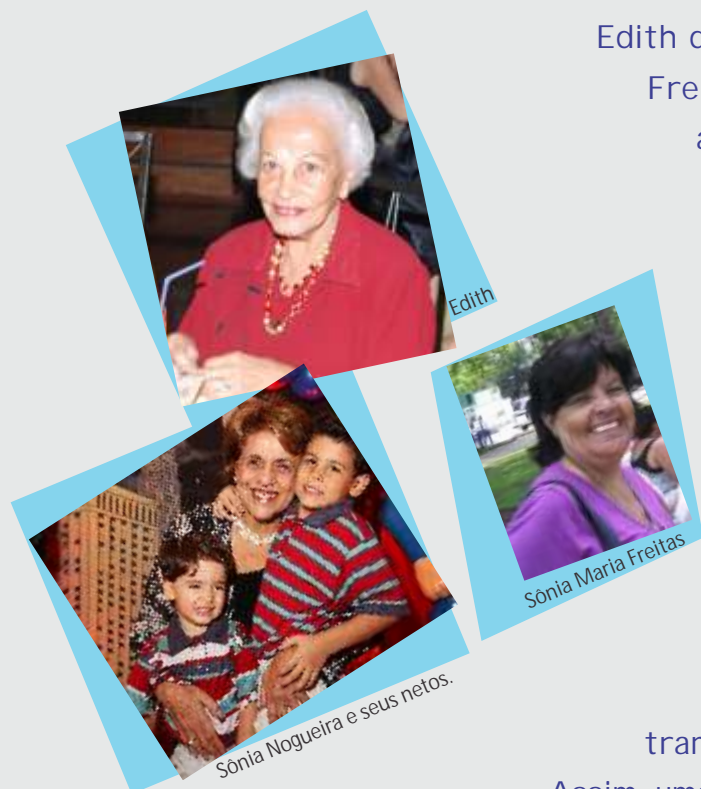




## AS PIONEIRAS DA AAPCEU

Edith de Almeida, Sônia Pereira de Nogueira e Sônia Maria Freitas. Essas três foram as primeiras mulheres a se associarem à AAPCEU, numa atitude pioneira que demonstra o espírito participativo, colaborativo e principalmente interessado em preservar as relações construídas no convívio profissional, bem como em expandir e ampliar seu universo pessoal, cultivando amizades e possibilidades de aperfeiçoamento e crescimento, sob os mais variados aspectos. Duas são mães de sangue, outra de coração. Não importa o vínculo. O que importa é a história de cada uma, com suas cores, nuances, realizações, exemplos de vida e de bem-estar consigo mesmas, riquezas que permanecem e se transformam em novas perspectivas após a aposentadoria.

Assim, uma vez que maio nos remete ao Dia das Mães, nada mais oportuno do que reverenciá-las no Estilo de Vida e desfrutar de toda a experiência e lições de vida que elas, gentilmente, nos permitem conhecer. Confiram nas pág. 4 e 5.



## EVENTOS



Leda Dutra em meio aos músicos, Sueli Guedes e Grupo Xorô - o show do Somos, Fazemos e Crescemos

PARCERIAS AAPCEU/AEU – PÁG.3

SEU DIREITO: CASAMENTO –  
APOSENTADORIA – DIVÓRCIO – PÁG. 8

SOMOS, FAZEMOS E CRESCEMOS - PÁG 6

## Os 26 anos da AAPCEU

*Existir, para um ser consciente, consiste em mudar, mudar para amadurecer, amadurecer para se criar indefinidamente.*  
(Henri Bergson - filósofo francês)

Mudar, amadurecer, recriar-se sempre, rejuvenescendo a cada alegria, a cada sonho, a cada conquista. Esses, o espírito e a força que movem a AAPCEU desde que foi criada, em 1986, e que permanecem cada vez mais vivos ao celebrar seus 26 anos, completados em 14 de abril. Fruto do interesse e determinação de pessoas em perpetuar o companheirismo e amizade construídos ao longo de toda uma vida profissional na Usiminas, a Associação agrega outros valores: oportunidade de crescimento em diversas áreas, seja por meio de cursos e parcerias, seja pelo estímulo à interação representado pelas viagens, festas, conagraçamentos, entre outros.

