



INFORME FAMILIAR SOBRE O INSS REQUERIMENTO DE PENSÃO POR MORTE

➤ Pág. 4

PREPARE O SEU TRAJE E GARANTA JÁ O MELHOR LUGAR NA FESTA!!!

Grande Almoço de Confraternização da Círculo Militar de São Paulo, a partir das 11h30



★ 14 de Dezembro ★

Reserve o seu convite e **escolha a sua mesa.**

Valores: R\$ 40,00 para associados • R\$ 80,00 para os demais convidados

ATENÇÃO: **Último dia para compra: 12/12!**

➤ **Obs:** Os convites **NÃO** serão vendidos na porta do evento

➤ Maiores informações através dos telefones 3217-5729 e 0800 163 670

ESSA VOCÊ NÃO PODE PERDER!

■ **EMPRÉSTIMO CONSIGNADO. TENHA CUIDADO!** ➤ PÁG. 2

■ 8 dicas para aliviar a dor de garganta

➤ PÁG. 4

■ Encontro entre Diretores e Superintendentes Regionais
Análise dos trabalhos e expectativas para 2012

➤ PÁG. 5

■ Encerramento do 1º Curso de Extensão Cultural da AAFC

➤ PÁG. 7

➤ QUER RECEBER INFORMAÇÃO DIRETAMENTE NO SEU EMAIL?

Se você, Associado, quiser receber informações da Associação, sobre assuntos de seu interesse, de forma mais rápida e direta, cadastre seu email no Portal da AAFC (www.aafc.org.br) ou através do faleconosco@aafc.org.br



NO MÊS DE DEZEMBRO NÃO HAVERÁ REUNIÃO DE ASSOCIADOS

➤ MUDOU DE ENDEREÇO?

Não se esqueça de atualizar seus dados na AAFC!



Associação dos Aposentados da Fundação CESP

Av. Angélica, 2565 - 15.º andar - Santa Cecília - CEP 01227-200 - São Paulo - SP

Fechamento autorizado. Pode ser aberto pela ECT

Mala Direta Postal

9912251031-DR/SPM
AAFC

...CORREIOS...



PARA USO DOS CORREIOS

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Mudou-se | <input type="checkbox"/> End. Insuficiente |
| <input type="checkbox"/> Desconhecido | <input type="checkbox"/> CEP |
| <input type="checkbox"/> Recusado | <input type="checkbox"/> Não Existe N° Indicado |
| <input type="checkbox"/> Falecido | <input type="checkbox"/> Informação Escrita pelo Porteiro ou Síndico |
| <input type="checkbox"/> Ausente | |
| <input type="checkbox"/> Não Procurado | |

Reintegrado ao Serviço Postal em

____/____/____

Responsável



Nesta edição estão salientados aspectos referentes ao mês de dezembro próximo, durante o qual ocorrerão os eventos de confraternização de Natal e Ano Novo. Mas, como já é tradicional neste período, aqui vão publicadas notícias especiais, como uma espécie de “prestação de contas” junto aos associados, referente às principais realizações da AAFC.

Convém lembrar que, com base nessa orientação, a edição do *Jornal Sênior*, de maio de 2011, trouxe um Encarte Especial contendo Relatório das Atividades da AAFC, durante 2010 e até abril de 2011, mês em que a AAFC aniversaria. Trata-se de relatório anual que contempla tanto a descrição sumária de suas atividades na Sede e nas Regionais, como o Balanço Patrimonial do período e o Orçamento – 2011.

Cabe enfatizar que, apesar das dificuldades naturais, as conquistas, no período, conforme relatado naquele Encarte, atestam resultados positivos, em prol do bem estar e da melhor qualidade de vida dos associados da AAFC.

Por essa razão, vale a pena registrar, aqui, alguns dos principais resultados obtidos desde então até esta data:

■ o ingresso de ações judiciais sobre a bi tributação do IR, bem como com as referentes à revisão do teto do INSS;

■ o trabalho desenvolvido pelos integrantes dos Comitês de Avaliação de Riscos dos Planos de Suplementação de Aposentadoria e Pensão, avaliando o desempenho desses planos, visando sempre sua maior proteção;

■ a significativa vitória da AAFC, em parceria com os Sindicatos de Eletricitários de Campinas e de São Paulo, nas eleições para membros dos Conselhos Deliberativo e Fiscal da Fundação e que contou com a votação dos associados vinculados ao Plano 4819 que, por decisão judicial, obtiveram o retorno do seu direito de votar;

■ vale a pena lembrar que a principal ação judicial relacionada àqueles associados e que tramita na 49ª Vara do Trabalho, logrou êxito em todas as instâncias judiciais, estando dependente de decisão final do STF – Superior Tribunal Federal;

■ o incansável trabalho do Grupo de Estudos do PES, com a participação efetiva da AAFC e dos Sindicatos de Eletricitários de Campinas e

de São Paulo, buscando melhores condições para os planos de saúde, de modo especial para os associados com problemas financeiros e os de idade igual ou superior a 59 anos;

■ os questionamentos e sugestões que, sobre esses assuntos tem sido feitos pela AAFC, através da ANS – Agência Nacional de Saúde Suplementar - e de outros órgãos e dos quais ainda aguarda orientação;

■ Ação Declaratória em face da Fundação CESP para conhecer o valor presumível do FUR-PES – Fundo de Reserva para o Plano Especial de Saúde;

■ a realização de eventos sociais, culturais e de lazer, inclusive, em parceria mantida com o SESC e SESI;

■ a realização das “Seletivas”, já com vistas às Olimpíadas de 2012;

■ o desenvolvimento das ações da AAFC Mulher, tanto na Sede como em todas as Regionais, de modo especial com o início de implantação do Programa de Atendimento Psico-social e com a realização do Curso de Extensão Cultural;

