

Vânia Salomé Dias – a sabedoria de viver o aqui e agora



Vânia e alguns dos sete netos

Professora aposentada, viúva, mãe e avó das mais dedicadas, o nosso destaque do Estilo de Vida, Vânia Salomé, aprendeu a desfrutar as dádivas e possibilidades que a vida oferece a cada momento. Cultivar o desapego às coisas materiais e descobrir a força que cada um tem dentro de si para vencer o inesperado, os desafios – foram outros aprendizados em que ela se diplomou com louvor e que compartilha conosco, na página 3.

- Eleição 2013 na AAPCEU tem uma chapa inscrita – Pág. 3

- Eventos 2013: festas, viagens e excursões – Pág. 5

Calendário

Registro das chapas: até as 18 horas do dia 15/MAR/2013, sexta-feira, na Secretaria da AAPCEU.

Dia da Assembleia: 02/ABR/2013, no auditório da Federação dos Trabalhadores das Indústrias Metalúrgicas, Mecânicas e de Material Elétrico do Estado de Minas Gerais (Rua Curitiba, 1269, Belo Horizonte).

Posse dos eleitos: 30/ABR/2013, terça-feira, na sede da Associação.



Madrid

- Seu Direito: Previdência privada – Pág. 6
- Previdência Usiminas reduz contribuição de Assistidos – Pág. 6

Dia Internacional da Mulher

“A casa não se firma na terra, mas na mulher”. (provérbio mexicano)

Aqui estamos em março, e a AAPCEU, embora em clima de eleições, continua a toda, com uma série de atividades, projetos em andamento – afinal, tudo continua girando na roda gigante do mundo. E, em meio a todos esses movimentos, vale ressaltar aqueles conduzidos pelas mulheres ao longo de sua existência, representados e evidenciados no dia 8 de março – o Dia Internacional da Mulher. Mundialmente vinculada às reivindicações femininas por melhores condições de trabalho, justiça e igualdade social, a passagem do Dia Internacional da Mulher é um momento de reflexão sobre os abusos históricos contra as mulheres, mas também sobre as conquistas e mudanças sociais conseguidas.

No Brasil, quantas somos, o que fazemos?

Segundo o Censo 2010 do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), o Brasil tem mais mulheres do que homens. De uma população de 195,2 milhões de habitantes, 100,5 milhões – ou 51,5% - são mulheres, e 94,7 milhões são homens – 48,5% do total.

Em dez anos, o nível de instrução das mulheres continuou mais elevado que o dos homens e elas ganharam mais espaço no mercado de trabalho, embora o salário seja inferior ao dos homens no exercício de idênticas funções.

Na educação, comemoramos o aumento do número de mulheres na graduação e pós-graduação, como estudantes, pesquisadoras, docentes. A proporção de famílias chefiadas por mulheres, segundo critérios do

IBGE, cresceu mais do que quatro vezes nos últimos dez anos.

Elegemos em 2010 a primeira mulher Presidenta da República, Dilma Rousseff, que nomeou nove mulheres ministras. Em 2006, a Lei 11.340, conhecida como Lei Maria da Penha, constituiu um marco no cumprimento de garantias internacionais e constitucionais sobre o direito das mulheres a uma vida livre de violência.

Estes e outros são avanços importantes, conquistados a duras penas, embora grande parte das mulheres brasileiras, especialmente as mais pobres, rurais, negras e indígenas continuem a vivenciar a exclusão social e violência. Assim, vale prosseguir na conquista de outros direitos e fazer valer os que já conquistamos. Valem a vida, os filhos, netos, valem o respeito e a cumplicidade dos companheiros de jornada; valem a profissão, a diversão, a qualidade de vida – vale tudo que nos faz crescer.

E valem, sobretudo, as mulheres da AAPCEU, aposentadas, pensionistas, colaboradoras, exemplos de que tudo podemos ser e fazer. Afinal, somos múltiplas: mães, esposas, donas de casa, avós, profissionais gabaritadas, mulheres, como nos ensina a entrevistada do Estilo de Vida, Vânia Salomé, através da qual cumprimentamos e abraçamos todas as “garotas” AAPCEU.