Dessa trajetória, vale lembrar algumas ações que contam um pouco da história da AAPCEU: o lançamento de campanha para criação da logomarca – concurso vencido por Geraldo Lécio; a comunicação da regularidade oficial (registro no Ministério do Trabalho e INPS, alvará de funcionamento); a instalação do primeiro nº telefônico: 271-6049; a primeira viagem coordenada pela AAPCEU para visitar a Usina, em Ipatinga (3 e 4 de junho/1988).

E ainda: a realização da 1ª reunião de confraternização; o cadastro profissional para criar novas oportunidades de emprego; a inauguração das novas instalações; o 1º Ponto de Encontro dos Associados (às quartas-feiras); a primeira excursão a Caldas Novas (agosto/97); a criação do Coral; a criação do site e do e-mail institucional.

Mais recentemente, merecem referência a ampliação da sede da AAPCEU, a aprovação do Regimento Interno pelo Conselho Deliberativo; a inauguração da Sala dos Retratos, as melhorias no Informe, a disponibilização do novo site. Não esquecendo a viagem a Aracaju e da próxima – agora em maio - a Portugal e Espanha.

E o mês de maio nos remete também a outra data que tem

tudo a ver com a ideia de renascimento, recriação: o Dia das Mães - esses seres que se reinventam continuamente para que seus filhos convertam cada experiência em oportunidade de crescimento.

Valeu o empenho dos fundadores e de todos os que conduziram e conduzem a Associação na conquista de novos patamares. E, principalmente, valem o apoio, a confiança e o carinho de todos os associados que, a cada ano, a cada exercício, asseguram à AAPCEU a sua permanência no tempo.

Às mães da AAPCEU, tanto as de sangue quanto as de coração,

### Curtas

#### Usimec

Em correspondência encaminhada ao diretor executivo da Usiminas Mecânica, doutor Guilherme Muylaert, em 22 de março de 2012, a presidente da AAPCEU, Maria Ignez Gerken de Sousa, questionou a postura da empresa quanto ao tratamento dado aos seus associados, portadores de ações da Usiminas Mecânica.

No ofício, a presidente destaca “que todos os aposentados e pensionistas, investidores iniciais da Usiminas Mecânica, têm endereço certo e em constante “atualização” junto à Caixa dos Empregados da Usiminas; daí, o fato e a estranheza de não ter sido comunicada a qualquer deles a oportunidade para os aportes necessários à sobrevivência na condição de acionistas da Usiminas Mecânica”.

Mais adiante, ela reitera: “Ainda que todos os procedimentos fiscais para a conversão de 20 milhões de ações ON em PP estejam perfeitamente protegidos e amparados por lei, não houve por qualquer dos ilustres diretores da Usiminas Mecânica o mesmo cuidado de amparo e proteção com os primeiros investidores, empregados da Usiminas, hoje seus aposentados e pensionistas”.

Ao final, a presidente faz um apelo para que novas decisões como essa não mais venham a ocorrer. E conclui: “A AAPCEU está à disposição de V. Sa. com o propósito de buscar minorar a frustração de seus associados em face desse desrespeitoso episódio”.

O ofício, na íntegra, está à disposição dos associados na Secretaria da AAPCEU.

### Óbitos

Vânia Maria de Amorim - 09/03/2012.

Maurício Pedercini Reis - 10/03/2012.

Às famílias, nossos sentimentos.

#### Expediente

Informativo da Associação dos Aposentados e Pensionistas da Caixa de Empregados da Usiminas

Av. Amazonas, 298- Sala1401 - tel.: (31)3271-6049 - www.aapceu.com.br - E-mail: aapceu@aapceu.com.br

#### Presidente

Maria Ignez Gerken de Sousa  
Diretor Secretário  
Concesso da Silveira Caldas  
Diretora Social  
Arminda Soares

#### Diretora de Comunicação

Elaine Rosali da Conceição  
Jornalista Responsável  
Margareth Pettersen : MG02940JP  
Fotografia: Arquivos da AAPCEU/ João  
Ribeiro da Glória

#### Colaboração

Nária Soares  
Diagramação, composição e arte  
Lucilaine Silva  
Tiragem: 1200 exemplares -  
Impressão: Big Editora Gráfica – Circulação:  
Distribuição Gratuita

A partir desta edição, a Associação dos Empregados da Usiminas (AEU) inaugura um espaço fixo no Jornal da AAPCEU para divulgar informações de interesse de seus associados. A iniciativa vem reforçar ainda mais a parceria entre as duas instituições, consolidando mais um ponto de encontro dos nossos associados, uma extensão da AAPCEU sociocultural e esportiva. Vale lembrar que na AEU é realizada a grande maioria dos eventos da AAPCEU, como: todas as festas de conagração; o Projeto Outono, lançado em 2011 na AEU; o projeto Somos, Fazemos e Crescemos inaugurado em março último. Além disso, o Torneio Esportivo da AAPCEU deverá ser realizado no clube da AEU. Que todos os associados aproveitem ao máximo os benefícios dessa parceria e das atividades na AEU - espaço criado para abrigar o convívio sadio dos ex e atuais funcionários da Usiminas.