■ a recente decisão de Assembléia Geral Extraordinária em que se aprovou, por maioria absoluta, a alteração do Estatuto Social da AAFC nos chamados “pontos capitais” desse estatuto;

■ embora seja definitiva a retirada da Ban-deirante da Fundação CESP, a AAFC continua empreendendo esforços na defesa dos direitos dos associados vinculados àquela empresa de sorte que, mesmo desligados da Fundação, continuam associados à AAFC;

■ dignas de registro são as visitas que vêm sendo feitas pela Diretoria às Regionais, visando a troca de informações para melhor poder atender aos associados;

■ aliás, dentro desse objetivo, merece destaque a recente realização, na Sede, do VIII Encontro entre Diretores, Assessores e Superintendentes Regionais, visando ao acompanhamento de todo o trabalho da AAFC, bem como à maior integração de troca de idéias e de informações no que tange ao planejamento para 2012;

E, para encerrar, é importante ressaltar que tudo isso só tem sido possível, graças ao empenho da atual Administração que sempre contou com a efetiva cooperação dos voluntários colaboradores, membros de seus Conselhos Deliberativo e Fiscal, parceiros e funcionários da AAFC.

Unidos somos mais fortes!
Diretoria Executiva

OPINIÃO



EMPRÉSTIMO CONSIGNADO. TENHA CUIDADO!

Face a problemas que nos tem sido expostos, constantemente, relativos a consequências desagradáveis em razão de **empréstimos consignados**, resolvemos fazer, aqui, algumas observações que, aliás, já foram feitas anteriormente em nosso *Jornal do Sênior*.

Com base em resoluções da Presidência da República e do Legislativo, foi instituído, há algum tempo, um “benefício” a aposentados, intitulado Empréstimo Consignado.

Estabelecimentos de Crédito prontamente se armaram para cuidar dessa considerável “fatia” da sociedade usando, inclusive, dos mais variados órgãos de comunicação para a ampla e intensa propaganda desse “benefício”. Naturalmente,

milhões de aposentados e pensionistas acorreram a essa “facilidade”, de sorte que, hoje, o valor do crédito consignado, nessa linha, atinge cifras bilionárias.

Só que, agora, juntam-se aos milhares de preocupações por não agüentarem a sobrecarga de compromissos, outras milhares reclamações que levaram a Previdência Social a prometer, então, “campanha de esclarecimento para evitar que os beneficiários sejam enganados por *atravesadores* na hora de contratar o financiamento e orientação aos usuários do sistema.” Tal **nota** recomendaria, aos aposentados e pensionistas, “chegar se o Estabelecimento de Crédito já mantém convênio com o INSS para tal concessão” e “pesquisar as taxas praticadas” já que além das taxas ofi-

ciais, são variadas as taxas complementares cobradas por muitos desses estabelecimentos e muitas as reclamações de erros nas prestações.”

Pois bem, sem querer intervir no direito de seus associados se utilizarem dessa concessão, a AAFC chama a atenção, contudo, para alguns pontos: trata-se, antes de mais nada, da necessidade de prévia análise de sua própria situação financeira, pois, aparentemente fáceis e baratos, esses empréstimos exigem considerações preliminares tais como, por exemplo, se sua renda atual, comprometida com as prestações mensais desse novo compromisso, continuará suficiente para sua própria manutenção e a de sua família; se o valor do empréstimo, embora

tenha sido obtido para atender a objetivo imediato, não lhe acarretará insuportáveis ônus pois, ao invés de ajudar, esse “benefício” poderá tornar-se, em pouco tempo, insustentável “bola de neve”. Aliás, em pesquisa do IBOPE, foi divulgado que 60% desses créditos consignados foram feitos para “quitar dívidas” e que “o alívio inicial com tal quitação, depois, vira dor de cabeça e verdadeira boa de neve.”

Assim, pois, é importante e necessário ter-se especial cuidado antes de se empolgar com ofertas generosas, mesmo aquelas para cuja propaganda se prestam importantes órgãos de comunicação.

Vale a pena refletir, antes de se decidir.

Carlos Ernani Palheta Nunes

Assessor da Presidência



Associação dos Aposentados da Fundação CESP

JORNAL DO SÊNIOR
é uma publicação mensal da Associação dos Aposentados da Fundação CESP

Redação:
Av. Angélica, 2565 - 17.º andar,
Santa Cecília, CEP 01227-200
São Paulo - SP

Telefone/Fax:
(11) 3217-5717 e 0800-163670
e-mail: sede@aafc.org.br
www.aafc.org.br

Tiragem: 21.600 exemplares.
Distribuição gratuita. Permite-se a reprodução total ou parcial das matérias contidas nesta edição, desde que citada a fonte

O *Jornal do Sênior* não se responsabiliza pelas opiniões expressas nos artigos assinados e pelo conteúdo dos anúncios publicitários.

Diretoria Executiva

Sylvio Pacheco Rasi
Presidente

Mario Mortari
Vice-Presidente

Carlos Ernani Palheta Nunes
Assessor da Presidência

Maria Guiomar Moraes Sala
Chefe da Assessoria Jurídica

Elisabeth Del Nero Brinkmann
Chefe do Departamento AAFC-Mulher

Rodolfo Vicente Rezende
Chefe da Assessoria de Pesquisa,
Estatística e Planejamento