Valeu, meninas!

Fontes:

O progresso das mulheres no Brasil 2003–2010 - Cepia – Cidadania, Estudo, Pesquisa, Informação e Ação/ONU MULHERES –

<http://www.unifem.org.br/sites/700/710/progresso.pdf>

www.ibge.gov.br

<http://noticias.uol.com.br/cotidiano/ultimas-noticias/2012/11/28/>

Novos Sócios

Antônio Campos de Abreu – Trabalhou na Contabilidade, em Belo Horizonte.

Antônio Furtado de Araújo – Foi diretor na Previdência Usiminas.

Luiz Carlos Bragato – Trabalhou na Engenharia em Belo Horizonte.

Maria do Amparo Ribeiro – Viúva de Mizaque Bernardino Ribeiro.

Nelson Luiz Andrade de Souza – Trabalhou na Engenharia, em Belo Horizonte.

Óbito

Maria de Lurdes Ferreira Cruz - 17/01/2013

Waldir Martins Barros - 01/01/2013

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: Kátia Coelho/Vânia
Salomé/Alex/Mateus/Carol

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

Vânia Salomé – a vida é aqui e agora



A "vovó-coruja" Vânia e mais netos .

Nascida em Ponte Nova, viúva de Paulo Guimarães Esteves, que começou como boy na Usiminas, na rua Timbiras, chegando à Seção de Vendas, Vânia Salomé, além de pensionista é professora aposentada pela prefeitura de Betim.

Com três filhos – Cláudia Márcia, Paulo Henrique e Fabiano Augusto – e sete netos (Milena, Marcela, Mirela, Diego, Mateus, Lorena e Carolina), Vânia encontra sua maior satisfação na convivência com a família: “Sou muito caseira, meu maior prazer é ‘paquerar’ os netos, acompanhando-os a shoppings, ao dentista, à escola, desfrutando da vivacidade e alegria deles”, revela. Também gosta de caminhar, de colecionar peças chinesas e japonesas, principalmente, gosto que alia ao misticismo, à apreciação pela cultura oriental.

Vivaz, alegre, Vânia conta que passou por muitos desafios que puseram à prova sua resistência, sua capacidade de superá-los: “Em 2012 passei por um câncer, mas com fé em Deus e um bom acompanhamento do nosso Plano de Saúde hoje estou bem tranquila”, lembra. Por isso, não perde as oportunidades de celebrar a vida, saindo, passeando, fazendo o que lhe dá vontade, desapegando-se cada vez mais de tudo que é meramente material “porque a vida é aqui e agora”, ensina ela.

Outra diversão é participar das atividades da Associação: “Depois que fiquei viúva comecei a participar mais da AAPCEU, frequentando festas, viagens, encontros. Os amigos do meu marido tornaram-se meus amigos e esses encontros me trazem grande alegria”, diz Vânia. Outro projeto? “Aprender dança de salão, quem sabe?”

E nos deixa um recado: “Estou com 70 anos e espero aproveitar bem os passeios e viagens para viver uma aposentadoria com qualidade e tranquilidade, tendo primeiro fé em Deus, pensamento positivo e coragem para vencer os desafios”.

Curtas

ELEIÇÃO AAPCEU 2013

Até o fechamento desta edição, apenas a chapa abaixo havia formalizado sua inscrição às eleições 2013 da AAPCEU.