#### Dentista

A AAPCEU tem um novo parceiro odontológico: o doutor Amon Fadul de Carvalho, especialista em Clínica Geral e Ortodontia. O endereço é: Rua Santa Catarina, 1627, Sala 1105. Fone: (31)2535-7857.

#### Odontologia Radiológica

Mais uma opção para nossos associados, na área da odontologia: a parceria com o Núcleo Especializado em Odontologia Radiológica (Neorad), disponibilizando serviços como tomografia computadorizada e radiografias digitais, com descontos acima de 10%, em relação ao mercado. Confirmam na tabela abaixo os valores do convênio com a AAPCEU.

Exames	Particular	Convênio
Radiografia Periapical	10,00	8,00
Interproximal (Bite - Wing)(Cada)	10,00	8,00
Radiografia Oclusal	40,00	40,00
Panorâmica	40,00	40,00
Telerradiografia Frontal	40,00	35,00
Telerradiografia sem Traçado	40,00	35,00
Telerradiografia com Traçado	65,00	50,00
Traçado Computadorizado	30,00	20,00
Traçado Manual	30,00	25,00
A.T.M (2 e 4 incidências)	50,00	35,00
A.T.M. (6 incidências)	100,00	70,00
(Punho e Mão) Sem Traçado	50,00	35,00
Idade óssea (Punho e Mão) Com Traçado	65,00	45,00
Modelo Superior e Inferior (Par)	50,00	40,00
Foto	10,00	8,00
Pasta	20,00	15,00
Documentação Básica	130,00	105,00
Documentação c\ 14 Periapicais	170,00	150,00
Digitalização Doc - Via CD	25,00	20,00
Tomografia até 02 elementos	200,00	170,00
Tomografia até 04 elementos	250,00	200,00
Tomografia maxila ou mandíbula	300,00	250,00
Tomografia maxila e mandíbula	370,00	320,00

#### Informações:

Av: Afonso Pena 748/ sobreloja 09/10 - Centro BH. Tel.: (031) 3201-9079  
Rua: Padre Pedro Pinto, 903 Sls. 02 e 04 - Venda Nova BH. Tel.: (031) 3451-5056  
neorad@neorad.com.br

Nº 05 - 18/04/12

## Informe Quinzenal AEU

### Novidades na AEU

#### Aquecimento das piscinas

Informamos aos associados que a Supergasbrás está realizando a manutenção do sistema de aquecimento das piscinas, que deverá funcionar em breve. Já está sendo feita pesquisa de mercado para implementação do sistema de aquecimento solar das piscinas.

### Eventos

#### Churrascão da Pefis

A academia da AEU está organizando a edição de 2012 do Churrascão. O evento será no dia 19 de maio, das 13 às 17 horas, com cardápio especial preparado pelos chefs de cozinha do Gourmet Bar. As vendas na recepção da Pefis Academia começarão no dia 24 de abril, terça-feira e o preço dos convites será de R\$43 no primeiro lote (24/04 até 04/05) e R\$48 no segundo lote (a partir de 07/05). Além do buffet completo, a festa contará com a participação de Marcos Damarita, voz e violão, agradando todos os gostos.

### Parceria

#### Mecânica do Corpo

A empresa conveniada à AEU oferece descontos para os associados nos serviços de pilates, RPG, fisioterapia, assessoria esportiva, reabilitação cardíaca, avaliação física e avaliação fisioterapêutica. Telefone: 3499-9518 ou 3491-1777 (Virgínia).




### Esporte

#### IX Torneio de Peteca

O IX Torneio de Peteca terá início no dia 02 de maio, quinta-feira às 19h. Serão quatro chaves com quatro componentes que disputarão cada fase classificatória. Os dois jogadores melhores pontuados se classificam. Os associados estão convidados a assistir os jogos e participar da torcida. Mais informações pelo telefone 3499-9401 (Crésio).