Abrão Jacó Goldfeder
Chefe da Asses. de Projetos Especiais

Pedro Paulo de Salles Oliveira
Chefe da Asses. de Comunicação

Fábio Nogueira de Lima Filho
Diretor Administrativo

José Adalmir Teodoro
Gerente da Pousada JWM

Leônidas Figueiredo
Diretor de Suplementação

Rovilson da Costa Gimenez
Diretor Financeiro

Carlos Aurélio Klemig Pires
Vice-Diretor Financeiro

Tácio Antônio Z. Cattony
Diretor de Complementação

Paulo Roberto Olivieri
Vice-Diretor de Complementação

Carlos Aurélio Klemig Pires
Diretor Social

Sergio Lyra
Vice-Diretor Social

Diretoria de Saúde
Sylvio Rasi – respondendo

Conselho Deliberativo
José Ferraz Neto - Presidente
Waldyr Antonio Prado - Vice-Presidente

Conselheiros Efetivos:
José Carlos Brizzolla, Luiz Fávoro, Luiz Yenes Rodrigues, Moacyr Carlos Baptistini, Bento Carlos Sgarboza, Adão do Carmo Silva, José Gelázio da Rocha, João Bosco M. Oliveira,

Francisco Campizzi Busico, José Armando Athayde, Fernando José Tenório Acosta, Couto Yoshiyasu, Hércules Leopoldo P. Cilli

Conselheiros Suplentes:
Manoel Duarte, José Carlos do Nascimento, Deoclécio Gonçalves, Pedro Paulo de S. Oliveira, Luiz Antônio Ferro, Alberto Otto Schneidewind, Dirceu Emílio Giannella, Sebastião A. Cintra, José Emílio E. Santiago, Antônio Carlos da Costa, Euclides J. P. dos Santos, Maria Guiomar Moraes Sala, Mario Francisco Sansone, José Francisco da Fonseca.

Conselheiros de Honra:
Francisco Augusto Noronha, José Ovídio de Andrade, José Walter Merlo, Douglas Aparecido Guzzo e José Milton Dallari Soares

Conselho Fiscal
Titulares: Hiroshi Morishigue, Toshibumi Fukumitsu, Orlando Paiva Azevedo
Suplentes: Horácio Encarnação Diniz, Aparecido Leitão Duran, Pedro Paulo Cerejo Dias

Representantes dos Aposentados no Conselho Deliberativo da Fundação CESP:
Titulares: Douglas A Guzzo, Marcos Gonçalves
Suplente: Reynaldo Rodotá Stéfano

Representantes dos Aposentados no Conselho Fiscal da Fundação CESP:
Titular: Eduardo Nelson de Souza Toledo
Suplente: Leônidas Figueiredo

Redação e Edição: Bruna D'Ugo
Digitação e Arte: Kevin Fine Arts
Impressão: Vox Editora

Atenção para as formas de recadastramento!

O NÃO RECADASTRAMENTO PODERÁ IMPLICAR NA SUSPENSÃO DO BENEFÍCIO.

▶ Mantenha seus dados atualizados, o recadastramento deve ser feito sempre no mês do seu aniversário. Você pode fazer o seu recadastramento no Banco do Brasil ou na Secretaria da Fazenda.

Atualize seus dados cadastrais nas agências do Banco do Brasil ou nas unidades da Secretaria da Fazenda do Estado de São Paulo. Os endereços estão no Portal da AAFC (www.aafc.org.br). Não esqueça de levar Conta de luz ou outro comprovante de residência, CPF e RG. Após o recadastramento, peça comprovante.

Existe uma outra maneira para realizar o recadastramento do Complementado para as cidades do interior ou demais Estados onde não existem agências do Banco do Brasil ou Secretaria da Fazenda: trata-se da **Declaração de Vida e Residência**.

Esta deve ser preenchida e assinada em Cartório com reconhecimento de firma por autenticidade e enviada pelo correio para a Secretaria da Fazenda no endereço: Avenida Rangel Pestana, 300 - 6º andar - Sé - São Paulo - SP - CEP 01017-911.

A **Declaração de Vida e Residência** deve ser anexada a uma cópia do RG, CPF e comprovante de residência.

Ver abaixo modelo da Declaração:

(Nome) _____, portador do RG nº _____, inscrito no CPF nº _____, nascido em _____, declaro para fins de recadastramento que vivo e resido no endereço _____, nº _____, Cidade _____, Estado _____, CEP _____, Telefone: _____.

Local e data

(Assinatura com reconhecimento de firma por autenticidade)

Nome: _____

RG: _____

CPF: _____

NOTA

O atendimento realizado na AAFC pelo escritório *Loddi & Ramires*, referente às ações de Bitributação e Revisão pelo teto do INSS, ocorrerá, a partir deste mês, **somente às terças-feiras, das 10h às 14h.**

RECADASTRAMENTO DO SUPLEMENTADO

SUPLEMENTADO – Banco Santander

Você receberá da Fundação CESP, via correio, até o mês de seu aniversário, a convocação com as instruções e o formulário. De posse do formulário, dirija-se à uma agência do Banco Santander, com o RG e o CPF, e recadastre-se.

Caso o formulário não chegue até o mês de aniversário, vá diretamente ao Banco Santander portando os documentos pessoais, e realize o recadastramento, não esquecendo de solicitar o comprovante.

Os suplementados residentes em cidades sem agências do Santander poderão depositar o formulário, já preenchido e com a assinatura reconhecida em cartório, nas caixas dos Correios até o final do mês de aniversário. O formulário possui formato carta-resposta.

Maiores informações através do **Disk Fundação (11) 3065-3000 e 0800 0127173** (demais localidades), **Banco Santander 0800 770 2001** ou **AAFC (11) 3217-5717 e 0800-163670** (demais localidades).

ATENÇÃO: O NÃO RECADASTRAMENTO PODERÁ IMPLICAR NA SUSPENSÃO DO BENEFÍCIO.

Projeção de inflação em 2011

A projeção de analistas do mercado financeiro para a inflação oficial em 2012 caiu pela segunda semana seguida. Desta vez, a estimativa para o Índice Nacional de Preços ao Consumidor Amplo (IPCA) passou de 5,60% para 5,59%, segundo o boletim Focus, divulgado pelo Banco Central (BC).