DIRETORIA EXECUTIVA

Presidente: MARIA IGNEZ GERKEN DE SOUSA
 Diretor Secretário: CONCESSO DA SILVEIRA CALDAS
 Diretor de Comunicação: ELAINE ROSALI CONCEIÇÃO
 Diretor Social: ARMINDA ALVES SOARES

CONSELHO DELIBERATIVO

EFETIVOS
 Presidente: ILDEU DO COUTO BALBINO
 ORLANDO COSTA FILHO
 JOSÉ MARIA DE SOUSA SOARES
 MOACYR PIMENTA BRANT FILHO
 ALOÍSIO FALCO
 WELLINGTON CÂNDIDO DE ALMEIDA

SUPLENTE

PAULO AUGUSTO CARDOSO DE FARIA
 URDAN ANTÔNIO FURTADO
 MAURO VON DOLINGER

CONSELHO FISCAL

EFETIVOS
 ANTÔNIO LÚCIO PINHEIRO
 DJALMA PRADO FILHO
 ANTÔNIO EUSTÁQUIO R. F. MENDES

SUPLENTE

WALDÍVIO FRANCISCO L. MAZZEO
 SUELI PEREIRA DOS SANTOS
 JOSÉ ACÍLIO GOUVEIA SILVEIRA

INFORMATIVO

DEU SAMBA

Começamos o ano com muito brilho. O DEU SAMBA foi um sucesso e seu término foi um verdadeiro espetáculo para os amantes do samba de raiz. Música liberada a plenos pulmões e muito samba no pé, liderados pelos integrantes do Magnatas do Samba que não deixaram ninguém ficar parado. Lindas mulatas e passistas, o brilhantismo e o carisma da excelente sambista Dóris somaram-se à simpatia do cantor carioca Rogerinho Rataúia, convidados que honraram a festa da Associação.

Recebemos amigos de todos os cantos da cidade, alguns pela primeira vez em nosso Clube (e prometeram voltar em outros eventos). A todos e a todas que estiveram conosco e contribuíram para aquela noite memorável, o nosso muito obrigado.



FUTEBOL

Também no futebol começamos o ano muito bem. Em sua primeira partida em 2013, os nossos atletas do futebol de campo derrotaram a equipe do Caldeirão pelo placar de 4 x 2.

Os gols foram de Felipinho, Coe e Alex Rocha(2). Ao grupo nossos cumprimentos.

DIA INTERNACIONAL DA MULHER

A AEU, através da Perfis Academia, preparou uma semana diferente para as nossas amigas desportistas. De 4 a 8 de março foram realizadas aulas temáticas, exposição de serviços e produtos estéticos, cosméticos e maquiagem. No sábado, 9, quatro profissionais comandaram uma super aula na quadra do Clube: 50 minutos de spinning e localizada, 20 minutos de abdominal.

Os participantes receberam um kit contendo camiseta especialmente criada para a ocasião, barras de cereal, hidrotônico e puderam desfrutar de uma variedade de frutas e sucos.

Foram sorteados brindes diversos oferecidos pelas nossas parceiras: Make Up M Artist (aulas de automaquiagem), Terapia do Corpo (estética e cosmetologia), Produtos Mary Kay (Fabricia) e D'pil (fotodepilção e fotorejuvenescimento).

EVENTOS 2013

Vem aí a NOITE DAS MÃES. Uma grande festa para prestar homenagem a quem não se preocupa em receber presentes ou elogios em troca do que faz para cada um dos seus filhos. Então, o mínimo que podemos fazer é demonstrar o nosso respeito, amor e reconhecimento. Em breve daremos mais detalhes.



Cantar, tocar algum instrumento, pintar o sete ou o que mais a inspiração sugerir são habilidades que, sem dúvida, favorecem uma melhor qualidade de vida, em todos os sentidos. Sempre atenta ao bem-estar de seus associados, a AAPCEU apresenta duas sugestões de oficinas, na área de artes plásticas, atividades que reconhecidamente trazem inúmeros benefícios a quem os pratica, uma vez que estimulam a mente, trabalham a sensibilidade, as emoções, com reflexos até mesmo na melhoria da saúde, em geral. Vale a pena participar.

