



JORNAL **atividade**

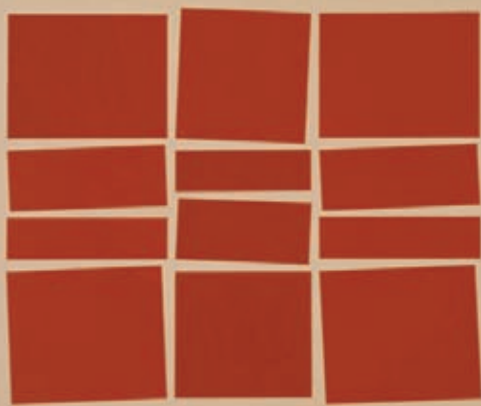
Uma publicação da TeleHelp sobre saúde, bem-estar, variedades e informação

abril/09 | ano 3 | número 8

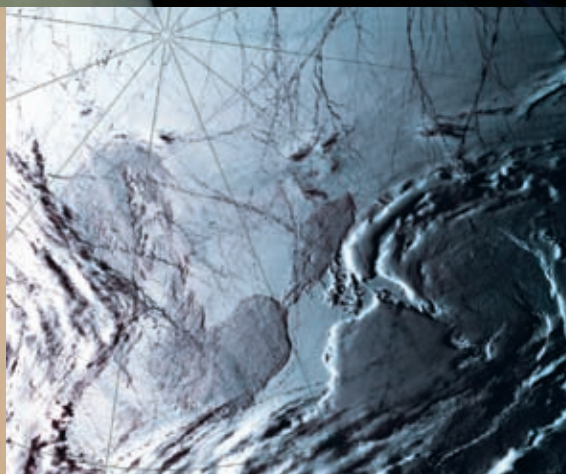


QUEM AMA, CUIDA

Quem cuida do seu parente é fundamental para ajudar o seu bem-estar



ARTISTAS QUE GOSTAMOS
Um pouquinho sobre dois artistas de ontem e de hoje



UM SÉCULO
o Pólo Norte foi descoberto há 100 anos em abril



MOMENTO RARO
Uma foto curiosa mostra os maiores nomes da MPB

TELEHELP NA IMPRENSA

Veja o que falam da *TeleHelp* nos jornais e revistas do Brasil

“(...) É claro que boa parte da autonomia que eles (os idosos) desejam e merecem deve vir amparada por uma grande dose de segurança. Felizmente, muitos serviços e recursos tecnológicos estão surgindo.

Na primeira categoria, destaca-se, no Brasil, a Telehelp. É um serviço 24 horas acionado pelo usuário em casos de urgência. Seu funcionamento é simples (...). “As atendentes acessam todo o cadastro do cliente com dados sobre sua saúde e telefones de familiares,

vizinhos, etc.”, explica o diretor da empresa Felipe Wright”.

Trecho de matéria publicada na IstoÉ, revista de circulação nacional, em 15 de outubro de 2008. Você pode ler esta reportagem na íntegra no site:

<http://www.terra.com.br/istoe/edicoes/2032/artigo105161-2.htm>

FALE CONOSCO

TeleHelp

Av. Eng. Luís Carlos Berrini, 828
cj. 22 - São Paulo - SP
CEP 04571-000

e-mail:
atividade@telehelp.com.br

Aconteceu há 100 anos

No dia 6 de abril de 1909 era descoberto o Pólo Norte. O americano Robert Edwin Peary foi o primeiro explorador que chegou ao Pólo Norte, nesta data, junto com seu assistente Matthew Henson e quatro esquimós. O Pólo Norte magnético terrestre está situado a 1.600 km do Pólo Norte geográfico. Antes de Peary, houve várias expedições ao Ártico. Seu sucesso é atribuído ao estudo de técnicas de sobrevivência. O explorador aprendeu também a manejar trenós de cães, a construir iglus e a vestir-se com peles tal como faziam os nativos esquimós.

DICAS TELEHELP

Promoção Cliente Recomenda Cliente

Sempre que você, cliente TeleHelp, indicar alguém que venha a contratar o nosso serviço você ganha uma mensalidade. Para isso, avise as pessoas a quem você indicar o TeleHelp que

forneçam o seu nome, quando entram em contato solicitando o serviço, para que possamos identificar sua indicação. Indique e fale para seus amigos ligarem agora mesmo para TeleHelp no 11 3585 2000.



- | | | |
|------------------------|--------------------|-----------------------------|
| 01 - Lenita Plocynska | 09 - Zé Ketti | 17 - Francis Hime |
| 02 - Edu Lobo | 10 - Eumir Deodato | 18 - Nelson Mota |
| 03 - Tom Jobim | 11 - Olívia Hime | 19 - Vinícius de Moraes |
| 04 - Torquato Neto | 12 - Helena Gastal | 20 - Diricinha Batista |
| 05 - Caetano Veloso | 13 - Luis Eça | 21 - Luiz Bonfá |
| 06 - Capinam | 14 - João Araújo | 22 - Tuca |
| 07 - Paulinho da Viola | 15 - Dori Caymmi | 23 - Braguinha |
| 08 - Sidney Miller | 16 - Chico Buarque | 24 - Jandira Negrão de Lima |

CURIOSIDADES DO MUNDO DAS ARTES

A foto ao lado além de rara e curiosa, reúne alguns dos maiores nomes da nossa Música Popular Brasileira. Entre eles, alguns dos gênios que criaram a Bossa Nova e revolucionaram a música mundial estão nessa reunião histórica e ao mesmo tempo muito saudosa. Veja quem é quem na legenda ou tente adivinhar os nossos artistas. Uma dica: o mestre Vinícius de Moraes está bem no centro da foto. Divirta-se!