Para este ano, a estimativa foi ajustada para o teto da meta de 6,5%.

A projeção para a taxa básica de juros, a Selic, usada como instrumento para controlar a inflação, deve permanecer em 11%, ao final de 2011. Assim, os analistas esperam por mais uma redução de 0,50 ponto percentual na última reunião do ano do Comitê de Política Monetária (Copom) do BC em 2011, marcada para novembro. Para o final de 2012, a previsão dos analistas é 10,50% ao ano.

A pesquisa do BC também traz a expectativa para o Índice de Preços ao Consumidor da Fundação Instituto de Pesquisas Econômicas (IPC-Fipe), que permanece em 5,65%, este ano, e subiu de 5,11% para 5,14%, em 2012.

A estimativa para o Índice Geral de Preços – Disponibilidade Interna (IGP-DI) passou de 5,87% para 5,86%, em 2011, e de 5,19% para 5,22%, em 2012. No caso do Índice Geral de Preços de Mercado (IGP-M), a previsão foi ajustada de 5,82% para 5,80%, este ano, e de 5,29% para 5,39%, em 2012.

A projeção dos analistas para os preços administrados continua em 5,90%, em 2011, e em 4,55%, no próximo ano. Os preços administrados são aqueles cobrados por serviços monitorados, como combustíveis, energia elétrica, telefonia, medicamentos, água, educação, saneamento e transporte coletivo urbano.

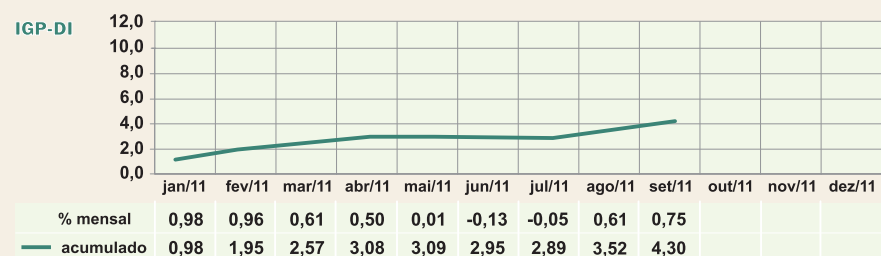
EVOLUÇÃO DO IGP - DI

O IGP-DI - Índice Geral de Preços Disponibilidade Interna, da Fundação Getúlio Vargas, está previsto nos regulamentos dos PSAPs como o indicador de reajuste das suplementações.

Compõem o IGP-DI: o Índice de Preços ao Produtor Amplo – IPA (60%), o Índice de Preços ao Consumidor – IPC (30%) e o Índice Nacional de Custos da Construção – INCC (10%).

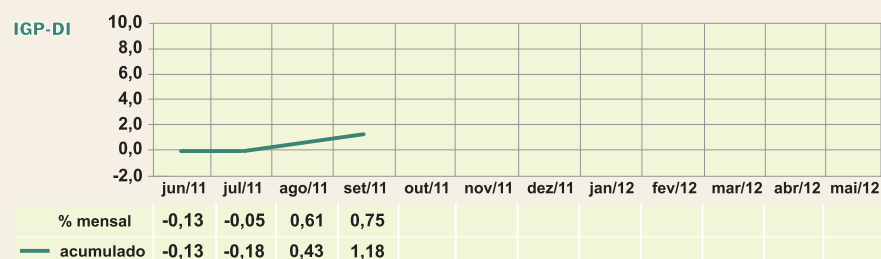
Planos: CESP, EMAE, CTEEP, ELEKTRO, TIETÊ e PIRATININGA.

Reajuste previsto para Janeiro/2012 (Na mesma data da Previdência Social)



Planos: ELETROPAULO, CPFL, BANDEIRANTE, DUKE e FUNCESP.

Reajuste em Junho/2012



IGP-DI registra alta de 0,75%

O Índice Geral de Preços - Disponibilidade Interna (IGP-DI) registrou alta de 0,75%, em setembro, valor maior que o aumento de 0,61% de agosto. No ano a taxa acumulada é de 4,30%.

Todos os três componentes do índice registraram aumento em setembro: o Índice de Preços ao Produtor Amplo (IPA) registrou avanço de 0,94%; o Índice de Preços ao Consumidor (IPC) registrou alta de 0,50% e o Índice Nacional de Custo da Construção (INCC) apontou crescimento de 0,14%.

Em agosto, o IPA havia registrado alta de 0,77%. O índice relativo a bens finais apresentou variação queda de 0,05% em setembro, após alta de 1,14% um mês antes.

O IPC aumentou para 0,50% em setembro, após avanço de 0,40% um mês antes. Seis das sete classes de despesa componentes do índice registraram aceleração de preços entre agosto e setembro.

O avanço de 0,14% no INCC de setembro superou ligeiramente a alta de 0,13% de agosto. Dois dos três grupos componentes do índice apresentaram aceleração entre agosto e setembro.

O IGP-DI de setembro foi calculado com base nos preços coletados entre os dias 1º e 30 do mês de referência.



INFORME FAMILIAR SOBRE O INSS REQUERIMENTO DE PENSÃO POR MORTE

Tendo em vista várias ocorrências que chegaram ao conhecimento desta AAFC, sobre o assunto em tela, esclarecemos que em caso de falecimento de associados (suplementado ou complementado) o (a) pensionista deverá agendar pelo telefone 135 ou acessar a página na internet www.mpas.gov.br para requisitar a pensão por morte de segurado.