#### Pratique esporte na AEU

Todos os domingos a AEU proporciona a interação entre os associados com a realização de competições de peteca, "peladas" de futebol, partidas de tênis. Essa é mais uma opção gratuita para os frequentadores do clube praticarem esporte e cultivarem o bem-estar. Para participar dos jogos, não é necessário fazer inscrição.

#### Futebol de campo

No sábado, 14 de abril, a equipe de futebol da AEU viajou para Vitória, onde participou de um jogo contra o time local (AEU - Vit) e o venceu pelo placar de 7 a 3. Os gols da equipe da Associação dos Empregados da USIMINAS de BH foram marcados por Filipe (3), Clóvis (Coe - 2), Marquinho (2). O próximo jogo entre esses dois times está previsto para setembro. Lembramos que os associados da AEU - Vitória podem frequentar o clube de BH, assim como ocorre na parceria com a AFC e USIPA.

www.aeu.com.br





Aposentadas pela Usiminas ou pensionistas, Edith de Almeida, Sônia Nogueira e Sônia Maria de Freitas guardam um elo em comum: as boas recordações da Usiminas, independente da vinculação, e a disposição para tocar a vida em frente com alegria, determinação, cada uma a seu jeito. Vamos a elas!

“Tenho uma vida, querida!”



Logo de início, o que nos chama a atenção é a vivacidade, o bom humor, aquele ar de estar de bem com a vida. Em seguida, a memória afiada – melhor do que a de muitos jovens por aí.

Aos 87 anos, Edith de Almeida – de uma lucidez e simpatia a toda prova – conta que nasceu em Belo Horizonte e é viúva de Oswaldo Pinto Caldeira, sem filhos. Com mais três irmãs – Elsi, Nilza e Lucy, recorda, saudosa, do irmão, Euclides, falecido há muitos anos. Independente, diz que tem uma vida muito saudável: não come gordura, pouco sal “uma comida até um pouco insossa”, dorme 8 horas por noite, faz uma hora de ginástica logo depois de acordar – das 6 às 7 da manhã (pilates, alongamento etc). “O médico diz que estou um encanto – meu colesterol é ótimo”, comemora. Efeitos, quem sabe, também dos três anos de ioga, mais oito de hidroginástica que praticou. Depois, é hora de seguir a rotina diária: sai da Floresta, onde mora, e segue para o Barro Preto, para a casa da irmã mais velha, Elsi, outra independente e gracinha de pessoa. Daí, saem para passear, visitar as outras irmãs que moram perto. À tarde, volta para sua casa, para dormir. Ela e Elsi moram sozinhas e fazem questão de manter cada uma o seu cantinho: “temos muitos trecos, não dá para juntar tudo numa casa só”, explica Edith.

Lembrando datas e dados com uma rapidez e concisão de causar inveja, ela revela que entrou para a Usiminas em 14/01/1959 e saiu em 22/04/1979. Começou no faturamento, setor de Contas a Pagar; depois fez o curso para trabalhar em máquinas -

cartão perfurado e disquete. Associada à AAPCEU desde a sua fundação, além de desfrutar da companhia dos familiares, “curto os filhos das irmãs como se fossem meus”, participa, sempre que pode, das festas da AAPCEU, especialmente as de aniversário. E faz questão de ler o Informe todinho, para saber das novidades. Gosta de filmes na TV, de ouvir música, revela, cantarolando a música de Whitney Houston, “I Will Always Love You”, do filme “O Guarda-Costas”. E remata: “Tenho uma vida, querida!”.

### Sônia Nogueira

Nascida em Belo Horizonte, em 1944, viúva, três filhos - “uma menina e dois meninos, além de cinco netos maravilhosos”-, Sônia Nogueira não é aposentada e, sim pensionista da Usiminas, embora tenha trabalhado na empresa por pouco tempo. “Minha história está intimamente ligada à Usiminas, onde trabalhei a partir de 1964, iniciando no Serviço Jurídico, depois no Serviço de Relações Públicas e finalmente na Engenharia de Projetos, tendo deixado a empresa em 1972”, lembra. A demissão passa pela aparição do “santo casamenteiro”, doutor Manoel Moacélio, da Engenharia, que a apresentou ao futuro marido, Ocelo, lotado no setor de Exportação. “Casei-me com Ocelo em 1968 e fiquei na Usiminas até 1972, quando nasceu meu segundo filho. Não tendo com quem deixar as crianças, optei pela minha demissão”, declara. Agradecida, Sônia diz guardar da Usiminas as melhores lembranças e, “inclusive, conservo grandes amizades oriundas desta época”.