1 - Explorando o intuitivo do ser através da arte

Nesta oficina, a professora Luzia Marta Ramos, conhecida como Luma Ramos, propõe a integração da criatividade e o intuitivo do ser, possibilitando ao indivíduo expressar suas vivências através da arte, a partir do movimento, harmonia, pensamentos, sentimentos, desejos, sonhos e emoções. Segundo Luma, que possui Licenciatura de Desenho e Artes Plásticas pela FUMA (atual UEMG) e é ex-colaboradora da Usiminas, onde trabalhou como projetista por vários anos, o objetivo é aprimorar o potencial criativo, a relação com o outro, levando a um cotidiano mais alegre e feliz, além de favorecer um melhor convívio com as limitações impostas pelo fator idade, a execução de trabalhos diversos e o aumento da autoestima. Os resultados surgem a partir de trabalhos e objetos produzidos, pela descoberta de algum talento até então escondido ou mesmo pela capacidade de expressar mais facilmente as questões difíceis do dia a dia. Sem contar os benefícios do relaxamento.

São 72 aulas, de três horas cada, explorando diferentes técnicas: pintura, desenho, modelagem em argila, papel machê, entre outras. Segundo Luma, o ideal é que grupos sejam de até 15 pessoas, para melhor aproveitamento.

Custos

Hora/aula: R\$ 25,00
72h/aula: R\$ 1800,00
Por encontro
3 h/aula: R\$75,00
Por mês
4 aulas:12 h/aula: R\$300,00
Por mês
5 aulas:15 horas/aula:R\$375,00

2 - A arte de viver a sabedoria do SER

Segundo Luma Ramos, o projeto "Arte de viver a sabedoria do SER, uma proposta de integração entre Bem-Estar, Motivação e Desenvolvimento Pessoal" objetiva executar oficinas artístico-terapêuticas, a fim de contribuir para a melhoria das condições psicoemocionais e comportamentais do público feminino, auxiliando na compreensão do momento presente e na promoção de melhores escolhas para suas vidas. Um dos módulos – Tecendo a Roda de Cura – trabalha a autoimagem, solidão x independência, a sexualidade, e sentimentos como raiva e alegria.



"A Roda Sagrada dos Nativos Americanos" consiste de 36 pedras: um círculo externo com 16 pedras, representando as 12 Luas e os quatro Guardiães Espírito, quatro raios de 3 pedras cada, um representando os Caminhos Espirituais, um círculo interno de sete pedras simbolizando a Mãe Terra, o Pai Sol, a Avó Lua, os quatro Clãs Elementares e uma pedra no centro, representado o Criador.

Custos

Hora/aula: R\$ 25,00
Por encontro
3 horas/aula: R\$75,00
Por mês
12 horas/ aula: R\$ 300,00
Valor total do curso: R\$ 600,00
(24 horas/ aula)

Contato: Luma Ramos
Tel.: (31) 3491-3521 / 9787-2135
E-mail: lumaramos@seven.com.br /
<http://lumaramos.tripod.com.br>

Aniversário AAPCEU

Para comemorar seu 27º aniversário, a AAPCEU promoverá sua tradicional festa no dia 26 de abril, sexta-feira, a partir das 20h30, no Minas II (Av. Bandeirantes, 2323 - Mangabeiras - BH). O convite (nominal e intransferível), com direito a um acompanhante, deverá ser retirado pessoalmente na AAPCEU, das 8h30 às 17h30, de 8 a 19 de abril.

Confraternização de Natal

Prevista para o dia 13 de dezembro/2013, no salão de festas da AEU, a confraternização de Natal da AAPCEU quer repetir o sucesso de sempre e refletir sempre mais as expectativas e anseios dos nossos associados. Para isto, solicitamos e contamos com a colaboração de todos no sentido de propor temas que possam ser desenvolvidos no evento. Os temas podem ser sugeridos por qualquer meio: telefone, pessoalmente, via e-mail. Portanto, mãos à obra, vamos exercitar nossa criatividade!