Nesse procedimento, o INSS fornecerá a lista de agências disponíveis para que o (a) pensionista encaminhe os documentos comprobatórios para concessão deste benefício. Serão solicitados, pelo INSS os seguintes documentos:

- Dados do (a) ex-segurado (a): nome completo, número de benefício, data de nascimento e data do óbito;

- Dados dos dependentes: nome completo, data de nascimento e o número da Carteira de Identidade.

Tenha, também, tenha em mãos os seguintes documentos:

- Certidão de Óbito, Documentos pessoais (RG e CPF) do ex-segurado e do dependente, PIS, PASEP ou NIT de ambos (em alguns casos essas informações estão na Carteira de Trabalho) e um comprovante de residência que poderá ser uma conta ou de telefone, luz, gás ou água.

É de suma importância efetuar a comunicação, **impreterivelmente, dentro de 30 dias da ocorrência do óbito**, pois o INSS só faz o pagamento do benefício, a partir da data do falecimento, **se o pedido for realizado dentro deste prazo**;

Nos casos em que a comunicação for realizada posteriormente aos 30 dias do falecimento, o INSS iniciará o pagamento do benefício a partir da data do requerimento, ou seja, não retroagirá a data do falecimento, **consequentemente o (a) pensionista perderá dinheiro!!!**

O dependente também deverá avisar, imediatamente, à AAFC e à Fundação CESP, junto às quais poderão ser obtidos os esclarecimentos necessários, inclusive quanto à complementação ou suplementação da pensão por morte.

Matéria sobre o assunto já foi publicada no JS em Novembro e Dezembro de 2009, bem como está à disposição do associado no site da AAFC informação completa do assunto desde Dezembro de 2009. NÃO DEIXE DE ACESSAR!!!

Segurado tem prazo de 60 dias para sacar o benefício

Medida é adotada pelo INSS para evitar fraudes; desbloqueio é feito na agência.

Os benefícios que não forem sacados até 60 dias após a data marcada para o seu pagamento serão devolvidos pelo banco ao Instituto Nacional do Seguro Social (INSS). O beneficiário não perde direito a

ele, mas é preciso se dirigir à Agência da Previdência Social (APS) que mantém o benefício, para reativar o depósito.

A medida foi criada para evitar o pagamento indevido e qualquer tentativa de fraude, como, por exemplo, o saque do benefício de segurado já falecido.

Pela norma de segurança, a instituição bancária devolve o valor ao INSS. O instituto, por sua vez, bloqueia o pagamento até que o beneficiário vá até a APS

responsável pelo seu benefício, para regularizar o pagamento.

Para fazer o desbloqueio do cartão na APS, o segurado deve apresentar documento de identificação com foto, como carteira de identidade ou carteira de motorista.

O segurado que recebe o benefício com cartão magnético deve ficar atento às normas de segurança. O cartão é seguro, facilita o saque do benefício, mas requer atenção. Em hipótese alguma, o be-

neficiário deve fornecer a senha para terceiros. Assim como nos cartões da rede bancária, a senha não deve ter sequências previsíveis, tais como data de nascimento, número de telefone ou dígitos ligados diretamente ao portador.

O INSS recomenda que, em caso de dúvida no momento do saque no terminal de autoatendimento, o segurado procure um funcionário do banco e nunca peça ajuda de pessoas estranhas à instituição bancária.



8 dicas para aliviar a dor de garganta

Sucos, chás e balas aliviam o incômodo causado por uma infecção ou inflamação, muito comuns nesta época do ano

Quando a dor de garganta ataca, o desconforto é imediato. O problema pode ser decorrência de um processo inflamatório ou infeccioso e o ideal é consultar um médico para fazer o tratamento com antibióticos e analgésicos.

Há algumas alternativas práticas que também ajudam a amenizar a sensação ruim, mas que - vale lembrar - não servem para curar a irritação, e sim para amenizar por alguns minutos o incômodo. Saiba quais são:

1. Própolis: também tem ação antibacteriana e anestésica. Ele tira a sensibilidade da região, deixando-a amortecida durante a ação da substância. A própolis para uso oral deve ser preparada sempre por laboratório e apresenta-se usualmente na forma de extratos, spray bucal, pastilhas, balas, suspensão, xaropes, comprimidos e em gotas. A substância jamais deve ser manipulada em casa.

2. Gengibre: com ação antibacteriana, a planta alivia a coceira na garganta e deixa um ardor refrescante. Aproveite para mastigar pedacinhos ou beber o chá desta raiz forte. O preparo do chá: deixe raízes, cascas ou talos de molho por cerca de 30 minutos e, após esse período, acrescente água. Leve o gengibre ao fogo por mais de 30 minutos. Depois, é só beber.

3. Tomar muita água: a água é a melhor amiga da garganta e do organismo. Deixa as cordas vocais hidratadas e impede que elas fiquem expostas ao ressecamento. Consuma, mesmo se não estiver com muita sede.

4. Chá de alho: ele fortalece o sistema imunológico, favorecendo na recuperação da infecção.

5. Sucos cítricos: os sucos de laranja e limão removem as impurezas do trato vocal, aliviando tosses e coceiras.

6. Maçã: é um dos remédios naturais mais eficientes para limpar a garganta e aliviar o incômodo. Ela limpa as cordas vocais, agindo como uma borrachinha que retira as impurezas da garganta.

7. Menta: ela causa frescor e aparente alívio da respiração. É muito refrescante e deixa a respiração e a garganta livres e sem irritações, porém, o efeito é passageiro. Se for uma bala, por exemplo, o efeito dura poucos minutos, após ela dissolver na boca.

8. Gargarejo de água morna, sal e vinagre: o calor da água dilata os vasos e facilita a circulação do sangue na região, contribuindo assim para diminuir a inflamação. Além disso, juntos, eles têm ação antisséptica.