Em dezembro de 1982, com o falecimento do marido, ela se tornou pensionista da Caixa. Daí, a procura de novos rumos. “Comecei então a trabalhar com festas, tive uma loja de aluguel de material de festas e um buffet. Hoje, já estou aposentada. Atualmente, faço apenas as coisas que mais curto: cuidar de netos, bordar e começarei, em breve, a lecionar em curso de cozinha experimental para jovens carentes, em uma creche no bairro Padre Eustáquio. Adoro viajar e, quando posso, arrumo as malas para um giro. Acredito que o importante para quem se aposenta é nunca deixar de ter uma atividade, de preferência prazerosa”, ensina Sônia.

Em sua opinião, a AAPCEU é de vital importância

para todos os associados, “pois ela defende nossos interesses junto à Caixa e nos orienta; eu mesma já fui assistida pelo Dr. Urdan em uma causa junto ao INSS. Importante, ainda, por proporcionar a convivência entre seus associados. Como se vê, eu saí da Usiminas, mas ela não saiu de mim”, finaliza.



## Sônia Maria Freitas, 25 anos com a AAPCEU

Sônia é viúva e pensionista do funcionário Dilton Antônio de Freitas, “seu príncipe encantado”, que começou na Usiminas em 1965, em Ipatinga, recém-formado pelo Cefet, técnico Industrial em máquinas e motores e supervisor de manutenção dos altos-fornos 1 e 2. Em Ipatinga, Sônia viveu com Dilton por quatro anos, apesar “do calor e da poluição do ar”, que dificultavam a adaptação ao local. Mas a beleza das cachoeiras, lagoas e as novas amizades compensaram: “Meus amigos mais chegados e que mantenho até hoje são o Rosalino e Divany, que me deram todo apoio quando lá cheguei; Ângela e Ulisses Bretas, Neiva e Danilo, Afonso e Enilda são outros”. Em 1973, Dilton foi transferido para BH mas, lamentavelmente, após um ano na capital, veio a falecer em um trágico acidente automobilístico, aos 32 anos. Sônia lembra: “De imediato, Maria Ignez Gerken, assistente social naquela época e a quem sou eternamente grata, tomou todas as providências para minimizar meu sofrimento - questões burocráticas de funeral, pensão, seguro. Não poderia esquecer, também, o meu querido médico, hoje aposentado, José de Ávila, que cuidou de minha saúde, desde a concepção ao nascimento de minha única filha, Daniela. A parte triste em minha vida fica por aqui”.

Formada em Magistério, Sônia fez também Pedagogia, com habilitação em Orientação, Supervisão e Inspeção Escolar. “Hoje, aposentada e na Melhor idade, procuro sempre me ocupar com alguma tarefa ou o que há de melhor: ler um bom livro, como “Mulheres que mudaram o mundo” – de Gabriel Chalita. Curto meus amigos nos fins de semana, frequento clube, faço hidroginástica, caminhadas, ouço músicas, seja moderna, sacra, MPB, clássica ou sertaneja. Assisto à maioria das apresentações musicais na cidade, todos os anos conheço um estado brasileiro, faltam alguns. Acho muito importante valorizar o que temos, o nosso Brasil Brasileiro, gente isso é muito bom! Bem, meus amigos, sinto-me feliz demais, minha única filha Daniela é minha amiga, carinhosa não sabe mais o que faz para me ver feliz”.

Quanto à AAPCEU, ela convida: “É tudo de bom. Venha... não deixe sua vida passar. Associe-se! Há programação de viagens, cursos variados, foi via Associação que fiz o primeiro curso básico de informática. Cuidados com a saúde, festas, congraçamentos, lá fazemos novas amizades e tem mais... o Usicanto, do qual faço parte. É um Coral regido pela ex- funcionária e maestrina Expedita, somos uma família”, revela.

Finalizando, Sônia abraça especialmente as amigas da nova Diretoria e agradece carinhosamente a todos que colocaram e mantêm a AAPCEU de pé:

“A AAPCEU foi instituída para o nosso bem-estar. Pelo apoio, dedicação de todos os dirigentes, de todas as diretorias que tanto colaboraram pelo sucesso, pelo apoio da Nadir, da Nária e Rejane e dos que lutaram para este sonho se realizar, o nosso eterno agradecimento. Aos idealizadores e pioneiros que levaram e levantaram esta bandeira, que tornaram possível esta conquista, obrigada. “

“Sonho que se sonha só é um sonho. Sonho que sonhamos juntos é realidade.”