Programação 2013 - viagens

Para quem gosta de pôr o pé na estrada, a AAPCEU está programando Viagens e passeios para todo o gosto. Fiquem atentos ao calendário!

Maio – *day use* na fazenda Van Damme (já programada – detalhes abaixo).

Junho – Cancun

Agosto – Aparecida do Norte com Caxambu

Setembro – Clássicos Europeus (já programada – detalhes abaixo)

Outubro – Cabo Frio

OBS.: Detalhes das outras viagens serão informados nas próximas edições.

Fazenda van Damme

A Fazenda van Damme, em Itabirito, está com uma proposta irrecusável para o dia 23 de maio/2013, uma quinta-feira: o *day use* na fazenda. As atividades preveem passeio pela área conhecendo os diversos locais, caminhadas, descanso, uso da piscina, sauna, lagoas para pesca, salão de jogos com sinuca, mesa para baralho, entre outras opções.

Chegada: por volta das 9h30, seguida de um farto café mineiro.

Almoço: 12h30.

Lanche de despedida: 16h.

Preço por pessoa: R\$90,00, se o grupo for de 30 a 40 pessoas, ou R\$95,00, se for abaixo de 30 pessoas.

Clássicos Europeus

Roma, Assis, Florença, Pádua, Veneza, Innsbruck, Vaduz, Zurique, Lucerna, Luxemburgo, Bruxelas, Bruges, Paris, Castelos do Loire, Bordeaux, Ávila, Madri, Salamanca, Coimbra, Fátima, Lisboa. Este é o roteiro previsto para setembro, pela Abreu Operadora e Express Viagens e Turismo para os interessados em conhecer algumas das mais belas cidades da Europa. Serão 18 dias convivendo com a arte, cultura, gastronomia e a grandeza histórica de regiões, berços de nossa civilização, a começar por Roma.



Roma



Paris

Saída: 26 setembro 2013

Serviços incluídos

- Aéreo TAP - Classe Econômica - CNF/Roma-Lisboa/CNF. 17 cafés da manhã buffet.
- 2 jantares (Roma e Lisboa - ver roteiro).
- Transporte em ônibus de turismo.
- Traslado de chegada e saída.
- Estadia em quartos duplos nos hotéis mencionados.
- Serviço de bagageiros nos hotéis (1 mala por pessoa).
- Acompanhamento durante todo o circuito por um guia Abreu em idioma português.
- Entradas em museus e monumentos de acordo com o itinerário: Basílica de S. Pedro, Catedral de Santa Maria das Flores, Basílica de Santo Antônio, Castelo de Cheverny, Biblioteca de Coimbra, Visita ao Santuário de Fátima e Igreja dos Jerônimos.
- Viagem de táxi-barco para Veneza.

Forma de pagamento

- À vista (depósito bancário).
 - Entrada 30% + taxas de embarque, e saldo em 9x sem juros nos cartões de crédito ou cheque (aéreo + terrestre).
 - Entrada 30% e saldo em 5x sem juros nos cartões de crédito ou cheque (somente terrestre).
- Pagamento: cartões Visa, Master, Amex e Diners.

Valor total do investimento, por passageiro, em apartamento duplo

USD 4788 + USD 82 de taxa de embarque por passageiro com Seguro Viagem, até 70 anos.

USD 4846 + USD 82 de taxa de embarque por passageiro com Seguro Viagem, acima de 70 anos.

Os lugares são limitados, sujeitos a confirmação. Preços não incluem despesas de caráter pessoal e passeios não inclusos na programação. Custos e condições sujeitos a alteração.

Contato: Maria Lúcia de Aguiar Prosdócimi (diretora)
Rua Rio Grande do Norte, 726, Sala 1101, Funcionários
CEP. 30.130-131 - Belo Horizonte/MG
Email express@expressviagens.tur.br
Fones: 55 31 32593436 | 55 31 35640555

Previdência privada

Como é do conhecimento dos associados, em menos de um ano a Previdência Usiminas (antiga Caixa dos Empregados da Usiminas) fez duas palestras nas quais esclareceu a sua situação sobre equilíbrio financeiro.

