

Veículo Oficial da
Associação dos Aposentados
da Fundação CESP

Jornal do

SÊNIOR

Junho - 2026 - ANO 38 - Nº 400

Unidos somos mais fortes. Junte-se a nós!



Eis o Nosso Time



**Carlos Aurélio Kleming Almeida Pires (CESP); Maria Aparecida Bernardo Souza
(Cida - ELETROPAULO;
e José Carlos Nascimento (CPFL) .**

Em pé:

**Wilson Nunes (CESP); Hélio Carlos Martins Ribeiro (CTEEP); e
Robinson Cifoni (CPFL).**

Seu voto é muito importante!

Caros associados,

Informação e participação: o papel da AAFC

EDITORIAL

Vivemos um momento em que a informação clara e a participação consciente se tornam cada vez mais essenciais. A AAFC, ao longo de sua trajetória, tem buscado não apenas representar seus associados, mas também oferecer conteúdo que oriente e fortaleça, transformando a luta em união. Este editorial entrelaça temas que, à primeira vista, podem parecer distintos, mas que se conectam pela mesma lógica: responsabilidade coletiva e engajamento individual. Arnaldo Silva Neto, em seu artigo sobre dívidas, nos lembra da importância da gestão financeira responsável. Dívidas não são apenas números; elas impactam diretamente a qualidade de vida e a tranquilidade de cada família.

E, por fim, é preciso falar sobre o assunto mais



importante para você, associado: as vindouras eleições da Vivest. Este é o momento em que você tem a oportunidade de exercer sua voz e influenciar diretamente os rumos da previdência complementar. A participação consciente e informada é fundamental para garantir que seus interesses sejam defendidos e que a gestão da Vivest considere os valores que prezamos.

Assim, com todos os assuntos tratados nesta edição, falamos de um mesmo compromisso: o de sermos protagonistas da nossa própria história. A AAFC está presente para orientar, apoiar e representar, mas é a participação de cada associado que dá sentido e força a essa caminhada. Unidos somos mais fortes!

Francisco Campizzi Busico
Presidente

Ainda não fez a sua credencial do **SESC**? Tá perdendo tempo! Já tem vários associados utilizando a estrutura e aproveitando tudo o que o **SESC** oferece e até os membros da Diretoria da AAFC já estão usufruindo! Para fazer a sua credencial é muito fácil! Procure a Regional mais próxima e comece a aproveitar agora mesmo!

AAFC Associação dos Aposentados da Fundação CESP	JORNAL DO SÊNIOR é uma publicação mensal da Associação dos Aposentados da Fundação CESP	Av. Angélica, 2565 -17º andar, Sta. Cecília, 01227-200 São Paulo - SP	Telefone: (11) 3217-5717 e 0800 591-3345 E-mail: contato@aafc.org.br www.aafc.org.br	Tiragem: 16.000 exemplares Distribuição gratuita. Permite-se a reprodução total ou parcial desde que citada a fonte.
--	---	---	---	---

DIRETORIA EXECUTIVA

PRESIDENTE

Francisco Campizzi Busico

Diretor Administrativo/Financeiro
Rovilson da Costa Gimenez

Vice-Diretor Adm / Financeiro
Wilson Roberto Nunes

Diretor de Suplementação
Arnaldo Silva Neto

Diretor de Complementação
Paulo Roberto Olivieri

Diretor de Relações Institucionais
Flávio Aduino Lócio Lopes

VICE-PRESIDENTE

Donato Antonio Robortella

Diretor de Bem-Estar, Saúde e Social
Carlos Aurélio K. A. Pires

Assessor da Presidência
Leônidas Figueiredo

Conselho Deliberativo - Titulares

José Milton Dallari Soares, José Ferraz Neto, Bento Carlos Sgarboza, Dirceu Emilio Giannella, José Antunes Cursino, Atílio Gerson Bertoldi, Luiz Pedro Delgado, Antonio de Santi, Moacyr Carlos Baptistini, Elisabeth Pereira Monteiro, José Carlos Nascimento, Julio Ferreira Junior, Roberto Luiz Stamm, José Priosqui Gomes Figueira e José Carlos Penna Drugg

Conselho Deliberativo - Suplentes

Arnaldo Silva Neto, Antonio Carlos da Costa, Almir Salvador do Prado, Cecília Helena Negri de Magalhães, Maria Helena de Campos Soares, Adilson Vannucci Faria, José Carlos Antonieto, José Armando Gregghi, Norberto Maria Nicola, Theodoro Almeida Pupo Junior, Carlos Roberto Zanatto, Nivaldo Pazianoto, Pedro Vieira Lima, Hildebrando Silva Almeida

Conselheiros de Honra

Douglas Aparecido Guzzo, José Milton Dallari Soares, José Ovídio de Andrade e Sylvio Pacheco Rasi

Conselho Fiscal- Titulares: Toshibumi Fukumitsu, Aparecido Leitão Duran, Robinson Cifoni.