Prelúdio de Raul Seixas

## Somos, Fazemos e Crescemos



Associados aplaudiram palestra e show.

Tendo como atrações a palestra “Aposentado: Dignidade, Ética e Experiências Afetivas”, proferida pela escritora e estrategista na área de relações interpessoais, Leda Souza Dutra, bem como a apresentação da cantora Sueli Guedes e o grupo Xorô, a AAPCEU inaugurou, em 29 de março, com um coquetel no clube da AEU, o projeto Somos, Fazemos e Crescemos, que visa divulgar os talentos dos associados, nas áreas de arte e cultura.

Ao apresentar o projeto a presidente da Associação, Maria Ignez Gerken de Sousa, destacou que a proposta é manter a “turma” unida, revelando e valorizando aptidões e dons que muitos dos associados possuem. Ela pontuou também as atividades que encerraram as comemorações dos 25 anos da AAPCEU, como a festa ocorrida no dia 26, e a realização da assembleia para aprovação do balanço da gestão, que encerra seu exercício em 2013. A esse respeito, ela lembrou que chapas interessadas já podem se inscrever. Agradecendo a presença de todos, Maria Ignez salientou, ainda, que todas as ações e projetos da AAPCEU podem ser acompanhados pelo Jornal e Internet.

A palestrante, por sua vez, falou de sua emoção em voltar à casa, “da qual estive longe há tanto tempo e à qual Maria Ignez chamou de família – uma casa que construímos com tanta garra e amor”. Ressaltando sua satisfação em iniciar esse projeto na AAPCEU, Leda Dutra compartilhou suas reflexões sobre o que é ser aposentado e que, aos 62 anos, considera-se jovem, cheia de projetos e sonhos. Falou sobre a dignidade e ética, “que todos trazem consigo, e que exigem comprometimento com nossos inter-relacionamentos, em todos os espaços por onde passamos”. O cuidado com a delicadeza, simpatia, a escolha dos momentos para se usar da racionalidade/emoção devem ser parte do cotidiano. Sofrimento e felicidade são faces da mesma moeda: “Viver não é esperar a tempestade passar, é dançar na chuva. Portanto, a receita é viver o dia, o momento, da melhor forma possível - não ter a vergonha de ser feliz – como diz

Gonzaguinha. E sermos integrais: somos seres morais, sociais, espirituais, ecológicos, profissionais, biológicos, políticos, mentais. Não há como dissociá-los. Estejamos inteiros, seja qual for a situação”, ensina.

Em meio a trechos de poemas de Fernando Pessoa e de alguns próprios, embalados pela música de Almir Sater, “Tocando em frente”, Leda Dutra conclui: “A vida tem os seus ciclos e todos eles têm o seu tempo, mas eles ficam em nós e nos permitem revitalizá-los, permitem novos voos. É preciso trabalhar a afetividade, o altruísmo, a amizade, a sexualidade, o amor comunitário, vitalidade, integridade motora, elasticidade, flexibilidade, unidade, a harmonia de movimentos e a criatividade”.

O evento reuniu mais de 50 pessoas e, após a palestra, Leda, que também é nossa colega aposentada, promoveu uma sessão de autógrafos do livro de sua autoria: “Técnica, Ética e Bom Senso em Comunicação Empresarial”.

A apresentação musical de Sueli Guedes com o Grupo Xorô, de Sete Lagoas, composto por Wanderlei Guedes, no violão de 7 cordas, Vinícius Juliano, cavaquinho, e Fabrino Campos, pandeiro, fechou com chave de ouro o lançamento do projeto, que é semestral. Sueli trabalhou na Engenharia da Usiminas, em BH, por 30 anos, como projetista. Foi ainda na empresa que ela começou a cantar em grupo, iniciando uma nova carreira que lhe traz muitas alegrias e realização pessoal e apresenta-se principalmente em Diamantina. Deixando aos aposentados a mensagem de que “somos jovens ainda e temos muita estrada a percorrer”, Sueli agradeceu à Leda, à AEU e à AAPCEU pela oportunidade de apresentar-se.

Elogios não faltaram à iniciativa da AAPCEU e aos artistas convidados. Confirmam:

“O projeto é original e necessariamente deve continuar, pois é união, é vida. A palestra me sensibilizou, fala de amor e união e sem essas duas coisas a vida fica muito vazia. São esses aposentados que aqui estão que ajudaram a construir essa Usiminas”. (Dr. Mauricio Mauro).