Paralelamente a todas as informações prestadas pela Previdência Usiminas, o noticiário nacional nos traz informações relativamente inquietantes. Com a queda dos juros, ficam cada vez mais difíceis investimentos com garantia de ganhos bem mais elevados do que a inflação.

Assim, um grande desafio dos administradores das reservas financeiras dos aposentados e pensionistas da Usiminas é a obtenção de ganhos, através de aplicações que permitam a manutenção dos valores de benefícios, constantemente atualizados. Outro componente que é desafiador para essa pretensão é o fato de a expectativa de vida estar aumentando. Desta forma, as aplicações terão que aumentar os ganhos a ponto de acompanhar o aumento do tempo de vida dos beneficiários.

Este desafio não é preocupação exclusiva dos gestores da Previdência Usiminas e seus aposentados e pensionistas. Isto ocorre em todos os Fundos de Pensão. Em suma, o grande desafio é compatibilizar o aumento da expectativa de vida com ganhos em tempos de juros baixos. Pois, se tem uma coisa que aposentado não gosta é ver seu dinheiro diminuir.

Naturalmente, tudo leva a crer que a segurança com a qual trabalha a equipe da Previdência Usiminas faz com que cada aposentado e pensionista mantenha-se nos mesmos patamares de confiança que sempre nortearam as decisões bem-sucedidas da Caixa dos Empregados da Usiminas, hoje, Previdência Usiminas.

Outro fato que tem tirado o sono de muitos gestores de fundo de pensão é a "prorrogação" de pagamento de benefício, em razão de novo casamento de beneficiário viúvo(a) que se casa novamente e amplia o período de contribuição paga pela Caixa em detrimento da melhor divisão programada somente para o aposentado(a) e um(a) pensionista.

Sem dúvida, a Superintendência Nacional de Previdência Complementar (Previc) está estudando medidas que visem a coibir a sucessão de novos casamentos e a possibilidade de pagamento de benefício interminável.

Revisão de aposentadoria – INSS – “buraco negro”

Se você se aposentou ou teve o benefício de pensão iniciado no período de 5 de outubro de 1988 a 4 de abril de 1991, período chamado de “buraco negro”, e foi limitado ao teto, não deixe de verificar sua possibilidade de revisão de benefício. Para tanto, é necessário ter a cópia do processo administrativo que se consegue no INSS com agendamento pelo telefone 135.

O Supremo Tribunal Federal já decidiu favoravelmente que essa revisão é direito do aposentado e pensionista. Verifique a data de início de sua aposentadoria ou pensão para saber se você tem direito.

Avisos



Previdência Usiminas
Rua Prof. José Vieira de Mendonça,
3011 – 1º andar 31310-260 - Belo Horizonte /
MG T 55 31 3499-8360 F 55 31 3443-
5820 CNPJ: 16.619.488/0001-70
www.previdenciausiminas.com

Administração da Previdência Usiminas aprova redução da contribuição de Assistidos

Após detalhada análise financeira e esforço conjunto da Previdência Usiminas e Associações de Aposentados* de Belo Horizonte e Ipatinga, a administração da Entidade decidiu reduzir em 50% a alíquota da contribuição dos Assistidos do Plano de Benefícios 1 – Pb1.

A decisão, tomada em reunião realizada em 14/01/2013, contempla os Assistidos que optaram pelo desconto nos termos do acordo de 17/03/1999 e reduz o limite máximo de contribuição mensal, descontada na folha de benefícios, de 2,5% para 1,25% a partir de março de 2013.

A Diretoria

Belo Horizonte, 28 de fevereiro de 2013.

(*) Associações:

Belo Horizonte - Associação dos Aposentados e Pensionistas da Caixa dos Empregados da Usiminas.

Ipatinga - Associação dos Metalúrgicos Aposentados e Pensionistas de Ipatinga.



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.