Cuidando de quem cuida

Estar atento a quem cuida e convive com o idoso é fundamental para o seu bem-estar



Cuidar de um parente debilitado tem suas dificuldades. A maior parte dos responsáveis pelos cuidados têm um sentimento de isolamento, de estarem sozinhos com uma grande responsabilidade; preocupação ou dúvida sobre a qualidade dos cuidados oferecidos; culpa por acharem que não estão fazendo o suficiente. Todas estas situações em comum, isoladas ou combinadas, levam a uma sensação de impotência. Também é importante estar alerta aos sinais de

exaustão do responsável pelos cuidados. O responsável pelos cuidados deve se lembrar de que cuidar de si mesmo faz parte de cuidar da pessoa dependente. Aqui estão algumas

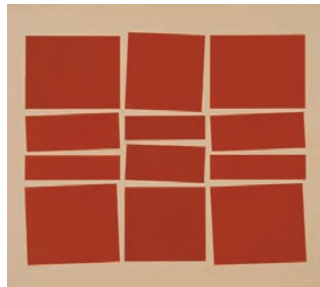
Pedir ajuda aos membros da família até a amigos é muito importante. Uma reunião familiar ajuda a dividir responsabilidades

idéias baseadas na experiência de várias pessoas: 1) Tomar decisões em conjunto com a pessoa dependente, na medida do possível, o ajudará a manter o senso de independência, de certa forma aliviando o fardo do responsável. 2) Pedir ajuda a outros membros da família e amigos é importante. Uma reunião

familiar pode ajudar a trazer idéias e definir como dividir as responsabilidades. 3) É importante separar algum tempo e deixar o papel de responsável para relaxar e conseguir mais ajuda. Essas necessidades podem criar sentimentos de culpa, mas lembre-se: você está tomando conta de uma pessoa que precisa que você cuide de si mesmo. 4) Obter informações sobre as doenças específicas ou as condições físicas da pessoa permite que os responsáveis pelos cuidados entendam com o que estão lidando e ajuda a planejar o futuro. A ajuda disponível pode vir da família, dos amigos, de profissionais da saúde e de serviços comunitários. O atendimento oferece cuidados durante o dia e atividades sociais para idosos, além de assistência médica com enfermeiras que ajudam com banhos, vestir-se, alimentar-se e serviços domésticos em geral. Programas de alimentação, como o “Meals on Wheels” – Refeições sobre Rodas – entregam refeições para idosos em suas casas, refeições coletivas são servidas em centros para idosos, igrejas, sinagogas ou escolas. Programas de monitoramento incluem ligações regulares para verificar se está tudo bem com as pessoas idosas que moram sozinhas, ou dispositivos de monitoramento eletrônico sinalizam, caso haja necessidade de ajuda. Fique atento e cuide de quem cuida do seu ente querido.

ARTISTAS QUE GOSTAMOS: ONTEM E HOJE

Hélio Oiticica (1937 - 1980) é um artista cuja produção se destaca pelo caráter experimental e inovador. Seus experimentos, que pressupõem uma ativa participação do público, são, em grande parte, acompanhados de elaborações teóricas, comumente com a presença de textos, comentários e poemas. Pode-se identificar duas fases, na obra de Oiticica: uma mais visual, que tem início em 1954 na arte concreta e vai até a formulação dos Bólides, em 1963; e outra sensorial, que segue até 1980.



Metaesquema II, 1958

Emmanuel Nassar (1949 -), formado em arquitetura com experiência no campo da publicidade, do início da década de 1980 em diante conduz sua produção a partir do diálogo entre duas tradições visuais: aquela popular, onde cores vibrantes em formas geométricas são trabalhadas como ornamentos para residências, barracos, vitrines etc., e a tradição construtiva e geométrica, que marcou e ainda marca parte significativa da produção artística erudita brasileira.



Gran Circo Goiano, 1985

O atendimento rápido após uma queda reduz em 28% o risco de hospitalização.*

Quem necessita de cuidados especiais, mas faz questão de independência, pode contar com o sistema da TeleHelp. Sucesso em 19 países, ele é a companhia ideal para pessoas da terceira idade, pacientes em fase de recuperação ou pessoas que moram sozinhas. Em caso de necessidade, basta um toque no botão de emergência remoto, que pode ser usado em forma de colar ou de pulseira. Tudo isso para aumentar a tranquilidade do usuário e de sua família.

*fonte: Lifeline Systems



TeleHelp. Alta tecnologia a serviço da qualidade de vida.

Para solicitar mais informações ou a visita de um de nossos representantes, ligue **(11) 3585-2000**

Disponível para o Plano TeleHelp Doctor * Disponível para o Plano TeleHelp Home