“A Leda é uma pessoa ímpar e acompanho sua trajetória há muito tempo. O projeto é maravilhoso, Vamos descobrir talentos pós-aposentadoria que a gente nem tinha ideia. Longa vida ao projeto, que também nos dá a oportunidade de rever amigos”. (Elaine Dayse Silva Santos).

“O projeto é interessante, uma oportunidade de integração, para manter o convívio e não nos perdermos pelo caminho”. (Dirceu Machado).

“Parabéns à Associação e que ela possa manter o padrão e continuar crescendo”. (Marilda Aparecida da Silva).

### 15ª Campanha de Vacinação Antigripe

A AAPCEU, juntamente com a Usiminas/FSFX, está participando da 15ª campanha de vacinação antigripe. A vacinação será realizada somente no CAC (Centro de Atendimento ao Cliente), localizado na Rua dos Otoni, 881 - Conj. 301, durante o período de 14 a 25 de maio/ 2012, de segunda à sexta-feira, no horário de 8h30 às 11h30 e de 12h30 às 17h. O associado deverá apresentar o cartão do Usisaúde e carteira de identidade.

A vacina será disponibilizada, exclusivamente, para os associados e seus cônjuges. Esta será gratuita e totalmente subsidiada pela AAPCEU. A confirmação de adesão se dará pelo telefone: (31) 3271-6049, até 11 de maio de 2012, sexta-feira, de 09h as 17h30. O número de inscrições será enviado a Usiminas/FSFX para a respectiva reserva das vacinas.

### Técnica Vocal

Associados e seus dependentes interessados em fazer aulas de técnica vocal e percepção musical podem se inscrever na secretaria da AAPCEU. As aulas serão dadas pela regente do Coral Usicanto, Expedita Rocha, uma vez por semana, ao custo de R\$50,00/mês, pagos diretamente à regente. O local será a sala de ensaios do Coral Usiminas

### Aulas de dança

Quem sabe, pode se aperfeiçoar; quem não sabe e quer aprender é só se inscrever na Rodrigo Delano – Universidade de Dança de Salão para virar um pé-de-valsas em ritmos como bolero, samba, forró e soltinho. As aulas serão uma vez por semana, às terças-feiras, de 15h as 17h. O início está previsto para o dia 8 de maio. A primeira aula é experimental.

Obs.: O associado poderá entrar na data escolhida por ele.

(sala 1125 do Edifício Maleta). A previsão é que as aulas aconteçam às segundas ou quartas-feiras, a partir das 14h, de acordo com a preferência e disponibilidade dos inscritos. A regente abre aos alunos a possibilidade de ingressar no Coral Usicanto, se assim o desejarem.

De acordo com a monografia de Dejair Carlos dos Santos Júnior, Canto Coral na Terceira Idade, disponível na Internet, esse tipo de atividade só traz benefícios, como exemplifica na citação abaixo:

“A participação no coral proporciona maior autoestima, favorece a vida social e facilita sua integração ao meio ambiente. O que ocorre na verdade é um processo de reeducação que possibilita a respiração correta, a postura corporal adequada e a emissão vocal eficaz. Além disso, o ritmo da música leva à realização de movimentos corporais que atuam de modo satisfatório sobre as funções motoras. De um modo geral, o idoso que participa de um coral torna-se mais criativo, descobre novos interesses e mantém vínculos necessários à vida em sociedade. A música cantada em grupo estimula a memória, melhora a concentração, permite a improvisação, desenvolve a autoexpressão, a autoconfiança e evita o isolamento do idoso”. (Scharra, 2002.p.26).

Por estas e outras é que a AAPCEU abre aos associados um novo caminho de ser e estar de bem com a vida. Como diz o ditado, quem canta seus males espanta.

#### Informações:

Aulas: 01 hora de aula e 01 hora para dançar com outros alunos e/ou professores.

Valor: R\$ 45,00

Endereço: Rua João Lúcio Brandão, 207 – Prado/BH

Contatos:

Tel.: (31) 3292-7976/ 8746-1396/3077-8820

[www.rodrigodelano.com.br](http://www.rodrigodelano.com.br) / [contato@rodrigodelano.com.br](mailto:contato@rodrigodelano.com.br)

### Novos Sócios

Cléa Kapitizky – Trabalhou na Assistência Técnica, em Belo Horizonte.

