



Maringá, 04 de março de 2019

Ano 10 nº. 332

# aduem Boletim

Assessoria de Comunicação, Jornalista responsável: Elisabeth Natale (Reg. Prof. 000 9029/PR)

CONTATO Aduem 3224-1807

## Dias 10 e 11 de abril, Campanha de Vacina contra Gripe 2019

Em parceria com a Casa da Vacina, a Aduem promoverá na próxima quarta e quinta-feira (10 e 11) a campanha de imunização contra a Gripe H1N1. A vacina chegou ontem em Maringá e era grande a expectativa de liberação da Anvisa, pois, com a aproximação das frentes frias, aumenta a chance de transmissão do vírus da gripe. E a melhor forma de se proteger é a prevenção.

A vacina Trivalente custa R\$ 60,00 e a Tetravalente R\$ 75,00. Os valores serão debitados em conta corrente com autorização assinada pelo sócio. Como é costume, as enfermeiras da Casa da Vacina se deslocam até à Aduem para atender melhor os sócios e familiares que desejam ser imunizados. Após esses dois dias, os sócios deverão se dirigir à clínica com o voucher (vale vacina) que deverá ser retirado na secretaria da associação. Local de vacinação: Auditório da Aduem Nadir Cancian. Horário: 9h às 17h.

Em criança se aplica a vacina de gripe a partir dos 6 meses de vida e se for a primeira vez que estiver tomando a vacina, a recomendação é tomar duas doses no intervalo de 30 dias (pode tomar tanto a trivalente como a tetravalente).

A contra indicação para a vacina ocorre se estiver tendo febre ou fazendo uso de corticoide. Nestas situações terá de aguardar três dias para fazer a vacina. O fato de estar resfriado não é um problema para receber a vacina. “A vacina, quando entra no organismo, faz um processo inflamatório para poder imunizar, e se encontra o organismo em baixa imunidade, produz alguma reação”, explica Josylene Rodrigues de Souza Larranhaga (enfermeira da Casa da Vacina).

**Diferença entre as duas vacinas da gripe** - A vacina trivalente é composta por 3 vírus Influenzas diferentes: AH1N1, AH3N2, B/Brisbane. A vacina quadrivalente é composta por 4 tipos diferentes de vírus Influenza: os mesmos três presentes na trivalente (AH1N1, AH3N2, B/Brisbane) e mais o vírus B/Phuket (fonte: <https://www.ufrgs.br/telessauders>).



## Academia estará fechada neste sábado

Neste sábado (06) não haverá atendimento na academia da Aduem devido à pintura que será realizada no interior do prédio. Na segunda-feira estará aberta e com atendimento normal. A Aduem agradece a compreensão de todos.

## Vem aí: Pedal de Outono da Aduem, dias 14, 21 e 28 de abril

A Aduem realizará com a Dias Bike um projeto com o objetivo de integrar encontro e passeio de bicicletas, com dicas e soluções para pequenos problemas. Será o Pedal de Outono da Aduem, nas manhãs de domingo, no campus da UEM. O passeio de bike será acompanhado pela instrutora “Mara” da Dias Bike que auxiliará o tempo todo durante o trajeto de pedaladas. Este projeto ajudará a superar medos, esclarecer dúvidas e até receios de andar de bicicleta no centro urbano. Então chegou a hora de pedalar! Mais informações serão enviadas pelo WhatsApp, Facebook e Instagram da Aduem.



## Jantar Dançante Dia das Mães

No dia 10 de maio será realizado um jantar dançante na Aduem em comemoração ao Dia das Mães. Haverá música ao vivo com Ronaldo Gravino e convidados. O evento será no salão de festas da associação e iniciará às 21h. O cardápio será entrada com aperitivos e no jantar: Strogonoff de Filé Mignon, Lombo à Califórnia, Rondelli (ricota c/ molho branco), Salpicão de Frango, arroz branco, saladas e sobremesa. Convites à venda na secretaria da associação – R\$ 35,00 p/ sócio (criança de 06 a 12 paga meia).