita agitação e você terá que ter paciência e inteligência para lidar com a situação.

### Câncer

O novo ano trará vontade de expansão dentro do seu relacionamento, mas as coisas não caminharão da forma como você gostaria. Calma, isso só vai até o começo de fevereiro, no decorrer do ano vai melhorar. Para os solteiros, o melhor período será na segunda quinzena de junho. Para os que estão em um relacionamento estável, será um período de curtir bastante a família. O primeiro semestre será um bom período para os que querem encontrar alguém.

### Leão

Essa nova fase da vida começa para você com muita vontade de socialização. Os casados sentirão necessidade de curtir seus parceiros, principalmente no segundo semestre do ano. Para os que estão solteiros, será um período propenso para conhecer alguém legal. O ano será de muitas provações dentro do relacionamento e fechará com alegria e entendimento.

### Virgem

Neste novo período que se inicia, você buscará um maior entendimento a dois e este entendimento será melhor depois de fevereiro. Viva mais seus projetos profissionais, porque o amor virá de forma natural. O melhor período para acertos amorosos será no primeiro semestre do ano. Seja mais tolerante e menos crítica com você mesma que o ano fluirá.

### Libra

O ano será muito bom para expandir seus relacionamentos. Os solteiros sentirão uma vontade enorme de ter alguém, mas esta ansiedade acabará no início de fevereiro. O melhor período para trocar idéias e manter uma conversa que coloque tudo em pratos limpos será em março. O ano estará propício para você gastar energias em busca das suas metas. Não perca tempo observando a vida dos outros. Dedique tempo para você.

### Escorpião

2008 começa apreensivo, pois Marte - seu planeta regente está lento no céu. A partir de fevereiro, seus planos emocionais começarão a se desenvolver. Este ano será de muitos acontecimentos para relacionamentos que não andavam muito bem. O primeiro semestre será um período em que você estará mais fechado nas relações amorosas. Aproveite, não tenha medo de ousar, afinal este é seu ano.

### Sagitário

Prepare o coração e tenha paciência porque o ano começa com um pouco de cobrança amorosa. Mas, depois de fevereiro, tudo vai começar a se desenvolver. Você viverá grandes emoções no primeiro trimestre e, no segundo, terá mais cautela nas suas relações. Aproveite o ano para colher os frutos plantados em 2007.

### Capricórnio

Suas metas para 2008 começarão a tomar forma em fevereiro. Saturno, seu planeta regente, entra em Virgem - o que representará o início de uma estabilidade amorosa. Para os solteiros, é um excelente ano para encontrar alguém maduro. Para os que já têm um relacionamento estável, será um período harmonioso. Seja mais flexível com você mesmo pois o ano promete.

### Aquário

O ano começa com muitas idéias e novos projetos. Estes projetos começarão a se desenvolver em fevereiro. Março será um excelente período para colocar tudo em pratos limpos por meio de conversas que exigirão jogo de cintura e amadurecimento pessoal. Aproveite o ano com suas grandes idéias.

### Peixes

Para os piscianos, o ano começa meio introspectivo. Esta introspecção acabará no início de fevereiro. O primeiro semestre será um excelente período para os solteiros encontrarem alguém e para os casados terem momentos aconchegantes a dois. Será um ano de muitos acontecimentos e provações dentro dos relacionamentos amorosos. Aproveite seu lado gracioso e deixe a melancolia de lado.

## Aniversariantes do Mês



01/01 Alfredo Massaki Furukawa	09/01 Luciana Maria R. Da Costa	20/01 Fabiana De Moura Vieira
01/01 Stefano Kubica	09/01 Pedro Luiz Eyng Simões	21/01 Bruno Coutinho De Oliveira
02/01 Marcia Porfirio Diniz	10/01 Vassilio Chandoha	21/01 Felipe Iurck Issberner
02/01 Mauri Fernando De Witt	11/01 Araldo S. C. Dos Santos	21/01 Jair Fernandes
03/01 Camila Helena Pereira	11/01 Eleni Lumi Hiratsuka	22/01 Altamir F. A. Dos Anjos
03/01 Consuelo Reikdal Amorim	11/01 Francisco Matias Miske	22/01 Sérgio Luiz R. Da Costa
03/01 Josana Bujokas Da Rosa	12/01 Arlindo José Borges Vieira	23/01 Andréa Broto Da Silva
03/01 José Manoel Da Pena Roza	12/01 Dayane Helena Helvig	23/01 Carlos E. N. Gonçalves
03/01 Luiz Carlos Krefta	12/01 Sueli Do Rocio Palkowski	23/01 Daniel Rodaczynski
03/01 Ronaldo Vizioli Chella	13/01 Nelson Elemar Candido	24/01 Arno Rodrigues
03/01 Teresinha M. R. Bittencourt	14/01 Ana Paula Araujo E Silva	25/01 Marcia Hsiao Chi Chang
04/01 Francisco João B. Junior	15/01 Ernane Augusto De Olívio	26/01 Avestil Alves Da Silva
04/01 Silvia Maria Bon	15/01 Ronaldo A. Do Nascimento	27/01 Adão Antonio Pedroso
05/01 Alex Soares	15/01 Thiago Meneghello	27/01 Antonio M. A. Rodrigues
05/01 Eliezer Bitterman	16/01 Carlos Benedito Mossato	27/01 Glauco Schmidt
05/01 Sara F Raskin	16/01 Elisabete Scholz Portela	28/01 Jaime Lippel
06/01 Fellipe Medeiros Veiga	16/01 Paulo Roberto Das Neves	28/01 José Carlos Pereira
06/01 Regina De Cássia Nandi	17/01 Dalva Clara Dos Santos	29/01 Mariléia K. Zarnott Amaral
07/01 Francisco Summa Netto	17/01 Josiane De Fatima Fabiano	29/01 Rodrigo P. Alves Chociai
07/01 Leandro P. C. De Almeida	17/01 Pedro Moacir De Carvalho	30/01 Alexandre S. Cavassin
07/01 Maria Nadir Ribas	18/01 Henrique Salatino Miorelli	30/01 Andréa Irene Grothe
08/01 Anderson Luiz Alves	18/01 Josemar Santos Lima	30/01 Regina Massae Yabiku
08/01 Eber Tanamati Handa	18/01 Laucimar Da Cunha	31/01 Bruno De Loyola Herides
08/01 Elvis Pellizari	19/01 Edson Jorge Massucato	31/01 Luiza Eva De G. Gonçalves
08/01 Roberta G. Neves W Teigão	20/01 Antonio Carlos Wolf Junior	
09/01 Jean Lima Pierobom	20/01 Chiyomi K. Saruhashi	

Mais um ano que se finda, invariavelmente são momentos em que recordamos do passado e de tudo aquilo que fizemos ou que deixamos de realizar. Queria, por exemplo, ter tido mais tempo para com os meus amigos, preterindo um pouco tanto trabalho, como se, a quem deixei ausente, fosse entender essa falta de tempo. Fica o registro de que nenhum de vocês foi esquecido em momento algum, pois os laços criados, estão guardados em minha lembrança, num lugar chamados especiais. As resoluções estão constantes a cada lembrança, mas o inusitado tem interferido nos desejos, mas sempre é tempo para nos redirmos. Esperando que 2008, seja um tempo com mais tempo para nós, de saber que gostamos muito dos nossos amigos queridos, os quais estão sempre conosco e que os bons pensamentos sempre nos acompanhem. A vocês, um ano de muita saúde e realizações.

*Fundação Celepar*