Nério Nunes – Trabalhou em Contas a Pagar, em Belo Horizonte.

Sandra Maria de Sousa Siqueira Reis – Trabalhou na Exportação, em Belo Horizonte.

Yukari Hamada – Trabalhou em Relações Institucionais, em Belo Horizonte.

A todos, as boas-vindas e o abraço da AAPCEU.



## Casamento – Aposentadoria - Divórcio

Ao contrário do que muitos casais planejam, a chegada da aposentadoria, sem a devida programação, pode provocar uma piora no relacionamento entre o casal. Associando o novo status de aposentado à brusca quebra da rotina de trabalho, culminada à diminuição ou encerramento de atividades intelectuais e de responsabilidades técnicas com estreito relacionamento entre vários profissionais, tudo isso pode trazer consequências negativas para a vida em casamento.

Em alguns casos, chega-se até ao divórcio. Essa solução para a formalização da extinção do casamento é prática no Brasil desde 1977.

As relações afetivas, inevitavelmente começam pelo interesse de duas pessoas estabelecerem uma união, uma sociedade socioafetiva. Assim, o interesse em constituir uma família tem que levar em conta a vontade e o prazer que os parceiros têm em ficar juntos. E, necessariamente, o planejamento dessa manutenção deve merecer atenção do casal, adaptando-se às novas modificações da vida.

Entretanto, as relações vão se desgastando e um fato novo pode desagregar mais ainda essa relação. Assim, a chegada da aposentadoria pode trazer para a família um mundo novo e desconhecido. Novos desafios como a modificação da renda, sensação de insegurança e mudança do status são alguns aspectos que, por muitas vezes, desestabilizam uma relação que já venha desgastada pela grande variável contida na vida a dois.

Todas essas modificações provocadas pela aposentadoria podem contribuir para a instabilidade do casal e, conseqüentemente, para a consumação da separação.

A Lei do Divórcio, que legalizou a extinção do casamento, passou a ser uma alternativa legal para casais com incapacidade de permanecerem casados. É importante entender que a Lei apenas e tão somente regulou uma relação social que já existia, não podendo, assim, ser responsabilizada pelo término de inúmeros

casamentos que de fato já não existiam.

É inegável que o número de divórcios no Brasil cresceu muito nos últimos anos. A simplificação do rito do divórcio, podendo ser realizado em cartórios sem os procedimentos judiciais, agilizou e facilitou os procedimentos. Ainda assim, é extremamente difícil a constatação da separação, bem como os procedimentos relativos ao divórcio: discussão sobre partilha dos bens, guarda dos filhos, diminuição da capacidade econômico-financeira e as responsabilidades advindas da extinção do casamento.

A autonomia que as mulheres conquistaram nos últimos tempos, permitiu também que elas tomassem a iniciativa de não se submeterem a casamentos que se eternizavam em infelicidade. A opção dos casais em razão da solução trazida pela Lei do Divórcio trouxe em contrapartida a constituição de novas sociedades conjugais, sob a justificativa da “experiência” adquirida pelo casamento anterior.

Outro indicador começa a ter um peso maior para os novos casamentos. Os casais estão buscando a consumação da relação socioafetiva com mais idade, com melhor estrutura financeira e com melhor nível de conhecimento do que seja realmente o casamento. Por estas razões, os casamentos, tendem a ser mais duradouros; quem sabe, até, consigam se eternizar, sendo felizes até que a morte os separe.

É evidente que não há regra única de “bem casar”. Considerando as possibilidades de insucesso na relação afetiva, as responsabilidades sociais, patrimoniais e financeiras advindas da separação, formalizada pelo divórcio, passam a ser, hoje em dia, melhor observadas pelos casais, que se preparam mais conscientemente para o enfrentamento do grande desafio que é o casamento.

O comprometimento dos parceiros, o entendimento do que cada um espera do casamento e a necessidade de tolerância para enfrentar os desafios são ingredientes que, certamente, trarão à nova família melhores possibilidades de sucesso.



### A AAPCEU é você quem faz

A AAPCEU existe para você, Associado.

Ela será cada vez mais forte se crescer à sua imagem e semelhança.

Dê sugestões. Critique.

Elogie. Mostre-se, dando sua opinião, viajando com a Associação, participando dos eventos, fazendo cursos. E amigos.

Cultive a saúde do corpo e do espírito.

Compartilhe vida.

A AAPCEU será o que você quiser. E fizer.