Suplentes: Marcio Ramos, Elvio Campisi Malfi, Ralph Barretto Franco

Accesse site da AAFC:

www.aafc.org.br

Facebook:

www.facebook.com/aafc.sede

Previdência

Eleição aos Conselhos Deliberativo e Fiscal da Vivest:

Beneficiários do Plano 4819 poderão votar

De acordo com decisão proferida pelo TJSP, em 27/05/2026, os beneficiários assistidos pelo Plano 4819 poderão exercer o voto para eleição dos Conselhos Deliberativo e Fiscal da Vivest, a ocorrer nos dias 14, 15 e 16 de julho de 2026.

Abaixo, trecho da decisão:

“Ante o exposto, DEFIRO PARCIALMENTE os pedidos formulados pela associação autora noEvento 311 e REJEITO os requerimentos de revogação definitiva de liminar apresentados pela requerida noEvento 323, para o fim de DETERMINAR, em extensão e reafirmação da tutela de urgência deferidaanteriormente nos autos, a intimação da requerida para, em tempo hábil, tomar as medidas necessárias a

permitir a participação dos associados da autora, vinculados ao Plano 4819, no processo eleitoral de 2026, sob pena de cominação de multa.

Por celeridade, servirá a presente decisão, assinada digitalmente, como OFÍCIO a ser encaminhada pela parte autora à ré, comprovando posteriormente o protocolo nos autos.”

Desta forma, seguimos aguardamos instruções da Vivest com os procedimentos de votação dos assistidos do Plano 4819 para a Eleição dos Conselhos Deliberativo e Fiscal da Vivest. Tão logo tenhamos informações a respeito, informaremos.

Unidos somos mais fortes.

JS 400

Em 1985, nasceu um marco na história da nossa associação: a primeira edição do Jornal do Sênior.

Hoje, aos 44 anos da AAFC, o Jornal do Sênior alcança sua 400ª edição. Este número não é apenas estatística: é testemunho vivo da nossa trajetória, da força da nossa união e da perenidade de nossos ideais.

Cada página publicada ao longo desses anos carregou consigo a amizade que nos une, o compromisso com nossos colegas e a firmeza da nossa luta pelos direitos que nos sustentam. O Jornal do Sênior é mais que um informativo — é memória, é resistência, é celebração da vida associativa.

Neste momento especial, em que também vivemos o processo de eleições da Vivest, reafirmamos que nossa voz coletiva é essencial para garantir representatividade e fortalecer a defesa dos direitos dos aposentados e pensionistas.

Assim como o Jornal do Sênior nos une pela palavra, o voto consciente nos une pela ação.

VISTA ESSA CAMISA



Dívidas: qual é o tamanho do problema?

- com a colaboração do
Diretor de Suplementação da AAFC,
Arnaldo Silva Neto

O endividamento das famílias brasileiras atingiu níveis recordes em 2026. Segundo a Confederação Nacional do Comércio (CNC), 80,4% dos lares brasileiros relataram ter dívidas em março deste ano.

Dados do Banco Central mostram que o comprometimento da renda das famílias chegou a 49,9% em fevereiro — o maior patamar da história. Isso significa que metade dos rendimentos já começa o mês comprometida com pagamentos de cheque especial, carnês de loja, empréstimos pessoais, financiamentos de veículos e, principalmente, o rotativo do cartão de crédito, considerado uma das modalidades mais caras do mercado.

Quem enfrenta esse cenário conhece bem o chamado efeito “bola de neve”: uma conta em atraso acaba se somando às demais despesas que continuam vencendo, tornando a situação cada vez mais difícil. Apesar do desafio, sair das dívidas é possível. O processo exige disciplina, organização financeira e atenção às armadilhas do crédito. Com planejamento e persistência, é possível

recuperar o equilíbrio financeiro e voltar a ter tranquilidade.