Diretor de Complementação, Tácio A. Z. Cattony

Realizada na Sede da AAFC, na última terça-feira do mês de outubro, dia 25, a Reunião Mensal de Associados, sob o comando do Presidente, Sylvio Rasi.

Para iniciar a pauta, o Diretor de Complementação, Tácio A. Z. Cattony, falou sobre a situação das ações dos 4819, que por enquanto estão em fase de “estagnação”, uma vez que é preciso aguardar o pronunciamento do Ministro do Supremo Tribunal Federal.

Jane Hsiao, que trabalha na área de Suplementação da AAFC, fez as orientações necessárias aos associados que desejam entrar com ação para Revisão do Teto do INSS.

Carlos Ernani Palheta Nunes, Assessor da Presidência, aproveitou para enfatizar a importância de os associados, principalmente os homens, de deixarem os documentos importantes em locais acessíveis e informarem suas esposas quanto à localização: “Estou aqui fazendo um alerta, pois em caso de falecimento facilita muito o processo de requerimento de pensão, o assunto é ruim, porém, inevitável, e temos que ter consciência disto, até mesmo como demonstração de amor e preocupação com nossas esposas”.

A Chefe do Departamento da AAFC-Mulher, Elisabeth Brinkmann, agradeceu



Jane Hsiao, funcionária da área de Suplementação



Carlos Ernani Palheta Nunes, Assessor da Presidência

a todos pelos quadradinhos de crochê, que renderam cerca de 50 mantas para serem entregues às crianças com câncer. Elisabeth fez um balanço do Curso de Extensão Cultural e a festa de encerramento (acompanhe matéria completa na página 7 desta edição).

O Assessor da Presidência, Carlos Ernani Palheta Nunes, destacou o trabalho da AAFC-Mulher

com a iniciativa do Projeto Psicossocial (extensão do Projeto Mão-Amiga) e a recente criação da Associação dos Usuários do SUS, onde a AAFC já está inserida e realizando significativas ações em benefício dos associados.

Ao final, o Presidente, Sylvio Rasi, aproveitou para dizer que estava orgulhoso com o sucesso do Curso de Extensão Cultural, também realizado pelo Departamento da AAFC-Mulher: “A frequência do Curso já mostrou o interesse das pessoas”. O Presidente ressaltou sua satisfação em estar à frente da AAFC: “Nós fazemos um programa bom, esta é a nossa remuneração! **União é isso.**”



Encontro entre Diretores e Superintendentes Regionais

Análise dos trabalhos e expectativas para 2012

No último dia 19 de outubro, na Sede da AAFC, ocorreu o VIII Encontro com a participação de Diretores, Assesores e Superintendentes Regionais, com o objetivo de trocar informações e acompanhar o trabalho desenvolvido em todas as áreas da AAFC, observando as peculiaridades de cada Regional.

O Presidente, Sylvio Rasi, fez a abertura do encontro, salientando os desejos e as limitações da AAFC, chamando a atenção de todos para a importância da união na luta em benefício dos associados. Para tanto, passou a palavra ao Ex-Presidente e Conselheiro de Honra da AAFC, José Milton Dallari, que explicou aos presentes: “Somos como uma empresa de médio porte, portanto, precisamos de planejamento, adaptação de orçamento e definição de verbas.” Dallari explicou os benefícios obtidos através da parceria feita com o Sebrae, que colaborou com o desenvolvimento de toda a estrutura da AAFC. José Mateus Vieira, representante do Sebrae, apresentou uma análise da gestão das Diretorias e Regionais, visando ampliar as vantagens oferecidas aos associados, no aprimoramento de atividades em departamentos como a AAFC-Mulher, por exemplo, na busca de novos associados e no que as mudanças do Estatuto implicarão no futuro da AAFC.

José Mateus reforçou a idéia de que a Associação precisa trabalhar sempre como uma UNIDADE, mesmo sabendo das características individuais de cada Regional: “Temos que unir as Regionais e trabalhar para defender a classe de vocês”. Foi exibida uma apresentação de slides com pesquisas e levantamentos feitos com associados e não-associados, sobre o nível de satisfação de atendimento e trabalhos prestados pelas Diretorias e Regionais. Alguns aspectos foram levantados para serem trabalhados em busca de melhorias e aprimoramento.

Milton Dallari falou aos Superintendentes Regionais a respeito de informações contraditórias e boatos que surgiram nos últimos meses: “Precisamos ter racionalidade! Nós não temos mais tempo para errar. É preciso qualificar as coisas e saber separar o que são informações precisas dos boatos. Filtrem as informações e consultem os Diretores, antes de acreditarem em rumores paralelos. Nós temos o caminho para a defesa, que são justamente nossas ações em prol dos aposentados e pensionistas”.

Rodolfo Vicente Rezende, Chefe da Assessoria de Pesquisa, Estatística e Planejamento, apresentou o acompanhamento das metas, o que prometemos em contraponto com o que fizemos, e as perspectivas para 2012. Em seguida, o Diretor Financeiro, Rovilson da Costa Gimenez, apresentou o orçamento para 2012, juntamente com uma análise das finanças em 2011 e todo o cronograma para o próximo ano.

O Diretor de Suplementação, Leônidas Figueiredo, falou sobre as ações de Bitributação e Revisão pelo Teto do INSS, e a situação dos Planos de Suplementação. Tácio A. Z. Cattony, Diretor de Complementação, falou sobre as perspectivas para 2012 e a atual situação dos 4819. Carlos Aurélio Klemig Pires, Diretor Social, esclareceu as dúvidas referentes às Olimpíadas AAFC 2012 e apresentou as últimas novidades quanto aos jogos e seletivas, e informou sobre a preparação do calendário de viagens para o próximo ano, inclusive internacionais.