Dicas do Serasa

Para sair das dívidas, é fundamental mapear todos os débitos, priorizar aqueles com



juros mais altos — como cartão de crédito e cheque especial — e negociar diretamente com os credores. Organize todas as informações em uma planilha, corte gastos desnecessários, evite assumir novas dívidas e utilize plataformas de renegociação, como o Serasa Limpa Nome.

Passo a passo para sair do vermelho

* Mapeamento total

Liste todas as dívidas, incluindo valor total, taxas de juros e quantidade de parcelas. Entender o tamanho do problema é o primeiro passo.

* Priorização

Dê prioridade às dívidas com juros mais altos, pois elas crescem mais rapidamente.

* **Negociação direta**

Entre em contato com os credores, solicite o Demonstrativo de Dívida (DAD) e negocie parcelas compatíveis com o orçamento familiar.

* **Redução de despesas**

Anote todos os gastos mensais e identifique despesas que podem ser reduzidas ou eliminadas. Evite novos parcelamentos.

* **Renda extra**

Se possível, venda itens que não utiliza mais

Comunicação

Boas práticas no WhatsApp

Boas práticas de comunicação no WhatsApp: você é parte fundamental na eficiência do canal

O WhatsApp é uma ferramenta fundamental para mantermos a comunicação ágil e eficiente. Para que o canal cumpra seu propósito e facilite o atendimento, é importante que seja utilizado de forma objetiva e direcionada.

Pedimos que as mensagens enviadas neste espaço sejam restritas a assuntos relacionados ao suporte, informações institucionais ou demandas específicas. Mensagens de cortesia, como “bom dia” ou “boa noite”, embora simpáticas, acabam gerando excesso de notificações e dificultam a identificação rápida de comunicações realmente relevantes.

Ao mantermos o foco no uso profissional do canal:

- Agilizamos respostas para quem precisa de suporte imediato.
- Reduzimos ruídos e evitamos que mensagens importantes se percam entre notificações.
- Garantimos eficiência na gestão demandas.

e busque alternativas para aumentar a renda.

* **Reserva de emergência**

Depois de reorganizar as finanças, procure construir uma reserva equivalente a três ou seis meses das despesas mensais, para evitar novos endividamentos em situações imprevistas.

* **Uso de ferramentas de renegociação**

Feirões de negociação, como os promovidos pelo SPC Brasil e pelo Serasa, podem oferecer descontos e condições especiais de pagamento.



- Respeitamos o tempo de todos os envolvidos.

Contamos com a colaboração de cada um para que o WhatsApp permaneça um canal produtivo e focado em seu propósito.

Assim, conseguiremos

manter a comunicação clara, organizada e eficiente para todos.

VISTA ESSA CAMISA



Tá chegando a hora!

A Vivest aprovou o regulamento para as eleições dos Conselhos Deliberativo e Fiscal, referentes ao período de outubro de 2026 a outubro de 2029.

Os participantes assistidos poderão eleger:

- 2 membros titulares para o Conselho Deliberativo (com suplentes);
- 1 membro titular para o Conselho Fiscal (com suplente)

A votação será em turno único, nos dias 14, 15 e 16 de julho de 2026, com voto direto secreto e todos os assistidos de planos da Vivest poderão participar.

Os eleitos serão homologados pela PREVIC.

ESTE É O NOSSO TIME

A Vivest divulgou as chapas inscritas para a Eleição que escolhe quem serão os representantes nos Conselhos Deliberativo e Fiscal para a próxima gestão.

Confira abaixo as chapas inscritas para representar os assistidos:

II – Conselho Deliberativo

Representação dos aposentados e pensionistas

Chapa 3

Carlos Aurélio Klemig Almeida Pires (Titular)
Hélio Carlos Martins Ribeiro (Suplente)

Chapa 4

José Carlos do Nascimento (Titular)
Maria Aparecida Bernardo de Souza (Suplente)

IV – Conselho Fiscal

Representação dos aposentados e pensionistas



Chapa 2

Wilson Roberto Nunes (Titular)
Robinson Cifoni (Suplente)

As chapas inscritas ainda passarão pela homologação do Conselho Deliberativo. Após essa etapa, as chapas homologadas serão divulgadas em 25/06/2026.