Ao final, o Presidente, Sylvio Rasi, respondeu as questões relacionadas ao PES e à Diretoria de Saúde e Bem-Estar. O Presidente explicou todo o trabalho realizado no ano, o Grupo de Estudos do PES e a busca de amparo junto à Agência Nacional de Saúde, além das expectativas para o próximo ano.



Presidente, Sylvio Rasi



Ex-Presidente e Conselheiro de Honra da AAFC, José Milton Dallari



José Mateus Vieira, representante do Sebrae



Rodolfo Vicente Rezende, Chefe da Assessoria de Pesquisa, Estatística e Planejamento



Diretor Financeiro, Rovilson da Costa Gimenez



Diretor de Suplementação, Leônidas Figueiredo



★ VEM AÍ AS OLIMPIADAS AAFC 2012 ★

* De 10 a 13 de abril *

Esperamos contar com a presença de muitos convidados!

Venha fazer parte dessa grande festa esportiva!

Teremos tarifa especial para os convidados, que pagarão o mesmo valor que os participantes, com pagamento facilitado.

NÃO DEIXE DE PARTICIPAR!!!



★ **Faça parte deste time você também!!!**

Venha participar das seletivas e juntar-se aos nossos atletas.

SELETIVAS PARA A EQUIPE DE SÃO PAULO

Além das três modalidades tradicionais (Futebol Society, Vôlei Adaptado Feminino e Vôlei Adaptado Masculino) existem outras nove modalidades esperando por você!



A AAFC está selecionando atletas para participarem das seletivas das modalidades esportivas, abaixo discriminadas, que deverão ocorrer em janeiro de 2012.

Para tanto, entre em contato com a sede da AAFC na Capital e manifeste seu interesse pela modalidade que mais lhe agrada.

MODALIDADE	Número de atletas	MODALIDADE	Número de atletas
BOCHA	2	Tênis de Mesa	1
BURACO	2	SINUCA	1
DAMA	1	TRANCA	2
DOMINÓ	2	TRUCO	2
Tênis de Quadra	1		

**SE VOCÊ PRÁTICA ALGUMA DESSAS MODALIDADES,
VENHA SE INSCREVER!**

O EXERCÍCIO DO ESPORTE REVITALIZA O CORPO E A ALMA!

Mais informações com Luiz Nascimento - Sede AAFC
Fone: (11) 3217-5717 / 0800-163670 E-mail: cultura@aafc.org.br

NOTAS

Concurso de Fotografia 2011



Os trabalhos recolhidos estão sendo analisados pela Comissão Julgadora e no Grande Almoço de Confraternização iremos anunciar os nomes dos vencedores e a Regional que enviou o maior número de trabalhos. Será que este ano finalmente a Regional de Bauru será superada?

CURSO DE DIREÇÃO SEGURA DA AAFC



Os certificados do curso realizado no dia **6 de outubro** estão à disposição para retirada na Sede da AAFC, em São Paulo.

Encerramento do 1º Curso de Extensão Cultural da AAFC



No último dia 24 de outubro, sob o comando da Chefe do Departamento da AAFC-Mulher, Elisabeth Brinkmann, deu-se o encerramento do 1º Curso de Extensão Cultural da AAFC.

O Presidente, Sylvio Rasi disse estar orgulhoso pela realização deste trabalho e pelo sucesso do projeto: “Agora nos resta programar os próximos e comemorar os resultados. Parabéns a todos!”

As colaboradoras da AAFC-Mulher fizeram uma homenagem ao Vice-Presidente, Mario Mortari, que fez questão de elogiar o trabalho delas: “Vocês estão desenvolvendo ações maravilhosas, com iniciativa e sucesso. O trabalho para os usuários do SUS em paralelo com a nossa questão do PES merece todo o nosso reconhecimento e aplauso”.

O Assessor da Presidência, Carlos Nunes, também foi homenageado pela AAFC-Mulher, e disse algumas palavras: “Fui honrado, vocês merecem uma atenção especial, para isso preparei um livreto (que fora distribuído para cada convidado) para que conheçamos os ciclos da vida e tenhamos a certeza de que

não há porque temer envelhecer. A velhice é a apoteose da vida”.

O Conselheiro de Honra da AAFC, José Milton Dallari, foi o Paraninfo da turma de formandos do Curso de Extensão Cultural: “Gostaria que a próxima edição se chamasse Curso de Extensão Cultural Humana e Profissional. Essa mistura que vocês criaram nos dá uma visão de realidade que nos orienta na vida, melhorando até mesmo nossa postura diante dos filhos e netos”.

As colaboradoras apresentaram-se ao som da música “Amigos para sempre”, em seguida dançaram com um grupo de meninas bailarinas (acompanhe a sequência de fotos do lado direito). Foram entregues os certificados a cada participante do Curso, e ao final, a dançarina, Nijme, fez uma apresentação de dança espanhola e cigana, que contagiou a todos.

“O que presenciamos aqui hoje foi maravilhoso. ‘Uma flor brotar do chão’, é o que vocês estão fazendo!” – encerrou o Padrinho da AAFC-Mulher, José Milton Dallari.



Dançarina, Nijme



Homenagem ao Vice-Presidente, Mario Mortari



Homenagem ao Assessor da Presidência, Carlos Nunes



Entrega dos certificados

NOVO CURSO

CURSO DE ETIQUETA – COMPORTAMENTO SOCIAL E ESTILO

Aulas de passarela Para todas as idades
Oficina Fashion

Todas as 4ªs. feiras, das 14h às 17h, com a professora Claudete Camacho

Participe! Quem sabe você não se torna uma modelo na 3ª idade?!

PARTICIPE!

23/11 - Tarde da Beleza

29/11 a 02/12 – Feira de Artesanato

Das 9h às 17h (Confirme sua presença na AAFC-Mulher)

Teremos 40 expositores,

venha comprar seus presentes de Natal

e prestigiar os trabalhos das nossas associadas.

DEMONSTRATIVO FINANCEIRO

Histórico	Valores R\$
Agosto/11	
Jornal do Senior (Matriz)	9.257
Boletins Regionais	4.997
Postagem Jornal do Senior	12.922
Postagem Boletins (Regionais)	4.398
Obrigações com Pessoal	142.439
Impostos e Taxas	2.305
Despesas Administrativas	213.856
Bancos	1.784
Eventos/Programas	174.998
Total das Despesas	566.955
Receita	556.237
Resultado Líquido	(10.718)
Investimentos Patrimoniais	2.925



Sorocaba

“FESTEGGIAMO QUESTA NOTTE A MANGIARE LA PIZZA INSIEME UNA BELLA. VIVA!!!”

Assim foi a chamada da AAFC Mulher da Regional de Sorocaba aos seus associados para juntos comemorarem a Primavera. A festa foi realizada no dia 29 de Setembro, na Pizzaria Martinez, onde foram servidos vários tipos de pizzas salgadas e doces. O clima foi de descontração e alegria. Para todas as mulheres presentes foi entregue uma lembrança alusiva à estação das flores.



Campinas

O Coral Harmonia da AAFC de Campinas é formado na sua grande maioria por aposentados, pensionistas e dependentes de associados da Regional.

A formação do Coral teve como objetivo, proporcionar aos seus participantes, efeitos positivos na qualidade de vida, por meio da melhoria de diversos aspectos da saúde física e mental, liberação de sentimentos e emoções, manutenção da memória, aumento da auto-estima e convívio

social e principalmente o prazer da boa música através do canto.

O Coral Harmonia se apresenta em diversos eventos, com o intuito de levar a música como prazer, além de difundir e despertar o interesse pela música em datas especiais, como atividades culturais, educacionais, sociais e recreativas.

Dentre as várias apresentações do Coral Harmonia, destacam-se, neste ano, a participação nos eventos: Jantar do Dia das Mães

e Dia dos Pais da AAFC Campinas, a apresentação na Escola Estadual Professora Rosentina Faria Syllós, em comemoração ao Dia dos Pais, onde compareceram aproximadamente 900 pessoas e na Hospedagem para Idosos Bem Estar, em Campinas.

A AAFC agradece a todos os participantes do Coral Harmonia e em especial ao Maestro Jairo Perin, por trazer alegria e felicidade às pessoas que sabem apreciar a boa música.



Rio Claro

A Câmara Municipal de Rio Claro, em sua sessão ordinária de 21 setembro, prestou homenagem aos aposentados de diversas entidades da cidade.

Entre os homenageados contamos com a presença dos associados: o Presidente do Conselho Deliberativo da AAFC, José Ferraz Neto e Dilermando Emilio Weiss (93 anos), o aposentado mais idoso da Regional de Rio Claro.

A homenagem fez parte da “Super Semana dos Aposentados”, ocorrida em Rio Claro nos dias 19, 20, 21 e 22 de setembro.

Na foto, os dois homenageados da AAFC exibem as placas de homenagem ao lado da primeira dama de Rio Claro, Rosana Pinhatti Altimari.



PARCERIAS



Você ainda não fez sua matrícula no SESC? O que está esperando?

Aproveite os inúmeros benefícios que essa parceria lhe oferece e melhore já sua qualidade de vida! Pratique atividades de lazer, esporte, arte e cultura nas diversas do SESC, na Capital e em várias cidades do Interior.

➤ QUEM PODE PARTICIPAR ?

Os associados e seus dependentes. As condições para os dependentes são as seguintes: Cônjuge (com a obrigatória apresentação da Certidão de Casamento) e os filhos até 21 anos (com obrigatória apresentação da Certidão de Nascimento).

➤ O QUE FAZER PARA PARTICIPAR DA PARCERIA?

Em São Paulo:

- 1) Dirigir-se à Sede da AAFC em São Paulo, Av. Angélica, 2565, 15º andar, tel: 32175717, com a Carteira da AAFC e RG
- 2) Preencher e assinar a Ficha de Inscrição da Matrícula de Interesse Social (MIS)
- 3) Obter a aprovação da Ficha de Inscrição pelo Superintendente Administrativo da AAFC/SP
- 4) Encaminhar-se à Unidade do SESC- Pinheiros, à rua Paes Leme nº 195, Pinheiros- tel: 3095.9400 onde, exclusivamente, deverá pagar a taxa anual de R\$ 15,00 (valor individual) ou R\$ 30,00 (valor familiar)
- 5) A matrícula vale por um ano

No Interior:

- 1) Dirigir-se à Sede Regional da AAFC na cidade onde está inscrito, levando a carteira da AAFC e RG
- 2) Preencher e assinar a Ficha de Inscrição da Matrícula de Interesse Social (MIS) ficha essa que deverá ser aprovada pela Superintendência Local
- 3) Encaminhar-se à Unidade do SESC localizada na sua cidade ou no município mais próximo
- 4) Pagar a taxa anual de R\$ 15,00, na Unidade do SESC onde será entregue a MIS
- 5) A matrícula vale por uma ano

➤ ONDE HÁ UNIDADES DO SESC?

Capital Grande São Paulo:

24 de maio
Avenida Paulista
Belenzinho
Bom Retiro
Carmo
CineSESC
Consolação
Interlagos
Ipiranga
Itaquera
Odontologia
Osasco
Pinheiros
Pompeia
Santana
Santo Amaro
Santo André
São Caetano
Vila Mariana

Interior Litoral:

Araraquara
Bauru
Bertioga
Birigui
Campinas
Catanduva
P. Prudente
Piracicaba
Ribeirão Preto
Rio Preto
S. J. Campos
Santos
São Carlos
Sorocaba
Taubaté